



**ANALISIS KECEMASAN SISWA DALAM MENJAWAB
SOAL MATEMATIKA DITINJAU DARI KEPERCAYAAN
DIRI**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)

Oleh:

Nama : Putri Dinah Oktavia

NIM : 2014830003

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN MATEMATIKA

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS MUHAMMADYAH JAKARTA

2018

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN MATEMATIKA
SKRIPSI AGUSTUS 2018
Putri Dinah Oktavia (2014830003)

ANALISIS KECEMASAN SISWA DALAM MENJAWAB SOAL
MATEMATIKA DITINJAU DARI KEPERCAYAAN DIRI

xx + 212 hal, 53 tabel, 2 gambar, 13 lampiran

ABSTRAK

Penulisan skripsi ini dilatabelakangi oleh adanya masalah mengenai kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika, dimana siswa tersebut telah kehilangan sedikit maupun banyak rasa kepercayaan diri yang ada dalam dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan dirinya, serta apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menjawab soal matematika tersebut. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, dengan teknik *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan subjek penelitian berdasarkan hasil angket kepercayaan diri siswa. Kemudian, dilanjutkan dengan kegiatan wawancara tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika dengan menggunakan *HARS*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek A/ATP mendapat skor kepercayaan diri 98 yang berada pada kategori kepercayaan diri sangat tinggi, dan hasil wawancara dari angket *HARS* subjek A/ATP mendapatkan skor 8 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan rendah. Selanjutnya, subjek B/RS mendapat skor kepercayaan diri 88 yang berada pada kategori kepercayaan diri tinggi,

dan hasil wawancara dari angket HARS subjek B/RS mendapatkan skor 12 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan rendah. Dan subjek C/AR mendapat skor kepercayaan diri 74 yang berada pada kategori kepercayaan diri sedang, dan hasil wawancara dari angket HARS subjek C/AR mendapatkan skor 22 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan sedang.

Kata Kunci:Faktor penyebab kecemasan, HARS, Kepercayaan Diri.

Daftar Pustaka 32 (1959-2017)

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Skripsi dengan judul “Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab Soal Matematika Ditinjau dari Kepercayaan Diri” yang ditulis oleh Putri Dinah Oktavia Nomor Pokok 2014830003 Telah Diujikan pada Rabu, 22 Agustus 2018. Diterima dan disahkan untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam mencapai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Matematika Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

**Mengesahkan,
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
Dekan,**

Panitia Ujian

Tanda Tangan

Tanggal

Dr. Ahmad Santoso, M.Pd.

Ketua

Ismah, M.Si.

Sekretaris

Viarti Eminita, M.Si.

Pembimbing

Arlin Astriyani, M.Pd.

Penguji – 1

Ririn Widyasari, M.Pd.

Penguji – 2

LEMBAR PENGESAHAN

Diterima dan disahkan oleh Komisi Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam menempuh ujian Sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Pendidikan Matematika Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Nama : Putri I
Nomor Pokok : 2014830003
Judul Skripsi : Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab Soal Matematika
Ditinjau dari kepercayaan Diri.
Angkatan : 2014 / 2015
Tanggal : 22 Agustus 2018

FAKTA INTEGRITAS

Yang bertandatangan di bawah ini:

- a. Nama : Putri Dinah Oktavia
- b. Tempat, Tanggal Lahir : Jakarta, 25 Oktober 1996
- c. Fakultas/Prodi : Ilmu Pendidikan / Pendidikan Matematika
- d. Nomor Pokok : 2014830003
- e. Alamat Rumah : Jalan Pangandaran 1 No. 16
RT/RW : 007/004
Kel/Desa/Kec :
Kabupaten : Tangerang
- f. No. Telp/HP : 0812-8020-7585
- g. Judul Skripsi : Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab Soal Matematika Ditinjau dari Kepercayaan Diri

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa seluruh dokumen/data yang saya sampaikan pada skripsi ini adalah benar sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dokumen data terdapat indikasi penyimpangan atau pemalsuan pada bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian fakta integritas ini saya buat dengan sesungguhnya tanpa adanya paksaan dari siapapun juga, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Agustus 2018

bersangkutan

Dinah Oktavia

Jakarta,

Mahasiswa yang

Putri

**PERNYATAAN PERSETUJUAN
PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK PENINGKATAN AKADEMIK**

Sebagai sivitas Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta, saya yang bertandatangan di bawah ini:

| | |
|---------------|-------------------------|
| Nama | : Putri Dinah Oktavia |
| No. Pokok | : 2014830003 |
| Program Studi | : Pendidikan Matematika |
| Fakultas | : Ilmu Pendidikan |
| Jenis Karya | : Skripsi |

Demi pengembangan ilmu Pendidikan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta

Hak Bebas Royalty Non Eksklusif (*Non Exlusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

ANALISIS KECEMASAN SISWA DALAM MENJAWAB SOAL
MATEMATIKA DITINJAU DARI KEPERCAYAAN DIRI

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas *Royalty* Fakultas Ilmu Pendidikan berhak menyimpan, menggali media, mengelola dalam bentuk perangkat data (*data base*) merawat dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal, Agustus

2018

Putri Dinah Oktavia

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan Kepada
Papah, Mamah, Adik, dan tak lupa juga
teman-teman Khususnya Deswita
Nurazlia, Sylmi Wulan Dita, Mutia Rahma
Setyani, Aini Syifa, Ismi Mufida, Maria Ulfa,
Saleha Mufida, Siska Indriyani dan PMTK
2014 yang telah membantu penyelesaian
skripsi ini.

Motto

Ridha ALLAH

tergantung kepada Keridhaan orang tua dan

murkanya ALLAH tergantung pada

murkanya orang tua

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah S.W.T atas rahmat, hidayahnya, serta nikmat yang tak pernah putus sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi berupa laporan hasil dari Penelitian kualitatif deskriptif yang berjudul “**Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab Soal Matematika Ditinjau dari Kepercayaan Diri**” dengan tepat waktu. Sholawat serta salam semoga senantiasa

terlimpahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarganya, tabi'it-tabi'innya sampai pada kita nanti selaku umatnya. Penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu Tugas akhir Prodi Pendidikan Matematika Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta Tahun 2017-2018.

Skripsi ini dibuat dan diajukan sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta. Dalam penulisan skripsi ini tentu masih banyak sekali kekurangan dan kelemahan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan oleh penulis untuk penyempurnaan skripsi ini.

Penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan motivasi baik secara langsung maupun tidak langsung dalam proses penyelesaian pembuatan Skripsi ini. Untuk itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswan, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
2. Ibu Rahmita Nurul Muthmainnah, M.Pd., M.Sc selaku Ketua Program Studi Pendidikan Matematika Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Jakarta.

3. Ibu Viarti Eminita M.Si selaku Dosen Pembimbing yang memberikan arahan dan juga selalu sabar dalam pembuatan Skripsi ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan baik dan tepat pada waktu yang telah ditentukan.
4. Bapak Nurachman, M.Pd selaku kepala sekolah SMA ISLAM AL-GHOZALI beserta staf pengajar yang telah menerima peneliti dengan baik dan memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMA ISLAM AL-GHOZALI kepada peneliti sehingga skripsi ini selesai tepat pada waktunya.
5. Bapak Mali, S.Pd selaku guru pelajaran matematika kelas X-C yang telah menerima peneliti dengan baik sehingga penulis dapat melakukan penelitian di SMA ISLAM AL-GHOZALI sehingga skripsi ini selesai tepat pada waktunya.
6. Kepada seluruh siswa kelas X-C SMA ISLAM AL-GHOZALI yang telah membantu pada saat penelitian.
7. Kedua orang tua tercinta yang tidak henti-hentinya memotivasi dan mendoakan agar tercapainya cita-cita dan selesainya penulisan Skripsi ini bisa dikerjakan sesuai dengan yang diharapkan.
8. Terima kasih terhususkan buat sahabat sekaligus teman seperjuangan Mutia, Deswita, Sylmi, Aini, Ismi, Ulfa, Fida, dan siska yang selalu menyemangati dan memotivasi penulis dalam pembuatan Skripsi ini.

9. Semua teman-teman Fakultas Ilmu Pendidikan Program Studi Matematika angkatan 2014 yang selalu membantu dalam segala hal sehingga sampai penulisan skripsi ini.
10. Kepada semua pihak yang telah banyak ikut dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan semuanya secara satu – persatu.

Akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama bagi penulis dan umumnya bagi semua pihak yang membacanya demi pengembangan proses pembelajaran di sekolah masing-masing.

Jakarta, Agustus 2018
Penulis

Putri Dinah Oktavia
(2014830003)

DAFTAR ISI

| | |
|---|------------|
| ABSTRAK | I |
| PERSETUJUAN PEMBIMBING PERSYARATAN UNTUK UJIAN SKRIPSI | II |
| PERSETUJUAN PANITIA UJIAN | III |
| LEMBAR PENGESAHAN | IV |

| | |
|--|--------------|
| FAKTA INTEGRITAS | V |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH | VI |
| PERSEMBAHAN | VII |
| MOTTO | VIII |
| KATA PENGANTAR | IX |
| DAFTAR ISI | XIII |
| DAFTAR TABEL | XVI |
| DAFTAR GAMBAR | XVII |
| DAFTAR LAMPIRAN | XVIII |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Fokus Masalah | 7 |
| C. Rumusan Masalah | 8 |
| D. Tujuan Penelitian | 8 |
| E. Manfaat Penelitian | 9 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA BERPIKIR | |
| A. KAJIAN PUSTAKA | 11 |
| 1. Matematika | 11 |
| a. Pembelajaran Matematika | 11 |
| b. Ujian Matematika | 15 |
| 2. Kecemasan | 17 |
| a. Pengertian Kecemasan | 17 |

| | |
|--|----|
| b. Gejala-Gejala Kecemasan | 19 |
| c. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan | 22 |
| 1) Kondisi Situasi Kelas yang Kurang Kondusif..... | 23 |
| 2) Ujian Nasional Matematika..... | 24 |
| 3) Lemahnya Kemampuan Guru dalam Menyampaikan Materi Pembelajaran yang sedang Dipelajari..... | 25 |
| 4) Matematika Memiliki Banyak Rumus..... | 26 |
| 5) Tuntutan untuk Mendapat Nilai yang Baik..... | 28 |
| 6) Siswa Tidak Bisa Menyelesaikan Permasalahan Matematika..... | 29 |
| 3. Kepercayaan Diri | |
| a. Pengertian Kepercayaan Diri | 30 |
| b. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri | 32 |
| B. KERANGKA BERPIKIR | 33 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|--------------------------------------|----|
| A. Tempat dan Waktu Penelitian | 35 |
| 1. Tempat Penelitian..... | 35 |
| 2. Waktu Penelitian..... | 35 |
| B. Metode Penelitian | 36 |
| C. Desain Penelitian | 39 |
| D. Subjek Penelitian | 41 |

| | |
|--|------------|
| E. Teknik Pengumpulan Data | 42 |
| 1. Observasi..... | 42 |
| 2. Angket..... | 44 |
| 3. Wawancara..... | 47 |
| F. Teknik Analisis Data | 48 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | |
| A. Deskripsi Penelitian | 54 |
| B. Analisis Data | 56 |
| C. Interpretasi Hasil Penelitian | 132 |
| BAB V PENUTUP | |
| A. Kesimpulan | 138 |
| B. Saran | 140 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 143 |
| LAMPIRAN | 148 |

DAFTAR TABEL

| | Hal. |
|--|-------------|
| Tabel 3.1 Waktu dan Kegiatan Penelitian | 36 |
| Tabel 3.2 Kisi-Kisi Angket Tertutup..... | 45 |
| Tabel 3.3 Skor Pernyataan Angket | 46 |
| Tabel 3.4 Kisi-kisi penyusunan instrumen Kecemasan siswa | 47 |
| Tabel 3.5 Norma Kategorisasi Skor Kepercayaan Dirii..... | 51 |
| Tabel 3.6 Hasil Perhitungan Kategorisasi Kepercayaan Diri..... | 52 |
| Tabel 3.7 Skala Tingkatan HARS | 53 |

| | |
|--|-----|
| Tabel 4.1 Daftar Nama Siswa yang Memiliki Hasil Konsisten..... | 55 |
| Tabel 4.2 Rekapitulasi Data Angket HARS dan Wawancara Subjek A.... | 57 |
| Tabel 4.2.1 Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek A | 58 |
| Tabel 4.2.2 Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek A | 60 |
| Tabel 4.2.3 Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek A | 62 |
| Tabel 4.2.4 Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek A | 65 |
| Tabel 4.2.5 Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek A | 67 |
| Tabel 4.2.6 Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek A | 68 |
| Tabel 4.2.7 Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek A | 70 |
| Tabel 4.2.8 Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek A | 72 |
| Tabel 4. 2.9 Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek A | 74 |
| Tabel 4.2.10 Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek A | 75 |
| Tabel 4.2.11 Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek A | 77 |
| Tabel 4.2.12 Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek A | 79 |
| Tabel 4.2.13 Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek A | 81 |
| Tabel 4.3 Rekapitulasi Data Angket HARS dan Wawancara Subjek B.... | 83 |
| Tabel 4.3.1 Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek B | 84 |
| Tabel 4.3.2 Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek B | 85 |
| Tabel 4.3.3 Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek B | 87 |
| Tabel 4.3.4 Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek B | 89 |
| Tabel 4.3.5 Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek B | 92 |
| Tabel 4.3.6 Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek B | 93 |
| Tabel 4.3.7 Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek B | 95 |
| Tabel 4.3.8 Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek B | 97 |
| Tabel 4.3.9 Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek B | 98 |
| Tabel 4.3.10 Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek B | 100 |
| Tabel 4.3.11 Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek B | 101 |
| Tabel 4.3.12 Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek B | 103 |
| Tabel 4.3.13 Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek B | 105 |
| Tabel 4.4 Rekapitulasi Data Angket HARS dan Wawancara Subjek C.. | 107 |
| Tabel 4.4.1 Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek C | 108 |

| | |
|---|-----|
| Tabel 4.4.2 Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek C | 110 |
| Tabel 4.4.3 Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek C | 112 |
| Tabel 4.4.4 Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek C | 115 |
| Tabel 4.4.5 Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek C | 117 |
| Tabel 4.4.6 Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek C | 118 |
| Tabel 4.4.7 Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek C | 120 |
| Tabel 4.4.8 Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek C | 121 |
| Tabel 4.4.9 Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek C | 123 |
| Tabel 4.4.10 Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek C | 124 |
| Tabel 4.4.11 Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek C | 126 |
| Tabel 4.4.12 Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek C | 128 |
| Tabel 4.4.13 Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek C | 129 |
| Tabel 4.5 Skor Tingkat Kecemasan Subjek A..... | 133 |
| Tabel 4.6 Skor Tingkat Kecemasan Subjek B..... | 134 |
| Tabel 4.7 Skor Tingkat Kecemasan Subjek C | 135 |

DAFTAR GAMBAR

| | Hal. |
|--|-------------|
| Gambar 2.1 Bagan Kerangka Berpikir | 34 |
| Gambar 3.1 Diagram Alur Penelitian | 40 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Hal. |
|--|-------------|
| Lampiran 1. Profil Sekolah..... | 144 |
| Lampiran 2. Angket Kepercayaan Diri Matematis..... | 146 |
| Lampiran 3. Perhitungan Angket Kepercayaan Diri..... | 149 |
| Lampiran 4. Rekapitulasi Hasil Perhitungan Angket Kepercayaan Diri . | 151 |
| Lampiran 5. Daftar Nama Siswa yang Konsisten..... | 152 |
| Lampiran 6. Angket HARS..... | 153 |

| | |
|--|-----|
| Lampiran 7. Rubrik Penilaian Angket HARS | 157 |
| Lampiran 8. Rekapitulasi Hasil Angket HARS | 158 |
| Lampiran 9. Transkrip Hasil Wawancara | 161 |
| Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian | 196 |
| Lampiran 11. Dokumentasi Surat-Surat..... | 200 |
| Lampiran 12. Uji Referensi | 204 |
| Lampiran 13. Riwayat Hidup Penulis | 211 |

Daftar Tabel

Daftar Gambar

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan kita terutama pada zaman sekarang yang segala sesuatunya sangatlah modern. Pentingnya pendidikan adalah karena dengan pendidikan seseorang bisa belajar semua ilmu pengetahuan yang ada, mulai dari ilmu pengetahuan yang sudah diajarkan sejak lahir, pada saat sekolah, sampai sekarang ini. Dengan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan, seorang manusia dapat membedakan hal yang baik maupun buruk, sehingga setiap manusia khususnya masyarakat Indonesia berhak mendapatkan pendidikan dan diharapkan akan selalu berkembang setiap tahunnya. Karena kemajuan suatu negara dilihat dari kemajuan pendidikan masyarakatnya.

Mengenyam pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan apa yang dicita-citakan. Oleh karena itu, proses pembelajaran sangatlah diperlukan oleh seluruh rakyat Indonesia sebagai mana yang telah tertera dalam Undang-Undang Dasar

Republik Indonesia Tahun 1945 pada Pasal 31 yang mengatakan bahwa setiap warga negara berhak mendapat dan mengikuti pendidikan dasar dan pemerintah wajib membiayainya. Oleh sebab itu, sebenarnya tidak ada alasan bagi warga negara Indonesia untuk meninggalkan pendidikan dengan alasan tidak adanya biaya, karena berdasarkan pasal yang dijelaskan di atas pemerintah memiliki kewajiban untuk pembiayaan pendidikan warga negara Indonesia.

Menurut Muhamad (2016: 10), proses pembelajaran merupakan aktivitas yang paling utama dalam proses pendidikan disekolah. Pembelajaran matematika merupakan suatu proses belajar mengajar yang terdiri dari dua aspek, yaitu belajar yang dilakukan oleh siswa dan mengajar yang dilakukan oleh guru. Belajar tertuju kepadaapa yang harus dilakukan oleh seseorang sebagai subjek yang menerima pelajaran, sedangkan mengajar berorientasi pada apa yang harus dilakukan oleh guru sebagai pemberi pelajaran. Kedua aspek ini akan berkolaborasi secara terpadu menjadi suatu kegiatan pada saat terjadi interaksi guru dan siswa, serta siswa dengan siswa di saat pembelajaran matematika berlangsung.

Dalam hal ini, guru memegang peranan strategis terutama dalam upaya membentuk watak bangsa melalui pengembangan kepribadian dan nilai-nilai yang diinginkan. Dari dimensi tersebut, peranan guru sulit digantikan dengan yang lain,Supriadi dalam Aunurrahman (2009: 4) menyebutkan bahwa dalam proses

pembelajaran di kelas, guru tidak cukup hanya berbekal pengetahuan berkenaan dengan bidang studi yang diajarkan, akan tetapi perlu memperhatikan aspek-aspek pembelajaran secara holistik yang mendukung terwujudnya pengembangan potensi-potensi peserta didik (Aunurrahman, 2009: 4).

Beragam jenis ilmu memiliki peranan tersendiri dalam kehidupan, namun pelajaran matematika sebagai salah satu mata pelajaran yang diajarkan pada setiap jenjang pendidikan formal memegang peranan yang sangat penting. Realisasi pendidikan matematika diajarkan pada peserta didik, tercermin pada ditematkannya matematika sebagai salah satu ilmu dasar untuk semua jenis dan jenjang pendidikan. Mengingat pentingnya peranan matematika maka pembelajaran matematika yang ada di setiap sekolah perlu mendapatkan perhatian serius.

Dewasa ini banyak sekali siswa yang masih merasa bahwa matematika adalah pelajaran yang sulit, tidak mudah dipahami, dan para siswa dituntut untuk menguasai pelajaran matematika secara baik dan benar. Karena, matematika disamping sebagai ilmu dasar juga sebagai sarana berpikir ilmiah yang sangat berpengaruh untuk menunjang keberhasilan belajar siswa dalam menempuh pendidikan yang lebih tinggi. Guru mengupayakan pemberian tugas terhadap materi yang kurang dipahami kepada peserta didik yang dianggap

masih rendah hasil evaluasinya untuk menumbuhkan rasa kepercayaan diri siswa dalam pembelajaran matematika.

Rasa percaya diri adalah salah satu diantara aspek-aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Rasa percaya diri sangat membantu manusia dalam perkembangan kepribadiannya. Guilford dalam Longkutoy (2015: 94), mengemukakan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri dapat dinilai melalui tiga aspek merasa adekuat (memenuhi syarat) terhadap tindakan yang dilakukan, merasa diterima oleh lingkungan, dan memiliki ketenangan sikap. Rasa percaya diri dapat diwujudkan melalui sikap berani dan yakin dalam melakukan sesuatu. Namun, fenomena yang terlihat saat ini adalah masalah yang muncul pada siswa-siswa di sekolah berhubungan dengan kurangnya rasa kepercayaan diri Longkutoy (2015: 94). Setiap manusia wajib memiliki kepercayaan diri pada segala hal, karena kepercayaan diri sangat diperlukan. Namun, masih banyak manusia yang sering mengalami hilangnya kepercayaan diri sehingga banyak manusia yang mengalami putus asa. Sebagaimana yang telah Allah SWT telah jelaskan di dalam kitab-Nya, pada surah Yusuf ayat 87.

يَا بَنِيَّ اذْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يُوسُفَ وَأَخِيهِ وَلَا تَيْأَسُوا مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ
رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ

“Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah.

Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir". (Q. S: Yusuf : 87)

Di dalam surat tersebut, sudah dijelaskan bahwa sebagaimanusiajangan pernah berputus asa atas rahmat yang telah Allah SWT berikan, karena apabila kita berputus asa terhadap apa yang telah Allah SWT berikan kepada kita maka kita, akan termasuk kedalam golongan kaum yang kafir, karena setiap suatu kesulitan pasti akan ada kemudahan dan Allah SWT akan memberikan beban sesuai dengan kemampuan hamba-Nya.

Seseorang akan merasa cemas pada saat diatelah kehilangan rasa kepercayaan dirinya terhadap sesuatu. Secara umum rasa cemas dimiliki oleh setiap manusia. Kecemasan merupakan respon yang paling umum yang menyatakan kondisi "*waspada*" dan mendorong seseorang untuk melakukan aktivitasnya secara kreatif. Pada prinsipnya, kecemasan sangat bermanfaat bila hal tersebut dapat dijadikan sebagai motivasi bagi individu, namun kecemasan bias menjadi hambatan bila tingkatannya tidak sesuai proporsi ancaman atau dating tanpa ada penyebabnya menurut (Nevid, dkk dalam Aminullah, 2013: 206).

Kecemasan yang sering dialami oleh remaja biasanya berkaitan dengan proses dan pembelajaran yang diberikan di sekolah, termasuk oleh para siswa SMP. Banyak hal yang dapat menyebabkan timbulnya kecemasan pada saat pelajaran dikelas, terlebih pada pelajaran matematika dan bahasa inggris. Zakaria dalam Aminullah (2013) menyatakan bahwa kecemasan siswa dalam pelajaran matematika berakar pada saat di kelas dasar dan menengah. Dari

hasil survey terdapat 16% siswa yang memiliki pengalaman yang negative terhadap matematika sejak kelas 3-4.

Kecemasan adalah sebuah perasaan yang pastinya dimiliki oleh setiap manusia, baik anak kecil maupun dewasa pada saat menghadapi hal yang meragukan terhadap diri individu tersebut, Allah SWT menggambarkannya dalam Surah Al-Fajr ayat 27-30 yang berbunyi sebagai berikut :

يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧) ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً (٢٨) فَأَدْخِلِي فِي

عِبَادِي (٢٩) وَأَدْخِلِي جَنَّتِي (٣٠)

“Wahai jiwa yang tenang! (27), Kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang ridha dan diridhai-Nya (28). Maka masuklah ke dalam golongan hamba-hambak-Ku (29), dan masuklah ke dalam surga-Ku (30).”(Q. S Al-Fajr: 27-30)

Kondisi seseorang pada saat merasakan rasa cemas akan kehilangan rasa ketenangan dalam menghadapi suatu hal. Ada banyak manusia yang berpikir, merasa, dan yakin bahwa di dalam dirinya tidak memiliki keunggulan, bakat, atau kelebihan apapun yang pantas diandalkan. Isi pikiran, perasaan, dan keyakinan semacam itu, entah sadari atau tidak, lama kelamaan membentuk sebuah kesimpulan di dalam batin, membentuk kepribadian seseorang, membentuk opini tentang diri, membentuk definisi diri yang kita ciptakan sendiri tentang diri kita.

Berdasarkan hasil penelitian kecemasan menghadapi Ujian Semester yang dilakukan oleh I GedeTresna dalam Risyadi (2016: 79) menyatakan bahwa kecemasan menghadapi Ujian Semester dipicu oleh kondisi pikiran, perasaan dan perilaku motorik yang tidak

terkendali. Manifestasi kognitif yang tidak terkendali menyebabkan kondisi menjadi tegang, manifestasi afektif yang tidak terkendali mengakibatkan timbulnya perasaan akan terjadinya hal buruk, dan perilaku motorik yang tidak terkendali menyebabkan siswa menjadi gugup dan gemetar saat menghadapi Ujian Semester.

Sejalan berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dilakukan penelitian tentang **“Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab soal Matematika Ditinjau dari Kepercayaan Diri.”**

B. Fokus Masalah

Melihat seberapa luasnya permasalahan tentang kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika, maka fokus dari penelitian ini adalah: mencari tahu tingkat kecemasan, dampak-dampaknya, dan faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menjawab soal matematika pada kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali.

C. Rumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini adalah siswa yang mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika. Adapun permasalahannya adalah :

1. Bagaimana tingkat kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri?
2. Apa sajakah dampak-dampak yang terjadi ketika siswa mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri?
3. Apa saja faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang akan didapatkan dari hasil penelitan yang akan peneliti teliti adalah :

1. Mendiskripsikan tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri.
2. Mendeskripsikan apa saja dampakdampak yag terjadi ketika siswa mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang ditinjau dari kepercayaan diri.
3. Mendeskripsikan apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri.

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut :

1. Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui tingkat kecemasan siswa yang ditinjau dari kepercayaan diri siswa dalam menjawab soal matematika yang diberikan oleh guru dan member sedikit pesan berupa motivasi yang bertujuan untuk mengurangi kecemasan siswa tersebut.

2. Guru

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan evaluasi guna meningkatkan kualitas mengajar, selain itu guru juga bisa mengetahui dampak-dampak yang ditimbulkan pada saat siswa mengalami kecemasan dalam menjawab soal matematika.

3. Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu masukan dan perbaikan agar guru tersebut dapat mencari metode yang lebih efektif yang dapat digunakan pada saat pembelajaran matematika, sehingga siswa menjadi pribadi yang lebih percaya terhadap dirinya sendiri khususnya dalam menjawab soal matematika yang diberikan oleh guru.

4. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan melakukan penelitian selanjutnya, khususnya yang terkait dengan analisis kecemasan siswa yang ditinjau dari kepercayaan diri.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kajian Teori

Dalam bab II ini peneliti akan menguraikan beberapa teori yang dapat membantu untuk menunjang penelitian ini yang mana teori-teori tersebut berhubungan dengan permasalahan yang akan diteliti, yaitu: mengenai kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri.

1. Matematika

a. Pembelajaran Matematika

Dalam buku *Theoris of Learning* (1975) mengemukakan bahwa ``Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap sesuatu situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laju itu tidak dapat dijelaskan atau dasar kecenderungan respon pembawaan, kematangan, atau keadaan-keadaan sesaat seseorang (misalnya kelelahan, pengaruh obat, dan sebagainya) Hilgard dan Bower dalam Purwanto (2017: 84).

Dalam UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3 tercantum sebagai berikut: Pendidikan Nasional bertujuan untuk mengembangkan

potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Rumusan tujuan di atas merupakan rujukan utama untuk penyelenggaraan pembelajaran bidang studi apapun, antara lain dalam bidang studi matematika.

Pengertian matematika tidak didefinisikan secara mudah dan tepat mengingat ada banyak fungsi dan peranan matematika terhadap bidang studi yang lain. Kalau ada definisi tentang matematika maka itu bersifat tentatif, tergantung kepada orang yang mendefinisikannya. Bila seseorang tertarik pada bilangan, maka ia akan mendefinisikan matematika adalah kumpulan bilangan yang dapat digunakan untuk menyelesaikan persoalan hitungan dalam perdagangan.

Menurut Hendriana (2014: 6), matematika memuat suatu kumpulan konsep dan operasi-operasi, tetapi di dalam pembelajaran matematika pemahaman siswa mengenai hal-hal tersebut lebih objektif dibanding mengembangkan kekuatannya dalam perhitung-hitungannya. Penjelasan yang dijelaskan oleh Hendriana adalah inti mengenai tentang pengertian matematika dalam pembelajaran matematika.

Beberapa orang mendefinisikan matematika berdasarkan struktur matematika, pola pikir matematika pemanfaatannya bagi bidang lain, dan sebagainya. Atas dasar pertimbangan itu maka ada beberapa definisi tentang matematika menurut Anita,dkk (2008) dalam Hamzah (2014:47), yaitu:

1. Matematika adalah cabang pengetahuan eksak dan terorganisasi
2. Matematika adalah ilmu tentang keluasan atau pengukuran dan letak
3. Matematika adalah ilmu tentang bilangan-bilangan dan hubungan-hubungannya
4. Matematika berkenaan dengan ide-ide, struktur-struktur, dan hubungan-hubungannya yang diatur menurut urutan yang logis
5. Matematika adalah ilmu yang deduktif yang tidak menerima generalisasi yang didasarkan pada observasi (induktif) tetapi diterima generalisasi yang didasarkan kepada pembuktian yang deduktif
6. Matematika adalah ilmu tentang struktur yang terorganisasi mulai dari unsur yang tidak didefinisikan ke unsur yang didefinisikan, ke aksioma atau postulat akhirnya ke dalil atau teorema

7. Matematika adalah ilmu tentang logika mengenai bentuk, susunan besaran, dan konsep-konsep hubungan lainnya yang jumlahnya banyak dan terbagi ke dalam tiga bidang, yaitu aljabar, analisis, dan geometri

Hamzah, dkk (2014: 65)berpendapat bahwa pembelajaran matematika harus direncanakan dengan matang agar perkembangan pengetahuan anak didik meningkat dalam setiap satuan pendidikan. Siswa diberi pengalaman menggunakan matematika sebagai alat untuk memahami dan menyampaikan informasi misalnya melalui persamaan–persamaan atau tabel-tabel dalam model–model matematika yang merupakan penyederhanaan dari soal-soal cerita atau soal-soal uraian matematika lainnya. Matematika sebagai salah satu mata pelajaran yang diajarkan di sekolah juga harus berkontribusi terhadap pembentukan kompetensi inti. Untuk dapat mencapai kompetensi ini maka perlu dirumuskan kompetensi dasar terkait mata pelajaran matematika. Adapun beberapa diantara kompetensi dasar yang termuat dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 68 tahun 2013 antara lain:

1. Menunjukkan sikap logis, kritis, analitik, konsisten, dan teliti, bertanggung jawab, responsif, dan tidak mudah menyerah dalam memecahkan masalah

2. Memiliki rasa ingin tahu, percaya diri dan ketertarikan pada matematika serta rasa percaya pada daya dan kegunaan matematika, yang terbentuk melalui pengalaman belajar
3. Memiliki sikap terbuka, santun, objektif, menghargai pendapat orang dan karya teman dalam interaksi kelompok maupun aktivitas sehari-hari

Berdasarkan uraian tersebut, setidaknya terdapat beberapa kompetensi dasar yang mana kompetensi dasar tersebut diharapkan dimiliki oleh siswa setelah mempelajari pelajaran matematika.

b. Ujian Matematika

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia nomor 20 Tahun 2003 yang menyatakan bahwa dalam rangka pengendalian mutu pendidikan secara nasional dilakukan evaluasi sebagai bentuk akuntabilitas penyelenggara pendidikan kepada pihak-pihak yang berkepentingan. Menurut Daryanto dalam Walasary (2015: 510) untuk menilai dan mengukur keberhasilan pembelajaran yang selama ini dilakukan sangat diperlukan adanya suatu evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk menilai dan mengukur sampai sejauh mana

tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan guru kepada siswanya.

Evaluasi pembelajaran biasanya dilakukan 4 kali dalam satu tahun pelajaran. Namun, ada juga evaluasi pembelajaran yang dilakukan secara nasional atau yang biasa disebut ujian nasional (UN) bertujuan untuk menilai dan mengukur kompetensi peserta didik secara nasional dilaksanakan setelah mengikuti pembelajaran yang diberikan para guru pada pendidikan formal (Soedijarto dalam Walasary (2015: 510)).

Bagi siswa yang kurang menyukai pelajaran matematika tentulah sebuah tantangan dalam mengerjakan ujian matematika. Apalagi jika didukung oleh pemahaman pelajaran yang kurang membuat siswa tidak menyukai pelajaran matematika. Banyak sekali siswa yang mengalami kecemasan saat ujian terutama ujian matematika karena kurangnya latihan sebelum menghadapi ujian tersebut. Oleh karena itu, banyak sekali siswa yang kurang percaya diri karena melihat teman-temannya panik dalam menghadapi ujian khususnya pelajaran matematika.

2. Kecemasan

a. Pengertian kecemasan

Rasa kecemasan pasti ada disetiap diri seorang manusia, karena kecemasan merupakan perasaan yang akan muncul apabila seseorang berada dalam suatu kondisi yang membuat dirinya tidak nyaman. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2015: 256) kecemasan adalah perihal cemas, makna lainnya terlampau cemas.

Pengertian kecemasan menurut Ollendick dalam Izzaty (2017: 178) kecemasan (*anxiety*) menunjukkan kepada keadaan emosi yang tidak menyenangkan, yang meliputi interpretasi subjektif dan *arousal* atau rangsangan fisiologis, misalnya bernafas lebih cepat, jantung berdebar-debar, dan berkeringat dingin. Sehingga, di saat seseorang mengalami rasa cemas, orang tersebut akan merasakan beberapa dampak dari kecemasan tersebut.

Pada dasarnya, kecemasan merupakan perasaan yang pasti dialami oleh setiap manusia, sehingga kecemasan seperti sudah melekat dalam kehidupan sehari-hari. Kecemasan merupakan sebuah perasaan yang muncul pada diri seseorang pada saat ia mengalami ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri dalam menghadapi masalah yang ada.

Menurut Anita (2014: 126), mengatakan bahwa kecemasan yang dialami siswa pada mata pelajaran matematika sering disebut sebagai kecemasan matematika (*Mathematics Anxiety*). Kecemasan terhadap matematika tidak bisa dipandang sebagai hal biasa, karena ketidakmampuan siswa dalam beradaptasi pada pelajaran menyebabkan siswa kesulitan serta fobia terhadap matematika yang akhirnya menyebabkan hasil belajar dan prestasi siswa dalam matematika rendah.

Selanjutnya, kecemasan matematika pada siswa dapat berdampak terhadap suasana tidak nyaman selama proses pembelajaran berlangsung. Akibatnya, matematika dianggap sebagai pelajaran yang sulit, karena karakteristik matematika yang abstrak, logis, sistematis, dan penuh dengan lambing serta rumus yang membingungkan (Budiman, 2014: 21).

Menurut *George Brown Collage* (2014) menyatakan bahwa kecemasan matematika merupakan perasaan tertekan yang mempengaruhi kemampuan matematika, sikap negative pada matematika, ataupun merasa kurang percaya diri terhadap matematika.

Menurut Clute (1984) dalam Budiman (2014; 21), beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan

matematika merupakan salah satu faktor yang memiliki hubungan negatif dengan prestasi belajar siswa. Tingkat kecemasan siswa yang tinggi mengakibatkan prestasi belajar siswa yang rendah.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah sebuah perasaan ketakutan yang tidak jelas penyebabnya. Kecemasan matematika merupakan pemikiran kegagalan terhadap sesuatu yang akan dialaminya pada masa yang akan datang yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.

b. Gejala-gejala Kecemasan

Menurut *Psychol*(1959: 81) *The Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) adalah salah satu skala penilaian pertama yang dikembangkan untuk mengukur tingkat keparahan gejala kecemasan, dan masih banyak digunakan saat ini di kedua pengaturan klinis dan penelitian.

Skala ini terdiri dari 14 item, masing-masing ditentukan oleh serangkaian gejala, dan mengukur kecemasan psikis (agitasi mental dan tekanan psikologis) dan kecemasan somatik (keluhan fisik yang berhubungan dengan kecemasan). Meskipun HARS tetap banyak digunakan sebagai ukuran hasil dalam uji klinis, telah dikritik karena

kemampuan yang kadang-kadang buruk untuk membedakan antara efek *anxiolytic* dan antidepresan, dan kecemasan somatik terhadap efek samping somatik.

HARS tidak memberikan pertanyaan penyelidikan standar. Meskipun demikian, tingkat keandalan interrater yang dilaporkan untuk skala tampaknya dapat diterima skala kecemasan Hamilton terdiri dari empat belas item. Pada skala, setiap item disajikan dalam format tertentu mengikuti nomor item. Item itu sendiri terdaftar bersama dengan deskripsi singkat dari kriteria. Deskripsi ini dalam bentuk frasa singkat yang menguraikan item dan memberikan kekhususan kepada dokter mengenai evaluasi yang tepat.

Terdapat lima poin, pada setiap item yang menampilkan angka 0 hingga 4 dan digariskan oleh persegi. Untuk mempelajari lebih lanjut tentang penilaian spesifik mengenai skala kecemasan Hamilton, dilanjutkan ke bagian skor. Setiap kriteria pada skala adalah perasaan independen yang terkait dengan kecemasan. Kolaborasi dari masing-masing kriteria penilaian independen ini dimaksudkan untuk mengevaluasi keparahan kecemasan pasien.

Di bawah ini adalah kriteria verbatim dan definisi singkat mereka (seperti yang dijelaskan di atas) seperti yang disajikan dalam *Hamilton Anxiety Rating Scale*(HARS):

1. Perasaan Ansietas: cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, dan mudah tersinggung.
2. Ketegangan: merasa tegang, lesu, tak bisa beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemear, dan gelisah.
3. Ketakutan:pada gelap, pada orang asing, pada binatang besar, pada keramaian lalu lintas, dan pada kerumunan orang banyak.
4. Gangguan tidur:sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi buruk, mimpi buruk, dan mimpi menakutkan.
5. Gangguan kecerdasan: sukar konsentrasi dan daya ingat yang buruk.
6. Perasaan depresi:hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari.
7. Gejala somatik (otot): sakit dan nyeri di otot-otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk, dan suara tidak stabil.
8. Gejala somatik (sensorik): *tinnitus*, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemah, dan perasaan ditusuk-tusuk.
9. Gejala kardiovaskular: detak jantung di atas rata-rata,berdebar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras,

perasaan lesu/seperti ingin pingsan, dan detak jantung menghilang (berhenti sejenak).

10. Gejala respiratori: rasa tertekn atau sempit di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas, dan napaspendek.
11. Gejala gastrointestinal: sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, *mual*, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, dan suka buang air besar.
12. Gejala urogenital: sering buang air kecil, tidak dapat menahan buang air kecil, *amenore*, *menorrhagia*, dan menjadi dingin.
13. Gejala otonom: mulut kering, muka merah, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri.
14. Tingkah laku pada wawancara: gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, dan muka merah.

3. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan dalam Anditya (2016), menyatakan bahwa terdapat banyak

faktor yang mempengaruhi kecemasan matematika, diantaranya:

a. Kondisi situasi kelas yang kurang kondusif.

Menurut Alwisol (2009: 9) psikologi lingkungan adalah daya tahan setiap orang menghadapi tekanan lingkungan berbeda-beda. Psikologi kepribadian mengukur dan memprediksi dampak lingkungan terhadap tingkah laku. Kondisi situasi kelas yang kurang kondusif membuat siswa kesulitan dalam memahami materi pembelajaran, sehingga berdampak pada pemahaman siswa yang rendah.

Pemahaman yang rendah akan membuat siswa merasa khawatir tidak mampu mengerjakan soal matematika. Kekhawatiran yang dirasakan siswa akan memicu timbulnya kecemasan matematika pada diri siswa tersebut pada saat menjawab soal matematika. Atas dasar tersebut kondisi situasi kelas yang kurang kondusif dapat menyebabkan kecemasan matematika.

Aunurrahman (2009 : 181) menyatakan bahwa kesulitan berkonsentrasi merupakan indikator adanya masalah belajar dimana hal tersebut akan menjadi kendala di dalam mencapai hasil belajar yang diinginkan. Adapun kaitannya dengan faktor lain penyebab

kecemasan matematika, kekondusifan suasana belajar mengajar juga dipengaruhi oleh faktor guru.

b. Ujian Nasional Matematika.

Ujian nasional yang selalu diselenggarakan pada setiap tahunnya, juga menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan matematika. Ketika siswa dalam kondisi belum menguasai pelajaran matematika. Hal tersebut akan menyebabkan siswa merasa tertekan, dan menimbulkan kecemasan matematika pada diri siswa.

Ujian nasional matematika biasanya dilaksanakan pada semester kedua di kelas 12. Dengan adanya ujian nasional matematika, bisa menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan matematika. Pada tahun-tahun sebelumnya ujian nasional matematika merupakan hal yang membuat siswa kelas 12 merasa tertekan dan membuat siswa mengalami kecemasan pada dirinya.

Dalam sistem penilaian dan evaluasi juga ada kecenderungan untuk mengembangkan sikap negatif terhadap pikiran siswa. Scarpello (2007) dalam Ranjan (2013: 2), menyatakan ketergantungan pada tes berisiko tinggi telah memperkuat pengembangan sikap negatif terhadap matematika dan meningkatkan tingkat kecemasan siswa dalam matematika. yang menyatakan

bahwa pelaksanaan tes atau ujian dapat menimbulkan kecemasan matematika.

c. Lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi pelajaran yang sedang dipelajari.

Sebagaimana yang telah diuraikan di atas, ketidakpahaman siswa terhadap materi pelajaran dapat menyebabkan kecemasan matematika. Ketidakpahaman siswa terhadap materi pelajaran, mengartikan bahwa siswa mengalami kesulitan untuk memahami materi pelajaran. Kesulitan siswa tersebut disebabkan oleh lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi yang diajarkan. Atas dasar tersebut, peneliti beranggapan bahwa kecemasan matematika dapat disebabkan oleh lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi pelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh George(2014) menyebutkan bahwa *poor pedagogy* sebagai salah satu faktor penyebab kecemasan matematika.

Lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan materi dapat disebabkan oleh pemilihan metode pembelajaran yang kurang sesuai dengan gaya belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Ranjan(2013: 4), Pemecahan masalah adalah komponen penting dari pengajaran dan pembelajaran matematika, itu harus dipandang dalam cahaya positif untuk meredakan kecemasan matematika, konstruk psikologis yang mengganggu dalam mengembangkan keterampilan berpikir siswa. Ini dapat dianggap sebagai faktor penting yang signifikan dari keterampilan pemecahan masalah yang buruk dari siswa sekolah dalam matematika.

Oleh karena itu, pendidik harus mendefinisikan kembali metodologi pengajaran tradisional yang sering tidak sesuai dengan gaya belajar siswa dan keterampilan yang dibutuhkan dalam masyarakat. Metode belajar yang kurang sesuai dengan siswa dapat menyebabkan kecemasan matematika. Hal tersebut didukung oleh hasil angket tentang faktor-faktor penyebab kecemasan.

d. Matematika memiliki banyak rumus.

Karena matematika memiliki rumus yang banyak, siswa merasa kesulitan untuk memahami rumus-rumus matematika. Karena kesulitan untuk memahami rumus-rumus matematika, siswa merasa cemas terhadap matematikaselain itu karena merasa kesulitan dalam

memahami rumus-rumus, siswa merasa takut untuk menghadapi ujian nasional. Atas dasar tersebut peneliti merasa bahwa pendapat siswa yang menyatakan matematika memiliki rumus yang banyak merupakan salah satu faktor penyebab kecemasan matematika. Sependapatdengan hasil penelitian Olaniyan dan Medinat F. Salman dalam Anditya (2016) yang menyebutkan bahwa salah satu faktor penyebab kecemasan matematika dikarenakan matematika memiliki rumus yang banyak.

Siswa mengatakan matematika memiliki banyak rumus proses pembelajaran yang dilakukan dengan latihan soal kemudian dilanjutkan dengan pembahasan. Metode *drill* memang tepat jika digunakan untuk mempersiapkan siswa dalam menghadapi ujian, namun, perlu diperhatikan bagaimana kondisi pemahaman konsep pada siswa, maka menyebabkan siswa terfokus pada rumus-rumus yang digunakan dalam pembahasan soal tersebut.

e. Tuntutan untuk mendapatkan nilai yang baik

Tuntutan untuk mendapatkan nilai yang baik dalam pelajaran matematika oleh orang tua dan guru.

Hal ini menyebabkan anak hanya berorientasi pada hasil dan nilai saja bukan proses pembelajaran itu sendiri. Ketika seorang anak mendapat nilai yang jelek, dia menjadi tertekan dan menganggap dirinya bodoh. Menurut Thurson dalam Barseli (2017: 143), stres akademik dapat disebabkan oleh materi pelajaran yang sulit bagi siswa, sehingga muncul rasa takut terhadap guru yang mengajar. Siswa yang tingkat resiliensi (kemampuan untuk beradaptasi) terhadap stresnya baik dapat memiliki hasil belajar yang bagus.

Tekanan dan tuntutan yang bersumber dari kegiatan akademik disebut dengan stres akademik. Lebih lanjut, Misra dan Castillo dalam Barseli (2017: 144) menyebutkan bahwa stres akademik meliputi persepsi siswa terhadap banyaknya pengetahuan harus dikuasai dan persepsi terhadap ketidakcukupan waktu untuk mengembangkannya.

f. Siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika.

Berdasarkan pengalaman siswa ketika siswa tersebut merasa kesulitan dalam mengerjakan soal

matematika, menyebabkan siswa berpandangan bahwa matematika itu sulit. Jika pandangan tersebut telah menjadi *mindset* siswa, maka kecemasan matematika akan tumbuh pada diri siswa tersebut. Seperti hasil penelitian Denhere, menurut Schoenfield dalam Denhere (2015: 8), yang menyatakan bahwa Matematika adalah mata pelajaran yang sangat sulit dan hanya beberapa siswa yang cukup baik untuk secara matematis mahir. Dikondisikan untuk persepsi negatif seperti itu, siswa secara bertahap dikondisikan ke kesalahan tersebut. Kekeliruan yang luas dan merusak menciptakan konteks psikologis di mana siswa belajar matematika. Hal ini sependapat dengan hasil penelitian Olaniyan dalam Anditya (2016).

Ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan soal-soal matematika tentulah akan berdampak pada rendahnya prestasi siswa. Selain itu George (2014) menyatakan bahwa Pengaruh internal: *mindset* tetap vs pertumbuhan Individu dengan *mindset* tetap melihat kegagalan sebagai titik akhir. Individu dengan *mindset* berkembang melihat kegagalan sebagai peluang untuk meningkat.

Berdasarkan pernyataan siswa mengenai pengalaman mengerjakan soal matematika pada saat ujian, siswa merasa kesulitan dalam dirinya. Tentulah pengalaman tersebut merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan yang dialami oleh siswa.

4. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Elfiky (2017: 54) percaya diri adalah berbuat dengan penuh keyakinan. Apapun tantangan yang dihadapi dan dalam kondisi apa pun ia akan menggapai cita-citanya. Rasa percaya diri adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk maju dan berkembang serta selalu memperbaiki diri. Tanpa rasa percaya diri seseorang akan hidup dalam bayang-bayang orang lain. Ia akan selalu takut pada kegagalan dan sesuatu yang tidak diketahui.

Perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri yang mencakup penilaian dan penerimaan yang baik terhadap dirinya secara utuh, bertindak sesuai dengan apa yang diharapkan oleh orang lain sehingga individu dapat diterima oleh orang lain maupun lingkungannya. Penerimaan ini meliputi penerimaan secara fisik dan psikis. Perilaku yang menunjukkan keyakinan pada

kemampuan dan penilaian diri sendiri sering muncul dalam berbagai situasi untuk menghasilkan kinerja yang lebih unggul (Hendriana, 2017: 197-198).

Penjelasan yang lebih rinci tentang kepercayaan diri dikemukakan oleh Luser (1978) dalam Fitriani (2012: 91) sebagai berikut:

1. Keyakinan kemampuan diri adalah sikap positif seseorang tentang dirinya, ia yakin secara sungguh-sungguh apa yang akan dilakukannya.
2. Optimis, adalah sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Objektif, seseorang yang memandang permasalahan sesuai dengan kebenaran yang semestinya bukan menurutnya.
4. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
5. Rasional dan realistis, yaitu analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berdasarkan pendapat yang telah diuraikan di atas, dapat disimpulkan indikator utama percaya diri sebagai berikut: 1) percaya pada kemampuan diri sendiri; 2) bertindak mandiri dalam mengambil keputusan; 3) menghargai diri dan usaha sendiri; 4) bersemangat ketika mengemukakan pendapat dalam diskusi; 5) berani menghadapi tantangan.

b. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan memiliki sifat dan perilaku antara lain: tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan punya kecendrungan melempar kesalahan pada orang lain (Fiorentika, 2016: 105)

Menurut Sugiarto dalam Fiorentika (2016: 105), mengatakan bahwa ciri-ciri seseorang yang kurang percaya diri yang dapat kita amati adalah: sering menghindari kontak mata (menunduk/membuang pandangan ke arah lain), sering mengamuk untuk melepaskan kecemasan, tidak banyak bicara (sering menjawab secukupnya) apabila ditanya, seperti: "iya" atau "tidak", bahkan hanya mengangguk untuk kegiatan-kegiatan di kelas maupun di luar kelas (pasif),

tidak mau meminta pertolongan atau bertanya pada orang yang belum dikenal baik, mengalami demam-demam panggung di saat-saat tertentu dan sulit berbaur dengan lingkungan atau situasi baru (butuh waktu yang cukup lama untuk menyesuaikan diri).

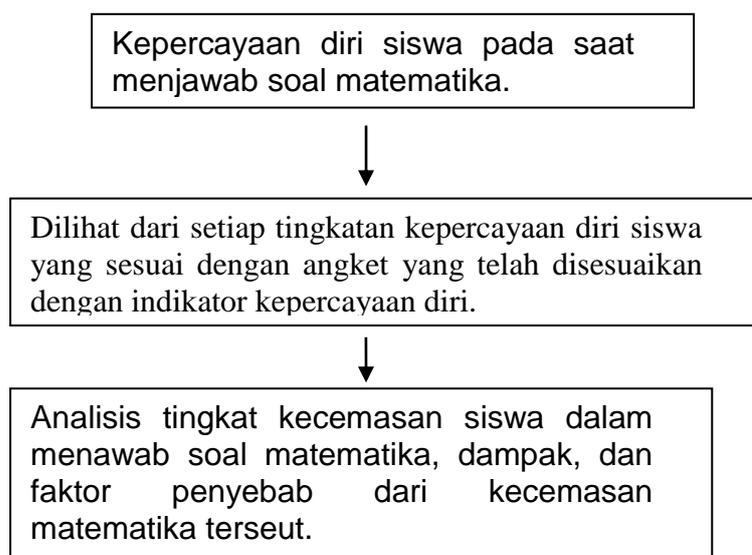
Oleh sebab itu, orang yang memiliki kepercayaan diri yakin akan kemandiriannya, karena ia cukup yakin pada dirinya, ia tidak akan secara berlebihan mementingkan dirinya sendiri.

B. Kerangka Berpikir

Berdasarkan latar belakang, peneliti menemukan masalah bahwa siswa mengalami kecemasan dalam menjawab soal matematika. Adapun pengertian kecemasan matematika sebagai perasaan ketegangan, cemas atau ketakutan yang mengganggu kinerja matematika yang disebabkan oleh pengalaman belajar matematika yang buruk di masa lalu, pemahaman konsep yang buruk terhadap matematika, lingkungan yang tidak mendukung selama proses pembelajaran, serta sifat materi matematika yang rumit dan membutuhkan pemahaman yang tidak sederhana, menimbulkan persepsi yang buruk terhadap matematika, yang mengakibatkan siswa kesulitan dalam mempelajari matematika,

lebih khusus untuk menghadapi kecemasan pada saat menjawab soal matematika.

Berdasarkan uraian fakta tentang kecemasan yang dialami siswa dalam menjawab soal matematika, maka diperlukannya semangat pada saat pembelajaran matematika. Pemecahan masalah untuk memperbaiki atau mengurangi kecemasan siswa dalam menjawab soal dan rajin bertanya jika ada pelajaran yang kurang dipahami terutama pelajaran matematika. Dengan begitu, tingkat kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika siswa bisa menurun.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah di salah satu sekolah swasta yang berada di Jalan Permata No. 19 Desa Curug Kecamatan Gunungsindur Kabupaten Bogor, lebih tepatnya pada Sekolah Menengah Atas Islam Al-ghozali. Kelas yang akan untuk menjadi tempat penelitian adalah kelas X-C pada sekolah tersebut.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari 2018 hingga Agustus 2018, dimulai dengan pengajuan judul skripsi, pengumpulan data, tahap analisis data, hingga penyusunan laporan.

Tabel 3.1

Waktu dan Kegiatan Penelitian

| No | Kegiatan | Bulan | | | | | | |
|----|--------------------------------|----------|-------|-------|-----|------|------|---------|
| | | Februari | Maret | April | Mei | Juni | Juli | Agustus |
| 1. | Penyusunan Proposal | ✓ | ✓ | | | | | |
| 2. | Penyusunan Instrumen | | ✓ | | | | | |
| 3. | Penentuan Objek Penelitian | | ✓ | | | | | |
| 4. | Mengumpulkan dan Mengolah Data | | ✓ | ✓ | | | | |
| 5. | Analisis Data | | | | ✓ | | | |

| No | Kegiatan | Bulan | | | | | | |
|----|--------------------------|----------|-------|-------|-----|------|------|---------|
| | | Februari | Maret | April | Mei | Juni | Juli | Agustus |
| 6. | Penyusunan Draft Laporan | | | | ✓ | | | |
| 7. | Penggandaan Laporan | | | | | ✓ | | |
| 8. | Penyempurnaan Laporan | | | | | | ✓ | |
| 9. | Ujian | | | | | | | ✓ |

B. Metode Penelitian

Menurut Sugiyono (2015:14), metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, dimana peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara triangulasi, analisis data bersifat induktif / kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan *makna* dari pada *generalisasi*.

Sesuai dengan metode yang akan peneliti gunakan, dengan menganalisis data yang terkumpul dan menganalisisnya maka peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian *naturalistic* karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*); disebut juga sebagai metode etnographi, karena pada awalnya metode ini lebih banyak digunakan untuk penelitian bidang

antropologi budaya; disebut dengan metode kualitatif, karena data yang terkumpul dan analisisnya bersifat kualitatif menurut Sugiyono (2015: 14).

Penggunaan awal metode penelitian kualitatif terlihat pada pelaporan kebudayaan sebuah suku bangsa yang dituliskan oleh pengamat-pengamat dari Eropa pada zaman penjajahan diberbagai belahan dunia.Data sebagai sumber laporan-laporan tersebut dikumpulkan dengan menggunakan teknik pengumpulan data kualitatif dan data yang dikumpulkan dan dituliskan adalah data kualitatif.Pada saat itu para penulis kebudayaan suku bangsa tersebut belum menyadari metode penelitian yang mereka pakai adalah metode penelitian kualitatif. Mereka mendeskripsikan kebudayaan suku bangsa yang mereka ketahui dengan cara melihat, mendengar dan menanyakan (Afrizal, 2014: 3).

Kemudian, semenjak akhir abad ke-19, metode penelitian kualitatif mengalami perkembangan pesat.Semenjak saat itu, secara sadar metode kualitatif dipakai dalam penelitian-penelitian para penekun ilmu-ilmu sosial.Para ahli Antropologi seperti Boas dan Malinowski misalnya, telah menetapkan metode penelitian ini dalam kajian-kajian antropologis mereka (Taylor dalam Afrizal, 2014:4).

Penelitian kualitatif mengenal teori yang disusun dari data yang dibedakan atas dua macam teori, yaitu teori substantif dan teori

formal. Teori substantif adalah teori yang dikembangkan untuk keperluan substantif atau empiris dalam inkuiri suatu ilmu pengetahuan, misalnya sosiologi, antropologi, psikologi, dan sebagainya. Contohnya hubungan ras, pendidikan profesional, kenakalan, atau organisasi peneliti. Pada sisi lain teori formal adalah teori untuk keperluan formal atau yang disusun secara konseptual dalam bidang inkuiri suatu ilmu pengetahuan, misalnya sosiologi, psikologi, dan sebagainya. Contohnya perilaku agresif organisasi formal, sosialisasi, otoritas dan kekuasaan, sistem penghargaan, atau mobilitas sosial (Moleong dalam Saebani, 2017: 132-133).

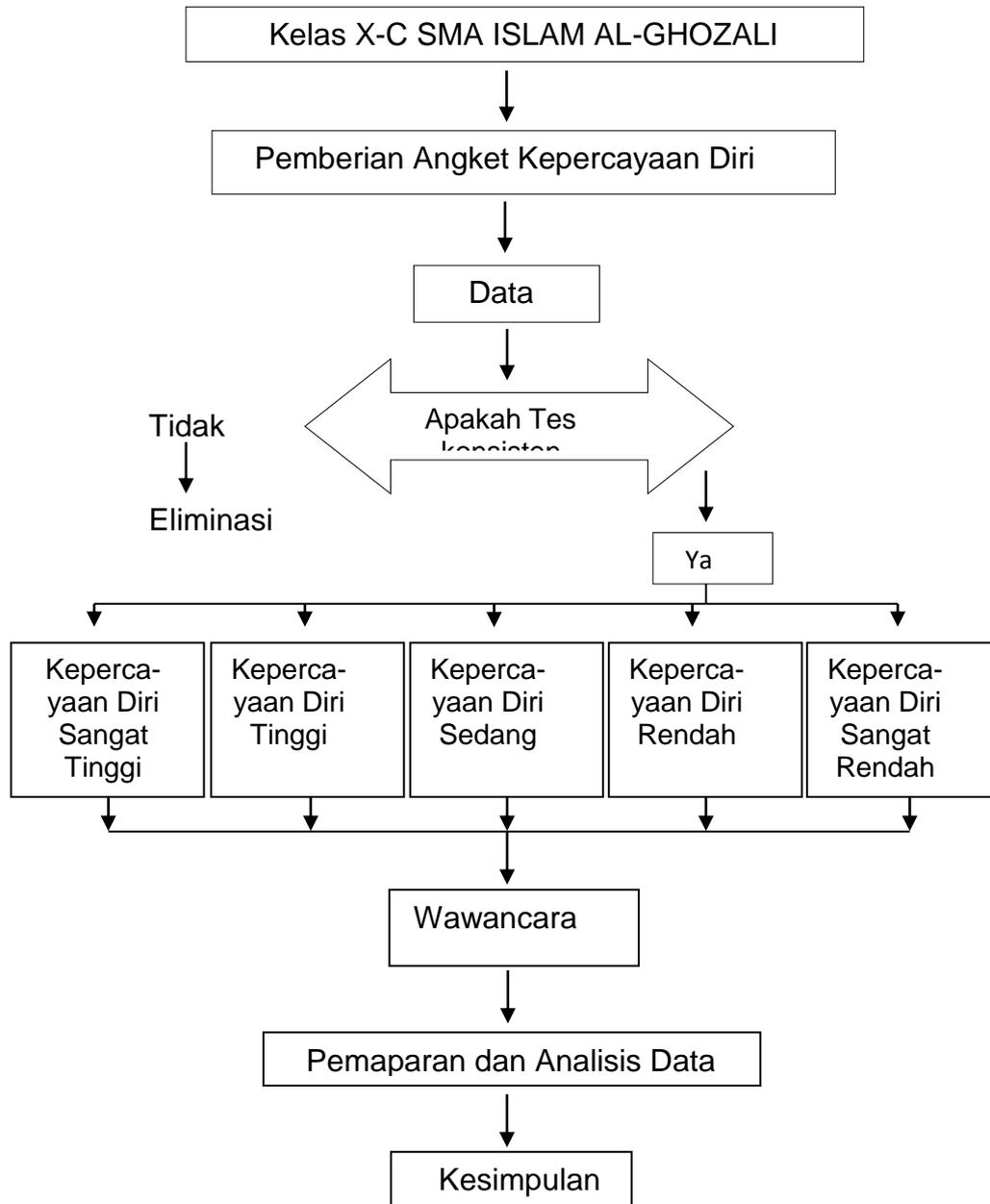
Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif deskriptif. Menurut Maolani (2015: 72) penelitian ini merupakan aktivitas yang bertujuan untuk menggambarkan situasi atau fenomena, yang dirancang untuk mendapat suatu informasi dalam keadaan sekarang. Penelitian deskriptif juga dilaksanakan untuk mengembangkan tujuan yang luas dari ilmu pengetahuan, biasanya untuk mengembangkan ilmu yang mendasari masalah dan penjelasan. Contoh; penelitian tentang pengaruh kebudayaan terhadap kemampuan membaca.

Penelitian deskriptif juga digunakan terhadap permasalahan berupa fakta-fakta saat ini dari suatu populasi. Tujuannya untuk menguji hipotesis dari subjek yang diteliti. Pada umumnya berkaitan

dengan sikap, opini/pendapat dari individu, kelompok, atau organisasi, kejadian dan prosedur. Pengumpulan dilakukan melalui metode survei sehingga penelitian deskriptif disebut juga penelitian survei.

C. Desain Penelitian

Desain penelitian ini diawali dengan pemberian angket kepercayaan diri yang bertujuan untuk tingkat kepercayaan diri siswa yang akan dipilih peneliti untuk dijadikan subjek penelitian. Setelah memberikan angket, peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui tingkat kecemasan, dampak-dampak kecemasan, serta faktor-faktor kecemasan pada siswa tersebut. Adapun alur penelitian ini dapat dilihat pada diagram alur berikut:



Gambar 3.1 Diagram alur penelitian

Berdasarkan diagram alur penelitian di atas pada tahap awal peneliti memberikan angket kepercayaan diri sebanyak dua kali

pada hari yng berbeda, yang bertujuan untuk melihat hasil yang konsisten. Setelah peneliti mendapatkan hasil dari angket kepercayaan diri, selanjutnya peneliti mengelompokkan hasil angket tersebut pada tingkatan kepercayaan diri.

Setelah mengklasifikasi hasil angket kepercayaan diri, peneliti memilih 1 siswa dari setiap tingkatan yang diperoleh dari hasil angket kepercayaan diri. Tahap selanjutnya, peneliti memberikan angket kecemasan untuk diisi terlebih dahulu oleh siswa. Pada tahap akhir peneliti mewawancarai siswa menggunakan angket kecemasan yang telah diberikan sebelumnya.

Pada penelitian ini, peneliti tidak memaksakan untuk mendapatkan subjek dari setiap tingkatan kepercayaan diri. Sehingga jika pada saat penelitian peneliti tidak mendapatkan salah satu tingkatan penelitian ini tetap dilaksanakan dengan subjek yang ada.

D. Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas X-C SMA ISLAM AL-GHOZALI yang berjumlah 30 siswa. Pemilihan subjek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposivesampling* yaitu suatu cara pengambilan sampel yang berdasarkan pada pertimbangan atau tujuan tertentu. Alur pemilihan subjek data

penelitian ini sebagai berikut:(1) Peneliti memberikan angket kepercayaan diri kepada siswa pada saat sebelum melakukan ujian matematika; (2) Peneliti memberikan angket kepercayaan diri yang kedua kalinya pada saat siswa selesai melaksanakan ujian matematika; (3) Peneliti memberikan angket kecemasan berupa skala HARS pada siswa yang memiliki hasil angket yang konsisten; (4) Peneliti mewawancarai siswa berdasarkan angket kecemasan berupa skala HARS untuk melihat konsistensinya tentang apa yang telah diisi dan yang diucapkan pada saat wawancara.

E. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan menggunakan observasi, angket, dan juga wawancara.

1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik pengumpulan data yang lainnya, karena observasi tidak terbatas pada orang yang diamati saja namun bisa juga terhadap objek-objek alam yang lainnya.

Nasution dalam Sugiyono (2017: 226), menyatakan bahwa observasi adalah dasar semua ilmu pengetahuan. Para

ilmuan hanya dapat bekerja berdasarkan data, yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi. Data itu dikumpulkan dan sering dengan bantuan berbagai alat yang sangat canggih, sehingga benda-benda yang sangat kecil (proton dan elektron) maupun yang sangat jauh (benda ruang angkasa) dapat diobservasi dengan jelas.

Marshall dalam Sugiyono (2017: 226) menyatakan bahwa *“through observation, the researcher learn about behaviour and the meaning attached to those behaviour”*. Melalui observasi, peneliti belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut.

Menurut Afrizal (2014: 21), melakukan observasi terlibat adalah dengan cara peneliti mengetahui sesuatu yang sedang terjadi atau yang sedang dilakukan merasa perlu untuk melihat sendiri, mendengar sendiri ataupun merasakan sendiri. Menurut Maolani, dkk (2015:148), teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam, dan hal-hal lainnya yang dapat langsung diamati oleh peneliti. Jadi, dalam observasi peneliti melakukan pengamatan secara langsung kepada objek penelitian. Adapun, teknik ini digunakan bila responden yang diamati tidak terlalu banyak jumlahnya.

Berdasarkan definisi ahli, dapat disimpulkan bahwa observasi adalah sebuah cara pengumpulan data yang digunakan untuk mengamati yang diteliti dalam jumlah yang sedikit secara langsung melihat kondisi yang ada. Sehingga, dalam penelitian ini, peneliti dapat mengamati langsung segala kondisi yang ada baik tempat atau lingkungannya maupun subjeknya.

2. Angket

Menurut Maolani, dkk (2015: 153), kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa didapatkan dari responden.

Menurut Sujarweni (2014: 75), kuisisioner atau angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada para responden untuk dijawab. Kuisisioner atau angket merupakan instrumen pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan daripada responden.

Dari penjelasan di atas mengenai pengertian tentang angket, maka peneliti perlu memperhatikan beberapa hal mengenai penulisan angket, seperti yang dikemukakan oleh Sekaran dalam Sugiyono (2017: 142) mengemukakan beberapa

prinsip dalam penulisan angket dengan teknik pengumpulan data yaitu: prinsip penulisan, pengukuran dan penampilan fisik. Prinsip penulisan angket menyangkut beberapa faktor, yaitu: isi dan tujuan pertanyaan, Bahasa yang digunakan, tipe dan bentuk pertanyaan, pertanyaan tidak mendua, tidak menanyakan yang sudah lupa, pertanyaan tidak menggiring, Panjang pertanyaan, urutan pertanyaan.

Dapat disimpulkan bahwa kuisisioner atau angket adalah teknik yang digunakan dengan memberikan pertanyaan maupun pernyataan kepada responden untuk mendapatkan yang diharapkan oleh peneliti. Penggunaan angket ini juga bertujuan untuk mempermudah peneliti untuk mengetahui apa yang dirasakan oleh siswa. Kemudian, dalam penelitian ini, kisi-kisi angket yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2

Kisi-kisi Angket Tertutup

| Pokok Pernyataan | Indikator | No Butir | |
|--|--|----------|----------------------------------|
| | | Positif | Negatif |
| Kepercayaan diri siswa kelas X SMA Islam Al-Ghozali dalam menjawab soal matematika | a. Percaya kepada kemampuan diri sendiri | 3, 5, 11 | 1, 2, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, |
| | b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan | 14 | 15, 16 |
| | c. Menghargai | 19, 20, | 17, 18, |

| Pokok Pernyataan | Indikator | No Butir | |
|---------------------|---|----------------|------------|
| | | Positif | Negatif |
| | diri dan usaha sendiri | 22 | 21 |
| | d. Bersemangat ketika mengemukakan pendapat dalam diskusi | 24, 25, 26 | 23 |
| | e. Berani menghadapi tantangan | 28, 30, 31, 33 | 27, 29, 32 |

Tabel 3.3

Skor Pernyataan Angket Kepercayaan Diri

| No | Pernyataan | Positif (+) | Negatif (-) |
|----|--------------------|-------------|-------------|
| 1. | Sering Sekali (SS) | 4 | 1 |
| 2. | Sering (S) | 3 | 2 |
| 3. | Jarang (J) | 2 | 3 |
| 4. | Jarang Sekali (JS) | 1 | 4 |

Berdasarkan kisi-kisi tersebut peneliti mengadopsi dari penelitian yang lain, yakni diadopsi dari penelitian Tamsil di tahun (2015) dalam Hendriana (2017: 206-208). Pernyataan tersebut diadopsi karena relevan dengan penelitian yang dilakukan yakni tentang kepercayaan diri.

3. Wawancara

Wawancara adalah metode pengambilan data dengan cara menanyakan sesuatu kepada seseorang yang menjadi informan atau responden, yaitu dengan bercakap-cakap secara tatap muka. Sehingga, wawancara merupakan proses pengumpulan data dengan melakukan tanya jawab untuk mendapatkan informasi. Wawancara dilakukan oleh peneliti kepada beberapa siswa yang memiliki hasil angket yang konsisten.

Tabel 3.4

Kisi-kisi Penyusunan Instrumen Kecemasan Siswa

| Indikator Kecemasan | Deskripsi Kecemasan | |
|---------------------------------|---------------------|--------|
| | No Butir | Jumlah |
| 1. Perasaan Ansietas | 1 | 1 |
| 2. Ketegangan | 2 | 2 |
| 3. Ketakutan | 3 | 3 |
| 4. Gangguan Tidur | 4 | 4 |
| 5. Gangguan Kecerdasan | 5 | 5 |
| 6. Perasaan Depresi | 6 | 6 |
| 7. Gejala Somatik (Otot) | 7 | 7 |
| 8. Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 8 |
| 9. Gejala Kardiovaskuler | 9 | 9 |
| 10. Gejala Respiratori | 10 | 10 |
| 11. Gejala Gastrointestinal | 11 | 11 |
| 12. Gejala Urogenital | 12 | 12 |
| 13. Gejala Otonom | 13 | 13 |
| 14. Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 14 |
| Jumlah Pertanyaan | | 14 |

Berdasarkan kisi-kisi tersebut ada 14 butir pertanyaan yang akan ditanyakan kepada responden mengenai kecemasan yang dialaminya pada saat sebelum maupun sesudah menjawab soal matematika. Pertanyaan pada wawancara ini diadopsi dari skala kecemasan Max Hamilton. Kisi-kisi tersebut berisikan pertanyaan-pertanyaan tentang kecemasan. Peneliti menggunakan skala ini karena relevan dengan penelitian yang dilakukan, yakni untuk mengukur kecemasan siswa.

F. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2011: 136) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat dipahami dan temuannya dapat diinformasikan kepada orang lain. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik analisis data, meliputi:

1. Validasi Data

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan triangulasi waktu untuk menguji keabsahan data yang diperoleh. Menurut Susan Stainback dalam Sugiyono (2017: 241) menyatakan bahwa “the aim is not to determine the truth about social phenomenon, rather the purpose of triangulation is to increase one’s understanding of whatever is being investigated”. Tujuan dari triangulasi bukan untuk mencari kebenaran tentang berapa fenomena, tetapi lebih pada peningkatan pemahaman peneliti terhadap apa yang telah ditemukan.

Dalam Sugiyono (2015: 373), triangulasi teknik bertujuan untuk menguji kredibilitas data yang dilakukan dengan cara

mengecek data yang telah diperoleh melalui sumber yang sama dengan teknik yang berbeda, yaitu data dengan observasi yang kemudian dicek dengan data wawancara. Data observasi dicek dengan data wawancara untuk mengetahui kesimpulan dari kedua data yang dihasilkan sesuai atau tidak.

2. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Menurut Sujarweni (2014: 35) reduksi data adalah data yang diperoleh ditulis dalam bentuk laporan atau data yang terperinci. Laporan yang disusun berdasarkan data yang diperoleh direduksi, dirangkum, dipilih hal-hal yang penting. Data hasil menghiatkan dan memilah-milah berdasarkan satuan konsep, tema, dan kategori tertentu akan memberikan gambaran yang lebih tajam tentang hasil pengamatan juga mempermudah peneliti untuk mencari kembali data sebagai tambahan atas data sebelumnya yang diperoleh jika diperlukan.

3. *Data Display* (Penyajian Data)

Menurut sugiyono (2017:249) setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian singkat, dengan menyajikan data maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi.

4. *Conclusion Drawing* (Kesimpulan)

Langkah terakhir dalam menganalisis data kualitatif menurut Sujarweni (2014: 36) adalah kesimpulan akhir, kesimpulan akhir diperoleh berdasarkan kesimpulan sementara

yang telah diverifikasi. Kesimpulan *final* ini diharapkan dapat diperoleh setelah pengumpulan data selesai.

5. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan norma kategorisasi skor, Untuk lebih jelas dalam mengkategorisasikan hasil angket siswa, peneliti menggunakan norma dalam membuat kategorisasi berdasarkan model distribusi normal. Kategori skala yang digunakan siswa digolongkan ke dalam 5 kelompok. Tujuan penggolongan ini adalah untuk menempatkan subjek ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah berdasarkan jenjang menurut kontinum berdasarkan atribut yang diukur oleh Azwar (2012: 147-148). Normapembuatan kategorisasi skor adalah sebagai berikut:

Tabel 3.5

Norma Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri

| Skor | Kategorisasi |
|--|---------------------|
| $X < [\mu - 1,5 (\sigma)]$ | Sangat Rendah |
| $[\mu - 1,5 (\sigma)] < X \leq [\mu - 0,5 (\sigma)]$ | Rendah |
| $[\mu - 0,5 (\sigma)] < X \leq [\mu + 0,5 (\sigma)]$ | Sedang |
| $[\mu + 0,5 (\sigma)] < X \leq [\mu + 1,5 (\sigma)]$ | Tinggi |
| $[\mu + 1,5 (\sigma)] < X$ | Sangat Tinggi |

Cara menghitungnya sebagai berikut:

a) Menentukan rentang maksimum:

$$\begin{aligned} &\text{Banyaknya item pada angket} \times \text{skor maksimum} \\ &33 \times 4 = 132 \end{aligned}$$

b) Menentukan rentang minimum:

Banyaknya item pada angket \times skor minimum

$$33 \times 1 = 33$$

c) Menghitung luas jarak:

Rentang maksimum – Rentang minimum

$$132 - 33 = 99$$

d) Menghitung σ :

Luas jarak : 6

$$99 : 6 = 16$$

e) Menghitung μ :

(Luas Jarak + rentang minimum) : 2

$$(99 + 33) : 2 = 66$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas maka diperoleh

hasil sebagai berikut :

Tabel 3. 6

Hasil Perhitungan Kategorisasi Kepercayaan Diri

| Skor | Kategorisasi |
|------------------|---------------------|
| $X \leq 42$ | Sangat Rendah |
| $42 < X \leq 54$ | Rendah |
| $54 < X \leq 74$ | Sedang |
| $74 < X \leq 90$ | Tinggi |
| $90 < X$ | Sangat Tinggi |

6. Data yang terkumpul dari hasil observasi dan wawancara

dianalisis dengan langkah sebagai berikut:

a) Peneliti mendengarkan hasil rekaman hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 3 orang siswa kelas X-C.

b) Selanjutnya, peneliti mentranskripkan hasil rekaman.

c) Hasil transkrip dianalisis dengan mengacu kepada indikator kecemasan (1) perasaan ansietas, (2) ketegangan, (3) ketakutan, (4) gangguan tidur, (5)

gangguan kecerdasan, (6) perasaan depresi, (7) gejala somatik (otot), (8) gejala somatik (sensorik), (9) gejala kardiovaskuler, (10) gejala respiratori, (11) gejala gastrointestinal, (12) gejala urogenital, (13) gejala otonom, (14) tingkah laku pada wawancara. Untuk menentukan skor dari setiap indikator yang ada dengan cara memberi skor 0 pada saat tidak ada gejala sama sekali, skor 1 diberikan pada saat memilih satu dari gejala yang ada, skor 2 diberikan pada saat memilih setengah dari gejala yang ada, skor 3 diberikan pada saat memilih lebih dari setengah gejala yang ada, dan 4 diberikan pada saat seluruh gejala yang ada dipilih.

d) Selanjutnya hasil angket HARS dihitung berdasarkan skala perhitungan yang dikemukakan oleh Psychol (1959). Sebagaimana akan dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.7

Skala Tngkatan HARS

| Skor | Tingkatan |
|---------|------------------|
| < 17 | Kecemasan Ringan |
| 18 – 24 | Kecemasan Sedang |
| 25 – 30 | Kecemasan Tinggi |

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

G. Deskripsi Data

Pada penelitian ini peneliti mengambil data di salah satu sekolah swasta yang berada di Kabupaten Bogor. SMA Islam Al-Ghozali adalah sekolah yang digunakan oleh peneliti pada saat melakukan penelitian. Peneliti diberikan kelas X-C untuk menjadi sasaran penelitian, karena menurut guru matematika yang mengajar di kelas X tujuannya adalah mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian, serta isi dari kelas X-C ini adalah seluruhnya siswi sehingga diharapkan bisa lebih terbuka dengan sesama perempuan.

Data penelitian ini diperoleh dari hasil angket, observasi, dan juga wawancara siswa kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali. Data penelitian ini adalah salah satu cara untuk mengukur tingkat kecemasan siswa berdasarkan tingkat kepercayaan dirinya. Data diambil sejak 7 September 2018 sampai dengan 17 September 2018, dengan disertai telah menyelesaikan analisis angket, observasi, dan juga wawancara siswa kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali.

Pada tahap awal peneliti menganalisis tingkat kepercayaan diri siswa kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali pada saat menjawab soal matematika dengan menggunakan angket kepercayaan diri. Analisis

kepercayaan diri ini bertujuan untuk mengelompokkan siswa sesuai dengan tingkat kepercayaan dirinya, hasil dari angket kepercayaan diri dapat dilihat pada lampiran 4 pada halaman .

Pada tahapan selanjutnya, peneliti mengelompokkan hasil yang sudah didapat dan juga mengeliminasi untuk hasil yang tidak konsisten, dari hasil angket kepercayaan diri tersebut peneliti mendapatkan 9 siswa yang memiliki hasil angket kepercayaan dirinya konsisten. Berikut ini peneliti menampilkan hasil angket kepercayaan diri yang konsisten:

Tabel 4.1

Daftar Nama Siswa yang Memiliki Hasil Konsisten

| No | Nama | Total Skor | Tingkat Kepercayaan Diri |
|-----------|-------------|-------------------|---------------------------------|
| 1. | ATP | 98 | Sangat Tinggi |
| 2. | ANA | 93 | Sangat Tinggi |
| 3. | RS | 88 | Tinggi |
| 4. | HM | 87 | Tinggi |
| 5. | NL | 87 | Tinggi |
| 6. | DL | 86 | Tinggi |
| 7. | IGHA | 85 | Tinggi |
| 8. | LHN | 83 | Tinggi |
| 9. | AR | 74 | Sedang |

Pada tabel di atas menerangkan bahwa peneliti mendapatkan 3 dari 5 kategori kepercayaan diri. Dari kesembilan siswa tersebut peneliti memilih 1 orang siswa dari setiap tingkatan yang diperoleh pada saat pengambilan angket kepercayaan diri, yaitu mengambil subjek dengan memilih hasil angketnya yang terbesar pada setiap tingkatannya. Sehingga diperoleh subjek A/ATP dengan tingkat

kepercayaan diri yang sangat tinggi, subjek B/RS dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi, dan subjek C/AR dengan tingkat kepercayaan diri yang sedang.

H. Hasil Analisis Data

Analisis data ini akan peneliti uraikan satu persatu berdasarkan teknik pengumpulan data yaitu angket, laporan hasil observasi, dan wawancara yang telah diperoleh. Berikut ini uraian hasil analisis data berdasarkan tabel analisis kepercayaan diri siswa kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali sebagaimana yang sudah peneliti jelaskan pada tabel 3.6 halaman 51.

Wawancara dilakukan kepada ketiga siswa dan dilaksanakan disela-sela waktu istirahat, dimana peneliti juga mengusahakan agar kondisi siswa stabil dan rileks. Peneliti menyampaikan pertanyaan menggunakan bahasa sehari-hari siswa, tetapi tetap sesuai dengan pedoman wawancara siswa yang telah dibuat sebelumnya. Hal ini bertujuan agar pertanyaan yang disampaikan lebih mudah dipahami oleh siswa dan proses wawancara dapat mengalir apa adanya. Seluruh kegiatan wawancara didokumentasikan melalui video dan rekaman pada ponsel yang kemudian disalin ke dalam transkrip wawancara. Salinan transkrip wawancara disesuaikan kembali dengan bahasa formal seperti pada pedoman wawancara.

Peneliti menganalisis data berdasarkan dari data observasi dan data wawancara. Kedua data tersebut dianalisis dan ditriangulasikan untuk menyimpulkan data tersebut sesuai atau tidak.

1. Paparan dan Analisis Data Subjek A

Subjek A merupakan siswa yang memiliki hasil kepercayaan diri sangat tinggi, berikut ini rekap data angket HARS dan wawancara siswa, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.2

Rekapitulasi Data Angket HARS Dan Wawancara Subjek A

| No. Item | Angket HARS | Wawancara | Kesimpulan |
|--------------------------------|-------------|-----------|------------|
| 1 | Ya | Ya | Valid |
| 2 | Ya | Ya | Valid |
| 3 | Tidak | Tidak | Valid |
| 4 | Ya | Ya | Valid |
| 5 | Tidak | Tidak | Valid |
| 6 | Tidak | Tidak | Valid |
| 7 | Ya | Ya | Valid |
| 8 | Ya | Ya | Valid |
| 9 | Tidak | Tidak | Valid |
| 10 | Tidak | Tidak | Valid |
| 11 | Ya | Ya | Valid |
| 12 | Ya | Ya | Valid |
| 13 | Ya | Ya | Valid |
| Jumlah Item Valid | | | 13 |
| Jumlah Item Tidak Valid | | | - |

Berdasarkan Tabel 4.2, diketahui bahwa item deskripsi yang valid berjumlah 13 dan item deskripsi yang tidak valid berjumlah 0. Adapun, subjek A dikatakan memenuhi satu indikator kecemasan apabila setidaknya ada satu item deskripsi dari suatu indikator yang terpenuhi.

a. Perasaan Ansietas

Tabel 4.2.1

Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------------|---|----------------------------|---|
| Cemas | | Cemas | |
| Firasat Buruk | | Firasat Buruk | |
| Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ | Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ |
| Mudah Tersinggung | | Mudah Tersinggung | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (1) : Oke disini kaka mau bertanya tentang kecemasan kamu pada saat menjawab soal matematika, kamu suka merasa cemas tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau misalkan sedang ujian matematika?*
- A (2) : Tidak kak*
- P (3) : Apa yang membuat kamu tidak merasa cemas ?*
- A (4) : Ya percaya diri aja sih kak, kan dari awal saya juga sudah belajar ya kak, jadi ya sudah percaya diri aja bagaimanapun hasilnya.*

- P (5) : *Jadi, kamu tidak pernah merasa cemas sama sekali kalau sedang menjawab soal matematika?*
- A (6) : *Tidak*
- P (7) : *Lalu, kamu pernah tidak sih punya yang namanya firasat buruk kalau misalkan besoknya mau pelajaran matematika atau bahkan besoknya mau ujian matematika ?*
- A (8) : *Tidak*
- P (9) : *Tidak? Apa sih yang buat kamu tidak memiliki firasat buruk itu?*
- A (10) : *Yaa, sama kaya tadi kak saya percaya diri aja gitu mau benar atau salah yang penting saya sudah berusaha*
- P (11) : *Ohh jadi tidak pernah ada firasat buruk gitu?*
- A (12) : *Iya kak*
- P (13) : *Lalu, kamu suka takut tidak sama pikiran kamu sendiri?*
- A (14) : *“Nah, yang saya rasakan itu kak, takut sama pikiran saya sendiri*
- P (15) : *Kenapa itu?*
- A (16) : *Ya kan sebenarnya saya percaya diri tapi terkadang suka merasa kira-kira jawaban yang saya isi ini benar atau salah ya gitu*
- P (17) : *Jadi terbawa sama pikiran kamu sendiri ya?*
- A (18) : *Iya gitu kak*
- P (19) : *Lalu, kamu orangnya jadi mudah tersinggung tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- A (20) : *Tidak*
- P (21) : *Jadi, biasa saja?*
- A (22) : *Iya*
- P (23) : *Kalau misalkan ada teman yang nanya sama kamu, kamu tidak tersinggung?*
- A (24) : *Iya kak*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang pertama tentang perasaan ansietas subjek A

merasakan satu gejala yaitu firasat buruk, dikarenakan hanya satu dari keempat gejala yang ada pada indikator pertama ini subjek A mendapatkan skor 1.

b. Ketegangan

Tabel 4.2.2

Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|--------------------|---|---------------------|---|
| Merasa Tegang | | Merasa Tegang | |
| Lesu | | Lesu | |
| Tidak Bisa | | Tidak Bisa | |
| Beristirahat | | Beristirahat dengan | |
| dengan Tenang | | Tenang | |
| Mudah Terkejut | | Mudah Terkejut | |
| Mudah Menangis | | Mudah Menangis | |
| Gemetar | | Gemetar | |
| Gelisah | ✓ | Gelisah | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (25) : *Lalu kamu merasa tegang tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- A (26) : *Tidak*
- P (27) : *Apa yang membuat kamu tidak merasa tegang?*
- A (28) : *Bawa enjoy saja sih kak*
- P (29) : *Oke, lalu kamu suka merasa lesu tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau sedang pelajaran matematika, jadi perasaan kamu seperti lesu, pernah tidak merasakan yang seperti itu?*
- A (30) : *Tidak pernah*
- P (31) : *Tidak ya?*
- A (32) : *Iya*

- P (33) : *Lalu kamu pernah tidak sampai tidak bisa beristirahat dengan tenang, kalau misalkan besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika kamu seperti tidak bisa beristirahat dengan tenang memikirkan terus”*
- A (34) : *Tidak pernah*
- P (35) : *Jadi?*
- A (36) : *Ya, saya tidur tetap tidur saja*
- P (37) : *Ohh jadi istirahat kamu tetap tenang?*
- A (38) : *Iya kak*
- P (39) : *Lalu kamu mudah terkejut tidak setelah menjawab soal matematika?*
- A (40) : *Tidak juga*
- P (41) : *Ohh begitu ya, lalu kamu orangnya mudah menangis tidak? misalkan kamu pada saat menjawab soal matematika lalu kamu mendapatkan soal yang sulit kamu mudah menangis tidak ketika menghadapi soal yang sulit?*
- A (42) : *Tidak*
- P (43) : *Tidak? Lalu kalau kamu menghadapi soal yang susah apa yang kamu lakukan?*
- A (44) : *Gelisah*
- P (45) : *kamu lebih cenderung ke gelisah? Disaat kamu tidak bisa menjawab soal matematika yang sulit?*
- A (46) : *Iya*
- P (47) : *kenapa? Apa yang membuat kamu gelisah*
- A (48) : *Ya itu, jadi memikirkan kira-kira jawaban yang saya isi ini benar atau tidak ya, jadi memikirkan gitu kira-kira rumus yang saya gunakan sudah benar atau belum ya jadi itu yang ada di pikiran saya, rumusnya benar atau tidak, kira-kira saya jawabannya benar atau tidak, gitu kak*
- P (49) : *Kamu kalau sedang mengerjakan soal matematika pernah tidak sampai gemetar atau pada saat menyelesaikan soal matematika?*
- A (50) : *Tidak kalau gemetar mah biasa saja*

P (51) : Tapi kalau gelisah iya?
A (52) : ya kalau gelisah

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua tentang ketegangan subjek A merasakan satu gejala yaitu gelisah, dikarenakan hanya satu dari ketujuh gejala yang ada pada indikator kedua ini subjek A mendapatkan skor 1.

c. Ketakutan

Tabel 4.2.3

Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|----------------------------------|----------------------------------|
| Takut pada Gelap | Takut pada Gelap |
| Takut pada Orang Asing | Takut pada Orang Asing |
| Takut pada Binatang Besar | Takut pada Binatang Besar |
| Takut pada Keramaian Lalu Lintas | Takut pada Keramaian Lalu Lintas |
| Takut pada Keramaian | Takut pada Keramaian |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek A adalah “Tidak” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (53) : Kamu pernah tidak merasa ketakutan sama gelap, tapi ini yang disebabkan

- karena setelah menjawab soal matematika, pernah tidak?
- A (54) : Tidak pernah
- P (55) : Tapi sebelumnya kamu pernah takut tidak sama gelap?
- A (56) : Kalau gelap sih tidak
- P (57) : Jadi, tidak sama sekali mempengaruhi ya?
- A (58) : Iya
- P (59) : Lalu kamu suka jadi takut tidak kalau melihat orang asing? Tapi itu setelah kamu menjawab soal matematika
- A (60) : Tidak
- P (61) : Jadi?
- A (62) : Takutnya, tidak ada rasa takut, tapi memang saya punya sih kak ketakutan satu, sama binatang besar
- P (63) : Oh gitu
- A (64) : Iya, tapi itu bukan awalnya saya mengerjakan matematika, memang dari awal saya sudah takut sama binatang besar
- P (65) : Jadi kamu takut binatang besar memang dari awalnya ya ?
- A (66) : ya kak, dari awal memang sudah takut sama binatang besar
- P (67) : Jadi bukan setelah belajar matematika kamu jadi takut sama binatang besar kan ?
- A (68) : Iya bukan kak
- P (69) : kamu takut tidak sama keramaian lalu lintas? Misalkan setelah kamu pulang sekolah lalu di jalanan kan suka ramai lalu lintasnya, kamu suka takut tidak dengan keramaian lalu lintas?
- A (70) : Tidak
- P (71) : Yang disebabkan oleh matematika, misalkan hari itu ada pelajaran matematika lalu kamu pulang sekolah lalu setelah itu di jalan itu kamu seperti orang ketakutan, pernah seperti itu?
- A (72) : Tidak
- P (73) : Tidak ya?
- A (74) : Iya
- P (75) : Lalu kamu takut tidak dengan kerumunan orang banyak? jadi setelah

kamu menyelesaikan soal matematika atau setelah ujian matematika kamu bertemu banyak orang jadi seperti ketakutan, pernah seperti itu?

A (76) : Tidak
 P (77) : Tidak pernah?
 A (78) : Iya tidak pernah

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga tentang ketakutan subjek A tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator ketiga ini, oleh karena itu subjek A mendapatkan skor 0.

d. Gangguan Tidur

Tabel 4.2.4

Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---|---|---|---|
| Sukar Masuk Tidur | | Sukar Masuk Tidur | |
| Terbangun Malam Hari | ✓ | Terbangun Malam Hari | ✓ |
| Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | | Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | |
| Banyak Mimpi- Mimpi Buruk Mimpi Buruk Mimpi Menakutkan | | Banyak Mimpi- Mimpi Buruk Mimpi Buruk Mimpi Menakutkan | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (79) : Oke selanjutnya, kamu pernah tidak merasakan susah tidur ketika besoknya pelajaran matematika atau bahkan ujian matematika?
- A (80) : Tidak
- P (81) : Kenapa? Apa yang kamu alami kalau besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika?
- A (82) : Biasanya saya terbangun di pertengahan malam
- P (83) : Kenapa itu?
- A (84) : Ya mungkin karena saya gelisah itu juga ya kak saya memikirkan, jadi kalau saya bangun malam hari ya saya biasanya buka bukunya lagi lalu setelah itu tidur lagi
- P (85) : Lalu kamu tidurnya nyenyak tidak ketika besoknya mau ada ujian atau pelajaran matematika?
- A (86) : Nyenyak, tapi saya hanya terbangun pada malam hari aja
- P (87) : Berarti Setelah itu tidurnya nyenyak?
- A (88) : Iya
- P (89) : Lalu misalkan kamu hari itu sedang ada ujian matematika, kamu bangun dengan lesu, lemas sekali karena hari ini mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, pernah tidak seperti itu?
- A (90) : Tidak, tidak pernah
- P (91) : Jadi?
- A (92) : Ya biasa aja
- P (93) : Kamu pernah merasakan mimpi-mimpi buruk tidak? Jadi kamu selama semalaman tidur kamu banyak mengalami mimpi buruk pada saat besoknya mau ujian matematika, pernah seperti itu?
- A (94) : Tidak pernah
- P (95) : Mungkin pernah kamu mengalami mimpi buruk?
- A (96) : Iya tapi bukan karena besoknya mau ada pelajaran matematika atau mau ada ujian matematika
- P (97) : Lalu kamu pernah tidak sampai mimpi buruk, misalkan kamu kamu ujian

- nasional matematika lalu dalam mimpi kamu kamu dinyatakan tidak lulus, pernah tidak?*
- A (98) : *Tidak pernah*
- P (99) : *“Apa yang biasa kamu alami kalau besoknya UN misalkan, itu kan menjawab soal matematika secara nasional gitu?”*
- A (100) : *Saya biasanya terbangun pada malam hari, atau belajar sampai larut malam*
- P (101) : *Kamu pernah tidak mimpi yang menakutkan?*
- A (102) : *Tidak*
- P (103) : *Tidak juga ya ?*
- A (104) : *Iya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keempat tentang gangguan tidur subjek A merasakan satu gejala yaitu terbangun malam hari, dikarenakan hanya satu dari ketujuh gejala yang ada pada indikator keempat ini subjek A mendapatkan skor 1.

e. Gangguan Kecerdasan

Tabel 4.2.5

Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|--------------------|------------------|
| Sukar | Sukar |
| Berkonsentrasi | Berkonsentrasi |
| Daya Ingat Buruk | Daya Ingat Buruk |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek A adalah “Tidak” yang

dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (105) : Kamu sulit berkonsentrasi tidak?*
A (106) : Tidak
P (107) : Oke, jadi kamu tetap konsentrasi kalau sedang menjawab soal matematika?
A (108) : Iya
P (109) : Kamu daya ingatnya jadi buruk tidak? misalkan kamu mau ujian tiba-tiba daya ingat kamu buruk karena terlalu cemas
A (110) : Tidak alhamdulillah tidak pernah seperti itu
P (111) : Tidak? Secemas apapun kamu?
A (112) : Iya

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kelima tentang gangguan kecerdasan subjek A tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator kelima ini, oleh karena itu, pada indikator kelima ini subjek A mendapatkan skor 0.

f. Perasaan Depresi

Tabel 4.2.6

Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Hilangnya Minat | Hilangnya Minat |
| Berkurangnya Kesenangan pada Hobi | Berkurangnya Kesenangan pada Hobi |
| Sedih | Sedih |
| Bangun Dini Hari | Bangun Dini Hari |
| Perasaan Berubah- | Perasaan Berubah- |

Angket HARS
ubah Sepanjang Hari

Wawancara
ubah Sepanjang Hari

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek A adalah “Tidak” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (113) : Selanjutnya hilangnya minat, kamu pernah tidak sampai tidak ingin melakukan apapun setelah menjawab soal matematika?*
- A (114) : Tidak pernah*
- P (115) : Tidak pernah? jadi setelah menjawab soal matematika nih atau hari ini setelah pelajaran matematika mau makan jadi tidak selera, mau tidur juga jadi tidak selera?*
- A (116) : saya justru jadi mau makan, karena capek setelah menjawab soal matematika*
- P (117) : Berkurangnya kesenangan pada hobbi, kamu hobbinya apa ?*
- A (118) : Hobi? baca novel*
- P (119) : Baca novel, pernah tidak setelah belajar matematika atau ujian matematika kamu jadi tidak ingin membaca novel?*
- A (120) : Tidak, tidak pernah*
- P (121) : Tidak pernah sampe hilang hobinya?*
- A (122) : Tidak, justru setelah ujian matematika saya ingin membaca novel agar nge-refresh gitu*
- P (123) : pernah tidak kamu merasa sedih pada saat menjawab soal matematika karena mungkin soalnya susah atau belum dipelajari, pernah?*
- A (124) : Tidak*
- P (125) : Kamu tidak merasa sedih? Kan biasanya orang suka pada sedih kalau mendapatkan soal yang belum dipelajari*
- A (126) : Ya pasrah saja, guru juga kan mengerti*

- kalau memang belum dipelajari juga biasanya dibonusin*
- P (127) : *Oh gitu, lalu kamu suka bangun dini hari tidakatau pagi-pagi sekali karena besoknya atau pagi harinya itu mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika*
- A (128) : *Tidak*
- P (129) : *Tidak juga? Jadi?*
- A (130) : *Ya biasa saja bangunnya kaya biasa pas subuh*
- P (131) : *Lalu kamu merasa tidak perasaan kamu seperti berubah-ubah sepanjang hari setelah kamu menjawab soal matematika kamu jadi galau, nanti senang nanti sedih seperti itu?*
- A (132) : *Tidak, tidak pernah seperti itu*
- P (133) : *Jadi biasa aja?*
- A (134) : *Iya biasa aja*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keenam tentang perasaan depresi subjek A tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator keenam ini, oleh karena itu, pada indikator keenam ini subjek A mendapatkan skor 0.

g. Gejala Somatik (Otot)

Tabel 4.2.7

Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|-----------------------------|---|-----------------------------|---|
| Sakitdan Nyeri di otot-otot | ✓ | Sakitdan Nyeri di otot-otot | ✓ |
| Kaku | | Kaku | |
| Kedutan Otot | | Kedutan Otot | |
| Gigi Gemerutuk | | Gigi Gemerutuk | |
| Suara Tidak Stabil | | Suara Tidak Stabil | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (135) : Lalu kamu pernah tidak merasa sakit sama nyeri otot pada saat mengerjakan soal matematika?*
- A (136) : Iya pernah*
- P (137) : Apa sebabnya? Yang menyebabkan otot kamu sakit seperti itu?*
- A (138) : Mungkin karena gelisah tadi ya jadi nyeri sampai ke otot-otot gitu ya kak*
- P (139) : Oh begitu, sampai nyeri gitu ya?*
- A (140) : Iya*
- P (141) : Soalnya kesusahan atau bagaimana? Apa kebanyakan jawabannya?*
- A (142) : Iya kak*
- P (143) : Lalu kamu pernah merasa sampai kaku tidak? Atau badan kamu terasa kaku gitu pada saat menjawab soal matematika atau setelahnya?*
- A (144) : Tidak pernah*
- P (145) : Oh tidak ya, lalu otot kamu kedutan kaya misalkan setelah melakukan sesuatu?*
- A (146) : Tidak*
- P (147) : Lalu kamu pernah tidak gigi kamu gemerutuk karena terlalu cemas?*
- A (148) : Tidak pernah*
- P (149) : Jadi kamu tidak pernah merasakan gigi gemerutuk itu kalau sedang menjawab soal matematika gitu ?*
- A (150) : Iya*
- P (151) : Kamu sampai kehilangan suara kamu tidak? Jadi suara kamu nanti ada nanti tidak ada tidak stabil gitu.*
- A (152) : Tidak, tidak pernah*
- P (153) : Jadi suara tetap ada?*
- A (154) : Iya tetep stabil*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketujuh tentang gejala somatik (otot) subjek A merasakan salah satu gejala yaitu sakit dan nyeri di otot-otot, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator ketujuh ini subjek A mendapatkan skor 1.

h. Gejala Somatik (Sensorik)

Tabel 4.2.8

Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------|---|------------------------|---|
| Tinnitus | | Tinnitus | |
| Penglihatan Kabur | | Penglihatan Kabur | |
| Muka Merah atau Pucat | ✓ | Muka Merah atau Pucat | ✓ |
| Merasa Lemah | | Merasa Lemah | |
| Perasaan Ditusuk-tusuk | | Perasaan Ditusuk-tusuk | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (155) : Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika lalu telinga kamu berdengung gitu, pernah tidak?*
- A (156) : Tidak pernah*
- P (157) : Lalu kamu pernah tidak sedang belajar matematika tiba-tiba penglihatan kamu itu kabur atau seperti kurang jelas pada saat melihat soal?*

| | | |
|---------|---|---|
| A (158) | : | <i>Tidakpernah</i> |
| P (159) | : | <i>Sama sekali?</i> |
| A (160) | : | <i>Iya sama sekali tidak pernah</i> |
| P (161) | : | <i>trus kamu pernah ngga muka kamu sampe merah atau pucat pada saat menjawab soal matematika?</i> |
| A (162) | : | <i>Pernah</i> |
| P (163) | : | <i>Pernah? Mukanya merah atau pucat?</i> |
| A (164) | : | <i>Pucat</i> |
| P (165) | : | <i>Kenapa pucat?</i> |
| A (166) | : | <i>Mungkin pusing kali ya kak makanya mukanya pucat</i> |
| P (167) | : | <i>Lalu kamu suka merasa lemah tidak?</i> |
| A (168) | : | <i>Tidak, tidak pernah</i> |
| P (169) | : | <i>Tapi kalo pucat iya?</i> |
| A (170) | : | <i>Iya</i> |
| P (171) | : | <i>Tapi kalau lemas tidak? Walaupun muka sudah pucat tapi tidak lemas?</i> |
| A (172) | : | <i>Iya</i> |
| P (173) | : | <i>Kamu pernah tidak perasaan seperti ditusuk-tusuk pada saat menjawab soal matematika?</i> |
| A (174) | : | <i>Tidak, tidak pernah</i> |

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedelapan tentang gejala somatik (sensorik) subjek A merasakan satu gejala yaitu muka merah atau pucat, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator kedelapan ini subjek A mendapatkan skor 1.

i. Gejala Kardiovaskuler

Tabel 4.2.9

Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|---|---|
| Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar | Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar |
| Nyeri di Dada | Nyeri di Dada |
| Denyut Nadi | Denyut Nadi |
| Mengeras | Mengeras |
| Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan | Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan |
| Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) | Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek A adalah “Tidak” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (175) : Misalkan sedang menjawab soal matematika, kamu pernah tidak merasa detak jantung kamu di atas rata-rata, cepat sekali?*
- A (176) : Tidak pernah*
- P (177) : Jadi, kamu detak jantungnya?*
- A (178) : Stabil*
- P (179) : Tidak pernah berdebar ya?*
- A (180) : Iya*
- P (181) : Lalu pernah tidak merasa nyeri di dada kalau pada saat kamu sedang menjawab soal matematika atau pada saat ujian matematika?*
- A (182) : Tidak pernah*
- P (183) : Tidak pernah juga?*
- A (184) : Iya*
- P (185) : Lalu kamu pernah tidak merasa denyut nadi kamu mengeras, karena kamu terlalu cemas?*
- A (186) : Tidak pernah*
- P (187) : Pernah merasa lesu/seperti ingin pingsan setelah menjawab soal matematika?*

| | | |
|---------|---|--|
| A (188) | : | <i>Tidak, Tidak pernah</i> |
| P (189) | : | <i>Tidak pernah sampai mau pingsan ?</i> |
| A (190) | : | <i>Tidak</i> |
| P (191) | : | <i>Pernah merasa detak jantungnya berhenti?</i> |
| A (192) | : | <i>Tidak, tidak pernah</i> |
| P (193) | : | <i>Seperti berhenti sebentar lalu berdetak lagi, pernah?</i> |
| A (194) | : | <i>Tidak, tidak pernah</i> |

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesembilan tentang gejala kardiovaskuler subjek A tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator kesembilan ini, oleh karena itu, pada indikator kesembilan ini subjek A mendapatkan skor 0.

j. Gejala Respiratori

Tabel 4.2.10

Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| Rasa Tertekan atau Sempit di Dada | Rasa Tertekan atau Sempit di Dada |
| Perasaan Tercekik | Perasaan Tercekik |
| Sering Narik Napas | Sering Narik Napas |
| Napas Pendek | Napas Pendek |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang

dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (195) : Kamu kalau pada saat menjawab soal matematika merasa tertekan atau sempit di dada tidak?*
- A (196) : Tidak*
- P (197) : Tidak pernah?*
- A (198) : Iya*
- P (199) : Pernah tidak kamu rasanya sampai tercekik gitu pada saat menjawab soal matematika?*
- A (200) : Tidak pernah*
- P (201) : kamu sering tidak tarik napas pada saat mengerjakan soal matematika?*
- A (202) : Tidak*
- P (203) : Pernah tidak napas kamu jadi pendek?*
- A (204) : Tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesepuluh tentang gejala respiratori subjek A tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator kesepuluh ini, oleh karena itu, pada indikator kesepuluh ini subjek A mendapatkan skor 0.

k. Gejala Gastrointestinal

Tabel 4.2.11

Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek A

| Angket HARS | Wawancara |
|--------------------|-------------------|
| Sulit Menelan | Sulit Menelan |
| Perut Melilit | Perut Melilit |
| Gangguan | Gangguan |
| Pencernaan | Pencernaan |
| Nyeri Sebelum | Nyeri Sebelum dan |

| Angket HARS | Wawancara |
|-------------------------------|-------------------------------|
| dan Sesudah Makan | Sesudah Makan |
| Perasaan Terbakar di Perut | Perasaan Terbakar di Perut |
| Rasa Penuh atau Kembung | Rasa Penuh atau Kembung |
| Mual Muntah | Mual Muntah |
| Buang Air Besar Lembek | Buang Air Besar Lembek |
| Kehilangan Berat Badan | Kehilangan Berat Badan |
| Suka Buang Air Besar ✓ | Suka Buang Air Besar ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (205) : Pernah tidak besoknya kamu mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, lalu pada saat makan kamu merasa sulit menelan?*
- A (206) : Tidak pernah, lau seperti itu kalau pada saat saya sedang radang*
- P (207) : Tapi bukan karena besoknya mau ujian ya?*
- A (208) : Iya bukan*
- P (209) : Pernah tidak pada saat mau ujian perut rasanya melilit?*
- A (210) : Tidak pernah*
- P (211) : Kamu pernah tidak mengalami gangguan pencernaan karena hari itu ada pelajaran matematika atau ada ulangan matematika?*
- A (212) : Tidak pernah*
- P (213) : Lalu kamu sampai merasa nyeri pada saat sebelum dan sesudah makan?*
- A (214) : Tidak*
- P (215) : Perasaan terbakar di perut? pernah*

- tidak di saat sedang mengerjakan soal matematika kamu merasa perut kamu seperti terbakar?*
- A (216) : *Tidak*
- P (217) : *Kamu pernah tidak merasa perut kamu kembung atau penuh di saat kamu menjawab soal matematika atau sedang ujian matematika ?*
- A (218) : *Tidak*
- P (219) : *Kamu pernah tidak melihat soal matematika sampai mual?*
- A (220) : *Hehe tidak*
- P (221) : *Walaupun soalnya susah sekali?*
- A (222) : *Iya*
- P (223) : *Atau mungkin sampai muntah?*
- A (224) : *Tidak*
- P (225) : *Oh tidak juga ya, lalu kamu pernah tidak buang air besar kamu cair karna kamu menjawab soal matematika?*
- A (226) : *Tidak*
- P (227) : *Misalkan pada saat ujian contohnya seperti pada saat kamu kelas 9 atau kelas 6 pernah mengikuti ujian nasional ya, pernah tidak karena itu kamu sampai kehilangan berat badan kamu?*
- A (228) : *Tidak, justru malah naik sepertinya*
- P (229) : *Kamu jadi suka buang air besar tidak?*
- A (230) : *Kalau buang air besar iya jadi agak sering*
- P (231) : *Jadi kalau mau ujian?*
- A (232) : *Iya suka buang air besar gitu, tapi tidak cair*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesebelas tentang gejala gastrointestinal subjek A merasakan satu gejala yaitu suka buang air besar, dikarenakan hanya satu dari kesebelas gejala yang ada pada indikator kesebelas ini subjek A mendapatkan skor 1.

I. Gejala Urogenital

Tabel 4.2.12

Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|-------------------------------------|---|-------------------------------------|---|
| Sering Buang Air Kecil | ✓ | Sering Buang Air Kecil | ✓ |
| Tidak dapat Menahan Buang Air Kecil | | Tidak dapat Menahan Buang Air Kecil | |
| <i>Amenoorhea</i> | | <i>Amenoorhea</i> | |
| <i>Menorrhagia</i> | | <i>menorrhagia</i> | |
| Menjadi Dingin | | Menjadi Dingin | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (233) : Kamu jadi suka buang air kecil tidak pada saat ujian?*
- A (234) : Iya pernah*
- P (235) : Apa sih yang membuat kamu sering bolak-balik ke kamar mandi?*
- A (236) : Ya tidak tau, mungkin karena gelisah tadi ya makanya jadi bolak-balik ke kamar mandi terus*
- P (237) : Kamu sampai tidak bisa menahan buang air kecil tidak?*
- A (238) : Tidak*
- P (239) : Kamu pernah tidak setelah menjawab soal matematika, atau misalkan pada ujian nasional setelahnya kamu mengalami pendarahan?*
- A (240) : Tidak*
- P (241) : Atau kamu tidak mengalami haid selama berbulan-bulan?*
- A (242) : Tidak juga kak*

- P (243) : Kamu pernah tidak sedang ujian atau sedang menjawab soal matematika lalu badan kamu rasanya kaya dingin?*
A (244) : Tidak pernah

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua belas tentang gejala urogenital subjek A merasakan satu gejala yaitu sering buang air kecil, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator kedua belas ini subjek A mendapatkan skor 1.

m. Gejala Otonom

Tabel 4.2.13

Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek A

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------|---|----------------------|---|
| Mulut Kering | | Mulut Kering | |
| Muka Merah | | Muka Merah | |
| Pusing, Sakit Kepala | ✓ | Pusing, Sakit Kepala | ✓ |
| Bulu-Bulu Berdiri | | Bulu-Bulu Berdiri | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek A adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (245) : *Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika mulut kamu rasanya kering gitu seperti ingin minum terus?*
- A (246) : *Tidak*
- P (247) : *Oh tidak ya, lalu muka kamu merah tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- A (248) : *Tidak*
- P (249) : *kan kamu kalau pucat iya kan, tapi kalau merah tidak ya?*
- A (250) : *iya tidak merah*
- P (251) : *Lalu kamu pernah tidak merasa pusing atau sakit kepala pada saat setelah menjawab soal matematika*
- A (252) : *Iya*
- P (253) : *Kenapa?*
- A (254) : *Pusing rumus*
- P (255) : *Apa sih yang menyebabkan kamu pusing sama banyak rumus?*
- A (256) : *Terkadang saya suka bingung kak ada soal tapi saya tidak tau harus menggunakan rumus yang mana, jadi seperti tidak sesuai saja gitu*
- P (257) : *Lalu kamu sedang mengerjakan soal matematika nih, bulu-bulu kamu berdiri pernah tidak sampai seperti itu?*
- A (258) : *Tidak pernah sih kak*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga belas tentang gejala otonom subjek A merasakan satu gejala yaitu pusing atau sakit kepala, dikarenakan hanya satu dari keempat sub indikator yang ada pada indikator ketiga belas ini subjek A mendapatkan skor 1.

n. Tingkah Laku pada Wawancara

Pada saat wawancara berlangsung subjek A sama sekali tidak mengalami gejala kecemasan pada indikator keempat belas, oleh karena itu pada indikator keempat belas ini subjek A mendapatkan skor 0.

o. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Pada saat wawancara berlangsung peneliti menanyakan tentang faktor-faktor apa sajakah yang membuat subjek A menjadi cemas. Dari keenam faktor yang ada, subjek A merasa cemas pada saat mendapatkan guru yang kurang bisa menyampaikan materi pelajaran yang diajarkan.

2. Paparan dan Analisis Data Subjek B

Subjek B merupakan siswa yang memiliki hasil kepercayaan diri tinggi, berikut ini rekap data angket HARS dan wawancara siswa, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.3
Rekapitulasi Data Angket HARS Dan Wawancara Subjek B

| No. Item | Angket HARS | Wawancara | Kesimpulan |
|-----------------|--------------------|------------------|-------------------|
| 1 | Ya | Ya | Valid |
| 2 | Ya | Ya | Valid |
| 3 | Tidak | Tidak | Valid |
| 4 | Ya | Ya | Valid |
| 5 | Ya | Ya | Valid |

| No. Item | Angket HARS | Wawancara | Kesimpulan |
|--------------------------------|-------------|-----------|------------|
| 6 | Tidak | Tidak | Valid |
| 7 | Ya | Ya | Valid |
| 8 | Ya | Ya | Valid |
| 9 | Ya | Ya | Valid |
| 10 | Ya | Ya | Valid |
| 11 | Tidak | Tidak | Valid |
| 12 | Ya | Ya | Valid |
| 13 | Ya | Ya | Valid |
| Jumlah Item Valid | | | 13 |
| Jumlah Item Tidak Valid | | | - |

Berdasarkan Tabel 4.3, diketahui bahwa item deskripsi yang valid berjumlah 13 dan item deskripsi yang tidak valid berjumlah 0. Adapun, subjek B dikatakan memenuhi satu indikator kecemasan apabila setidaknya ada satu item deskripsi dari suatu indikator yang terpenuhi.

a. Perasaan Ansietas

Tabel 4.3.1

Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|-------------------------------|---|-------------------------------|---|
| Cemas | ✓ | Cemas | ✓ |
| Firasat Buruk | | Firasat Buruk | |
| Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ | Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ |
| Mudah Tersinggung | | Mudah Tersinggung | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (1) : Oke disini kaka mau bertanya tentang kecemasan kamu pada saat menjawab soal matematika, kamu suka merasa cemas tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau misalkan sedang ujian matematika?*
- B (2) : Cemas*
- P (3) : Apa yang membuat kamu merasa cemas?*
- B (4) : Ya cemas saja kak, takut saya tidak bisa menjawab soalnya*
- P (5) : Lalu ada apa jika kamu tidak bisa menjawab soal matematikanya?*
- B (6) : Ya taku tidak hafal rumusnya*
- P (7) : Lalu, kamu pernah tidak sih punya yang namanya firasat buruk kalau misalkan besoknya mau pelajaran matematika atau bahkan besoknya mau ujian matematika ?*
- B (8) : Tidak*
- P (9) : Tidak? Apa sih yang buat kamu tidak memiliki firasat buruk itu?*
- B (10) : Tidak*
- P (11) : Ohh jadi tidak pernah ada firasat buruk gitu?*
- B (12) : Iya kak*
- P (13) : Lalu, kamu suka takut tidak sama pikiran kamu sendiri?*
- B (14) : Iya*
- P (15) : Apa yang membuat kamu takut dengan pikiran kamu sendiri?*
- B (16) : Takut jawabannya salah*
- P (17) : Jadi terbawa sama pikiran kamu sendiri ya?*
- B (18) : Iya kak*
- P (19) : Lalu, kamu orangnya jadi mudah tersinggung tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- B (20) : Tidak*
- P (21) : Jadi, biasa saja?*

- B (22) : Iya*
P (23) : Kalau misalkan ada teman yang nanya sama kamu, kamu tidak tersinggung?
B (24) : iya kak

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang pertama tentang perasaan ansietas subjek B merasakan dua gejala yaitu cemas dan takut akan pikiran sendiri, dikarenakan ada dua gejala dari keempat gejala yang ada pada indikator pertama ini subjek B mendapatkan skor 2.

b. Ketegangan

Tabel 4.3.2
Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---------------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| Merasa Tegang | ✓ | Merasa Tegang | ✓ |
| Lesu | | Lesu | |
| Tidak Bisa Beristirahat dengan Tenang | | Tidak Bisa Beristirahat dengan Tenang | |
| Mudah Terkejut | | Mudah Terkejut | |
| Mudah Menangis | | Mudah Menangis | |
| Gemetar | | Gemetar | |
| Gelisah | ✓ | Gelisah | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (25) : Lalu kamu merasa tegang tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
B (26) : Iya

- P (27) : *Apa yang membuat kamu merasa tegang?*
 B (28) : *Takut tidak bisa mengisi soalnya*
 P (29) : *Memang apa yang kamu rasakan jika tidak bisa menjawab soal matematika?*
 B (30) : *Ya saya isi sebisa saya saja*
 P (30) : *Oke, lalu kamu suka merasa lesu tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau sedang pelajaran matematika, jadi perasaan kamu seperti lesu, pernah tidak merasakan yang seperti itu?*
 B (31) : *Tidak pernah*
 P (32) : *Walaupun soalnya sulit?*
 B (33) : *Iya*
 P (34) : *Lalu kamu pernah tidak sampai tidak bisa beristirahat dengan tenang, kalau misalkan besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika kamu seperti tidak bisa beristirahat dengan tenang memikirkan terus*
 B (35) : *Tidak pernah*
 P (36) : *Jadi?*
 B (37) : *ya, saya tidur tetap tidur saja*
 P (38) : *Ohh jadi istirahat kamu tetap tenang?*
 B (39) : *Iya kak*
 P (40) : *Lalu kamu mudah terkejut tidak setelah menjawab soal matematika?*
 B (41) : *Tidak sama sekali*
 P (42) : *Ohh begitu ya, lalu kamu orangnya mudah menangis tidak? misalkan kamu pada saat menjawab soal matematika lalu kamu mendapatkan soal yang sulit kamu mudah menangis tidak ketika menghadapi soal yang sulit?*
 B (43) : *Tidak*
 P (44) : *Tidak? Lalu kalau kamu menghadapi soal yang susah apa yang kamu lakukan?*
 B (45) : *Belajar memahami soalnya*
 P (46) : *Kamu kalau sedang mengerjakan soal matematika pernah tidak sampai gemetar atau pada saat menyelesaikan soal matematika?*
 B (47) : *Tidak kalau gemetar mah biasa saja*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua tentang ketegangan subjek B merasakan dua gejala yaitu merasa tegang dan gelisah, dikarenakan ada dua gejala dari ketujuh gejala yang ada pada indikator kedua ini subjek B mendapatkan skor 1.

c. Ketakutan

Tabel 4.3.3

Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek B

| Angket HARS | Wawancara |
|----------------------------------|----------------------------------|
| Takut pada Gelap | Takut pada Gelap |
| Takut pada Orang Asing | Takut pada Orang Asing |
| Takut pada Binatang Besar | Takut pada Binatang Besar |
| Takut pada Keramaian Lalu Lintas | Takut pada Keramaian Lalu Lintas |
| Takut pada Keramaian | Takut pada Keramaian |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek B adalah “Tidak” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (48) : Kamu pernah tidak merasa ketakutan sama gelap, tapi ini yang disebabkan karena setelah menjawab soal matematika, pernah tidak?*
- B (49) : Tidak pernah*
- P (50) : Tapi sebelumnya kamu pernah takut tidak sama gelap?*

- B (51) : Kalau gelap sih tidak
P (52) : Jadi, tidak sama sekali mempengaruhi ya?
B (53) : Iya
P (54) : Lalu kamu suka jadi takut tidak kalau melihat orang asing? Tapi itu setelah kamu menjawab soal matematika
B (55) : Tidak
P (56) : Jadi?
B (57) : Biasa saja
P (58) : Oh gitu, "Jadi kamu takut binatang besar memang dari awalnya ya ?
B (59) : Iya, tapi itu bukan awalnya saya mengerjakan matematika, memang dari awal saya sudah takut sama binatang besar
P (60) : Jadi bukan karena matematika kan?
B (61) : Iya kak, dari awal memang sudah takut sama binatang besar
P (62) : kamu takut tidak sama keramaian lalu lintas? Misalkan setelah kamu pulang sekolah lalu di jalanan kan suka ramai lalu lintasnya, kamu suka takut tidak dengan keramaian lalu lintas?
B (63) : Tidak
P (64) : Yang disebabkan oleh matematika, misalkan hari itu ada pelajaran matematika lalu kamu pulang sekolah lalu setelah itu di jalan itu kamu seperti orang ketakutan, pernah seperti itu?
B (65) : Tidak
P (66) : Tidak ya?
B (67) : Iya
P (68) : Lalu kamu takut tidak dengan kerumunan orang banyak? jadi setelah kamu menyelesaikan soal matematika atau setelah ujian matematika kamu bertemu banyak orang jadi seperti ketakutan, pernah seperti itu?
B (69) : Tidak
P (70) : Tidak pernah?
B (71) : Iya tidak pernah

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga tentang ketakutan subjek B tidak

merasakan satupun gejala yang ada pada indikator ketiga ini, oleh karena itu subjek B mendapatkan skor 0.

d. Gangguan Tidur

Tabel 4.3.4

Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---|---|---|---|
| Sukar Masuk Tidur | ✓ | Sukar Masuk Tidur | ✓ |
| Terbangun Malam Hari | ✓ | Terbangun Malam Hari | ✓ |
| Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | | Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | |
| Banyak Mimpi- Mimpi Buruk Mimpi Buruk Mimpi Menakutkan | | Banyak Mimpi- Mimpi Buruk Mimpi Buruk Mimpi Menakutkan | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (72) : Oke selanjutnya, kamu pernah tidak merasakan susah tidur ketika besoknya pelajaran matematika atau bahkan ujian matematika?*
- B (73) : Iya*
- P (74) : Kenapa? Apa yang kamu alami kalau besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika?*
- B (82) : Kepikiran saja kak*
- P (83) : Kenapa itu?*
- B (84) : Besok bagaimana ya pada saat menjawab soal matematika*
- P (85) : Jadi kamu memikirkan bisa atau*

- tidaknya besok?*
- B (86) : *Iya*
- P (87) : *Pada saat besok mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, apakah kamu pernah terbangun pada malam hari?*
- B (88) : *Iya*
- P (89) : *Apa yang kamu lakukan di saat terbangun pada malam hari?*
- B (90) : *Buka buku kak*
- P (91) : *Pelajaran matematika?*
- B (92) : *Iya kak, tapi hanya buka-buka saja, setelah itu tidur lagi*
- P (93) : *Oke, lalu kamu tidurnya nyenyak tidak ketika besoknya mau ada ujian atau pelajaran matematika?*
- B (94) : *Nyenyak, tapi saya hanya terbangun pada malam hari aja*
- P (95) : *Berarti Setelah itu tidurnya nyenyak?*
- B (96) : *Iya*
- P (97) : *Lalu misalkan kamu hari itu sedang ada ujian matematika, kamu bangun dengan lesu, lemas sekali karena hari ini mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, pernah tidak seperti itu?*
- B (98) : *Tidak, tidak pernah*
- P (99) : *Jadi?*
- B(100) : *Ya biasa aja*
- P (101) : *Kamu pernah merasakan mimpi-mimpi buruk tidak? Jadi kamu selama semalaman tidur kamu banyak mengalami mimpi buruk pada saat besoknya mau ujian matematika, pernah seperti itu?*
- B (102) : *Tidak pernah*
- P (103) : *Mungkin pernah kamu mengalami mimpi buruk?*
- B (104) : *iya tapi bukan karena besoknya mau ada pelajaran matematika atau mau ada ujian matematika*
- P (105) : *Lalu kamu pernah tidak sampai mimpi buruk, misalkan kamu kamu ujian nasional matematika lalu dalam mimpi kamu kamu dinyatakan tidak lulus, pernah tidak?*
- B (106) : *Tidak pernah*

- P (107) : Apa yang biasa kamu alami kalau besoknya UN misalkan, itu kan menjawab soal matematika secara nasional gitu?*
- B (108) : Saya biasanya terbangun pada malam hari, atau belajar sampai larut malam*
- P (109) : Kamu pernah tidak mimpi yang menakutkan?*
- B (110) : Tidak*
- P (111) : Tidak juga ya ?*
- B (112) : Iya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keempat tentang gangguan tidur subjek B merasakan dua gejala yaitu sukar masuk tidur dan terbangun malam hari, dikarenakan ada dua gejala dari ketujuh gejala yang ada pada indikator keempat ini subjek B mendapatkan skor 1.

e. Gangguan Kecerdasan

Tabel 4.3.5

Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|--------------------|---|------------------|---|
| Sukar | ✓ | Sukar | ✓ |
| Berkonsentrasi | | Berkonsentrasi | |
| Daya Ingat Buruk | | Daya Ingat Buruk | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (113) : *Kamu sulit berkonsentrasi tidak?*
 B (114) : *Iya*
 P (115) : *Apa yang membuat kamu sulit berkonsentrasi?*
 B (116) : *Kalau teman-Teman saya berisik kak*
 P (117) : *Lalu, kamu daya ingatnya jadi buruk tidak? misalkan kamu mau ujian tiba-tiba daya ingat kamu buruk karena terlalu cemas*
 B (118) : *Tidak alhamdulillah tidak pernah seperti itu*
 P (119) : *Tidak? Secemas apapun kamu?*
 B (120) : *Iya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kelima tentang gangguan kecerdasan subjek B merasakan satu gejala yaitu sukar berkonsentrasi, oleh karena itu pada indikator kelima ini subjek B mendapatkan skor 2.

f. Perasaan Depresi

Tabel 4.3.6

Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek B

| Angket HARS | Wawancara |
|--------------------|-------------------|
| Hilangnya Minat | Hilangnya Minat |
| Berkurangnya | Berkurangnya |
| Kesenangan pada | Kesenangan pada |
| Hobi | Hobi |
| Sedih | Sedih |
| Bangun Dini Hari | Bangun Dini Hari |
| Perasaan Berubah- | Perasaan Berubah- |
| ubah Sepanjang | ubah Sepanjang |
| Hari | Hari |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek B adalah “Tidak” yang

dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (121) : *Selanjutnya hilangnya minat, kamu pernah tidak sampai tidak ingin melakukan apapun setelah menjawab soal matematika?*
- B (122) : *Tidak pernah*
- P (123) : *Tidak pernah? jadi setelah menjawab soal matematika nih atau hari ini setelah pelajaran matematika mau makan jadi tidak selera, mau tidur juga jadi tidak selera?*
- B (124) : *saya justru jadi mau makan, karena capek setelah menjawab soal matematika*
- P (125) : *Berkurangnya kesenangan pada hobbi, kamu hobbinya apa ?*
- B (126) : *Hobi? berenang*
- P (127) : *Berenang, pernah tidak setelah belajar matematika atau ujian matematika kamu jadi tidak ingin berenang?*
- B (128) : *Tidak, tidak pernah*
- P (129) : *Tidak pernah sampe hilang hobbinya?*
- B (130) : *Tidak, justru setelah ujian matematika saya ingin berenang agar nge-refresh gitu*
- P (131) : *pernah tidak kamu merasa sedih pada saat menjawab soal matematika karena mungkin soalnya susah atau belum dipelajari, pernah?*
- B (132) : *Tidak*
- P (133) : *Kamu tidak merasa sedih? Kan biasanya orang suka pada sedih kalau mendapatkan soal yang belum dipelajari*
- B (134) : *Ya pasrah saja, guru juga kan mengerti kalau memang belum dipelajari juga biasanya dibonusin*
- P (135) : *Oh gitu, lalu kamu suka bangun dini hari tidakatau pagi-pagi sekali karena besoknya atau pagi harinya itu mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika*
- B (136) : *Tidak*
- P (137) : *Tidak juga? Jadi?*

- B (138) : *Ya biasa saja bangunnya kaya biasa pas subuh*
- P (139) : *Lalu kamu merasa tidak perasaan kamu seperti berubah-ubah sepanjang hari setelah kamu menjawab soal matematika kamu jadi galau, nanti senang nanti sedih seperti itu?*
- B (140) : *Tidak, tidak pernah seperti itu*
- P (141) : *Jadi biasa aja?*
- B (142) : *Iya biasa aja*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keenam tentang perasaan depresi subjek B tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator keenam ini, oleh karena itu, pada indikator keenam ini subjek B mendapatkan skor 0.

g. Gejala Somatik (Otot)

Tabel 4.3.7

Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------------|---|------------------------------|---|
| Sakit dan Nyeri di otot-otot | ✓ | Sakit dan Nyeri di otot-otot | ✓ |
| Kaku | | Kaku | |
| Kedutan Otot | | Kedutan Otot | |
| Gigi Gemerutuk | | Gigi Gemerutuk | |
| Suara Tidak Stabil | | Suara Tidak Stabil | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (135) : Lalu kamu pernah tidak merasa sakit sama nyeri otot pada saat mengerjakan soal matematika?*
- B (136) : Iya pernah*
- P (137) : Apa sebabnya? Yang menyebabkan otot kamu sakit seperti itu?*
- B (138) : Mungkin karena terlalu pusing pada saat menjawab soal matematika kak*
- P (139) : Oh begitu, sampai nyeri gitu ya?*
- B (140) : Iya*
- P (141) : Soalnya kesusahan atau bagaimana? Apa kebanyakan jawabannya?*
- B (142) : Iya kak*
- P (143) : Lalu kamu pernah merasa sampai kaku tidak? Atau badan kamu terasa kaku gitu pada saat menjawab soal matematika atau setelahnya?*
- B (144) : Tidak pernah*
- P (145) : Oh tidak ya, lalu otot kamu kedutan kaya misalkan setelah melakukan sesuatu?*
- B (146) : Tidak*
- P (147) : Lalu kamu pernah tidak gigi kamu gemerutuk karena terlalu cemas?*
- B (148) : Tidak pernah*
- P (149) : Jadi kamu tidak pernah merasakan gigi gemerutuk itu kalau sedang menjawab soal matematika gitu ?*
- B (150) : Iya*
- P (151) : Kamu sampai kehilangan suara kamu tidak?Jadi suara kamu nanti ada nanti tidak ada tidak stabil gitu.*
- B (152) : Tidak, tidak pernah*
- P (153) : Jadi suara tetap ada?*
- B (154) : Iya tetep stabil*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketujuh tentang gejala somatik (otot) subjek B merasakan salah satu gejala yaitu sakit dan nyeri di otot-otot, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator ketujuh ini subjek B mendapatkan skor 1.

h. Gejala Somatik (Sensorik)

Tabel 4.3.8

Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------|---|------------------------|---|
| Tinnitus | | Tinnitus | |
| Penglihatan Kabur | | Penglihatan Kabur | |
| Muka Merah atau Pucat | | Muka Merah atau Pucat | |
| Merasa Lemah | ✓ | Merasa Lemah | ✓ |
| Perasaan Ditusuk-tusuk | | Perasaan Ditusuk-tusuk | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (155) : *Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika lalu telinga kamu berdengung gitu, pernah tidak?*
- B (156) : *Tidak pernah*
- P (157) : *Lalu kamu pernah tidak sedang belajar matematika tiba-tiba penglihatan kamu itu kabur atau seperti kurang jelas pada saat melihat soal?*
- B (158) : *Tidak pernah*
- P (159) : *Sama sekali?*
- B (160) : *Iya sama sekali tidak pernah*
- P (161) : *Trus kamu pernah ngga muka kamu sampe merah atau pucat pada saat menjawab soal matematika?*
- B (162) : *Tidak*
- P (163) : *Lalu kamu suka merasa lemah tidak?*
- B (164) : *Iya*

- P (165) : Apa yang membuat kam merasa lemah?*
- B (166) : Takut saja saya tidak bisa mengerjakan soalnya*
- P (167) : Kamu pernah tidak perasaan seperti ditusuk-tusuk pada saat menjawab soal matematika?*
- B (168) : Tidak, tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedelapan tentang gejala somatik (sensorik) subjek B merasakan satu gejala yaitu merasa lemah, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator kedelapan ini subjek B mendapatkan skor 1.

i. Gejala Kardiovaskuler

Tabel 4.3.9

Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---|---|---|---|
| Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar | | Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar | |
| Nyeri di Dada | ✓ | Nyeri di Dada | ✓ |
| Denyut Nadi Mengeras | | Denyut Nadi Mengeras | |
| Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan | | Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan | |
| Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) | | Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan

oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (175) : Misalkan sedang menjawab soal matematika, kamu pernah tidak merasa detak jantung kamu di atas rata-rata, cepat sekali?*
- B (176) : Tidak pernah*
- P (177) : Jadi, kamu detak jantungnya?*
- B (178) : Stabil*
- P (179) : Tidak pernah berdebar ya?*
- B (180) : Iya*
- P (181) : Lalu pernah tidak merasa nyeri di dada kalau pada saat kamu sedang menjawab soal matematika atau pada saat ujian matematika?*
- B (182) : Iya*
- P (183) : Apa yang membuat kamu merasa nyeri di dada?*
- B (184) : Mungkin karena saya pusing kak pada saat menjawab soal matematika*
- P (185) : Lalu kamu pernah tidak merasa denyut nadi kamu mengeras, karena kamu terlalu cemas?*
- B (186) : Tidak pernah*
- P (187) : Pernah merasa lesu/seperti ingin pingsan setelah menjawab soal matematika?*
- B (188) : Tidak, Tidak pernah*
- P (189) : Tidak pernah sampai mau pingsan ?*
- B (190) : Tidak*
- P (191) : Pernah merasa detak jantungnya berhenti?*
- B (192) : Tidak, tidak pernah*
- P (193) : Seperti berhenti sebentar lalu berdetak lagi, pernah?*
- B (194) : Tidak, tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesembilan tentang gejala kardiovaskuler subjek B merasakan satu gejala yaitu nyeri di dada, dikarenakan

hanya satu dari keenam gejala yang ada pada indikator kesembilan ini subjek B mendapatkan skor 1.

j. Gejala Respiratori

Tabel 4.3.10

Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|
| Rasa Tertekan atau Sempit di Dada | | Rasa Tertekan atau Sempit di Dada | |
| Perasaan Tercekik | | Perasaan Tercekik | |
| Sering Narik Napas | | Sering Narik Napas | |
| Napas Pendek | ✓ | Napas Pendek | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (195) : Kamu pernah tidak seperti merasa ada rasa sempit di dada nyesek kalau sedang mengerjakan soal matematika ?*
- B (196) : Tidak*
- P (197) : Tidak pernah?*
- B (198) : Iya*
- P (199) : Pernah tidak kamu rasanya sampai tercekik gitu pada saat menjawab soal matematika?*
- B (200) : Tidak pernah*
- P (201) : kamu sering tidak narik napas pada saat mengerjakan soal matematika?*
- B (202) : Tidak*
- P (203) : Pernah tidak napas kamu jadi pendek?*
- B (204) : Iya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesepuluh tentang gejala respiratori subjek B

merasakan satu gejala yaitu napas pendek, dikarenakan hanya satu gejala dari keempat gejala yang ada pada indikator kesepuluh ini subjek B mendapatkan skor 1.

k. Gejala Gastrointestinal

Tabel 4.3.11

Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek B

| Angket HARS | Wawancara |
|--------------------|-------------------|
| Sulit Menelan | Sulit Menelan |
| Perut Melilit | Perut Melilit |
| Gangguan | Gangguan |
| Pencernaan | Pencernaan |
| Nyeri Sebelum dan | Nyeri Sebelum |
| Sesudah Makan | dan Sesudah |
| | Makan |
| Perasaan | Perasaan |
| Terbakar di Perut | Terbakar di Perut |
| Rasa Penuh atau | Rasa Penuh atau |
| Kembung | Kembung |
| Mual | Mual |
| Muntah | Muntah |
| Buang Air Besar | Buang Air Besar |
| Lembek | Lembek |
| Kehilangan Berat | Kehilangan Berat |
| Badan | Badan |
| Suka Buang Air | Suka Buang Air |
| Besar | Besar |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (205) : Pernah tidak besoknya kamu mau ada pelajaran matematika atau ujian

- matematika, lalu pada saat makan kamu merasa sulit menelan?*
- B (206) : *Tidak pernah, kalau seperti itu pada saat saya sedang sakit*
- P (207) : *Tapi bukan karena besoknya mau ujian ya?*
- B (208) : *Iya bukan*
- P (209) : *Pernah tidak pada saat mau ujian perut rasanya melilit?*
- B (210) : *Tidak pernah*
- P (211) : *Kamu pernah tidak mengalami gangguan pencernaan karena hari itu ada pelajaran matematika atau ada ulangan matematika?*
- B (212) : *Tidak pernah*
- P (213) : *Lalu kamu sampai merasa nyeri pada saat sebelum dan sesudah makan?*
- B (214) : *Tidak*
- P (215) : *Perasaan terbakar di perut? pernah tidak di saat sedang mengerjakan soal matematika kamu merasa perut kamu seperti terbakar?*
- B (216) : *Tidak*
- P (217) : *Kamu pernah tidak merasa perut kamu kembung atau penuh di saat kamu menjawab soal matematika atau sedang ujian matematika ?*
- B (218) : *Tidak*
- P (219) : *Kamu pernah tidak melihat soal matematika sampai mual?*
- B (220) : *Tidak kak*
- P (221) : *Walaupun soalnya susah sekali?*
- B (222) : *Iya*
- P (223) : *Atau mungkin sampai muntah?*
- B (224) : *Tidak*
- P (225) : *Oh tidak juga ya, lalu kamu pernah tidak buang air besar kamu cair karna kamu menjawab soal matematika?*
- B (226) : *Tidak*
- P (227) : *Misalkan pada saat ujian contohnya seperti pada saat kamu kelas 9 atau kelas 6 pernah mengikuti ujian nasional ya, pernah tidak karena itu kamu sampai kehilangan berat badan kamu?*
- B (228) : *Tidak, justru malah naik sepertinya*
- P (229) : *Kamu jadi suka buang air besar tidak?*

B (230) : Tidak kak

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesebelas tentang gejala gastrointestinal subjek B tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator kesebelas ini, oleh karena itu karena tidak adanya gejala yang dirasakan subjek B mendapatkan skor 0.

I. Gejala Urogenital

Tabel 4.3.12

Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------|---|------------------------|---|
| Sering Buang Air Kecil | | Sering Buang Air Kecil | |
| Tidak dapat Menahan | ✓ | Tidak dapat Menahan | ✓ |
| Buang Air Kecil | | Buang Air Kecil | |
| <i>Amenoorhea</i> | | <i>Amenoorhea</i> | |
| <i>Menorrhagia</i> | | <i>Menorrhagia</i> | |
| Menjadi Dingin | | Menjadi Dingin | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (231) : Kamu jadi suka buang air kecil tidak pada saat ujian?
B (232) : Tidak kak
P (233) : Kamu sampai tidak bisa menahan buang air kecil tidak?
B (234) : Iya kak
P (235) : Apa yang membuat kamu jadi tidak bisa menahan buang air kecil?

- B (236) : *Mungkin karena saya terlalu pusing kak pada saat menjawab soal matematika*
 P (237) : *Kamu pernah tidak setelah menjawab soal matematika, atau misalkan pada ujian nasional setelahnya kamu mengalami pendarahan?*
 B (238) : *Tidak*
 P (239) : *Atau kamu tidak mengalami haid selama berbulan-bulan?*
 B (240) : *Tidak juga kak*
 P (241) : *Kamu pernah tidak sedang ujian atau sedang menjawab soal matematika lalu badan kamu rasanya kaya dingin?*
 B (242) : *Tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua belas tentang gejala urogenital subjek B merasakan satu gejala yaitu tidak dapat menahan buang air kecil, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator kedua belas ini subjek B mendapatkan skor 1.

m. Gejala Otonom

Tabel 4.3.13

Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek B

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------|---|----------------------|---|
| Mulut Kering | | Mulut Kering | |
| Muka Merah | ✓ | Muka Merah | ✓ |
| Pusing, Sakit Kepala | | Pusing, Sakit Kepala | |
| Bulu-Bulu Berdiri | | Bulu-Bulu Berdiri | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek B adalah “Ya” yang dibuktikan

oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (243) : Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika mulut kamu rasanya kering gitu seperti ingin minum terus?*
- B (244) : Tidak*
- P (245) : Oh tidak ya, lalu muka kamu merah tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- B (246) : Iya*
- P (247) : Apa yang menyebabkan muka kamu merah?*
- B (248) : Biasanya di saat saya sudah benar-benar buntu pada saat mengerjakan soal matematika*
- P (249) : Lalu kamu pernah tidak merasa pusing atau sakit kepala pada saat setelah menjawab soal matematika*
- B (250) : Tidak*
- P (251) : Kenapa?*
- B (252) : Ya saya memang merasa pusing kalau pada saat mengerjakan soal matematika tapi tidak membuat saya sakit kepala kak*
- P (253) : Lalu kamu sedang mengerjakan soal matematika nih, bulu-bulu kamu berdiri pernah tidak sampai seperti itu?*
- B (254) : Tidak pernah sih kak*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga belas tentang gejala otonom subjek B merasakan satu gejala yaitu muka merah, dikarenakan hanya satu dari keempat gejala yang ada pada indikator ketiga belas ini subjek B mendapatkan skor 1.

n. Tingkah Laku pada Wawancara

Pada saat wawancara berlangsung subjek B sama sekali tidak mengalami gejala kecemasan pada indikator keempat belas, oleh karena itu pada indikator keempat belas ini subjek B mendapatkan skor 0.

o. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Pada saat wawancara berlangsung peneliti menanyakan tentang faktor-faktor apa sajakah yang membuat subjek B menjadi cemas. Pada saat wawancara subjek B mengaku yang membuat cemas ada dua faktor, yaitu: kondisi situasi yang kurang kondusif dan juga di saat mendapatkan guru matematika yang kurang mampu dalam menyampaikan materi yang akan dipelajarinya.

Kondisi situasi kelas membuat subjek B menjadi cemas karena jika pada saat pembelajaran matematika subjek B berada pada kondisi kelas yang kurang kondusif, maka subjek B merasa tidak bisa berkonsentrasi pada saat pembelajaran berlangsung. Faktor selanjutnya, mengenai guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang diberikan. Subjek B merasa cemas dikala mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diajarkan, karena akan adanya *miss communication* pada saat pembelajaran berlangsung.

3. Paparan dan Analisis Data Subjek C

Subjek C merupakan siswa yang memiliki hasil kepercayaan diri sedang, berikut ini rekap data angket HARS dan wawancara siswa, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.4
Rekapitulasi Data Angket HARS Dan Wawancara Subjek C

| No. Item | Angket HARS | Wawancara | Kesimpulan |
|--------------------------------|-------------|-----------|------------|
| 1 | Ya | Ya | Valid |
| 2 | Ya | Ya | Valid |
| 3 | Tidak | Tidak | Valid |
| 4 | Ya | Ya | Valid |
| 5 | Ya | Ya | Valid |
| 6 | Ya | Ya | Valid |
| 7 | Ya | Ya | Valid |
| 8 | Ya | Ya | Valid |
| 9 | Ya | Ya | Valid |
| 10 | Ya | Ya | Valid |
| 11 | Ya | Ya | Valid |
| 12 | Ya | Ya | Valid |
| 13 | Ya | Ya | Valid |
| Jumlah Item Valid | | | 13 |
| Jumlah Item Tidak Valid | | | - |

Berdasarkan Tabel 4.4, diketahui bahwa item deskripsi yang valid berjumlah 13 dan item deskripsi yang tidak valid berjumlah 0. Adapun, subjek C dikatakan memenuhi satu indikator kecemasan apabila setidaknya ada satu item deskripsi dari suatu indikator yang terpenuhi.

Perasaan Ansietas

Tabel 4.4.1

Rekapitulasi Data No. Item 1 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------------|---|----------------------------|---|
| Cemas | ✓ | Cemas | ✓ |
| Firasat Buruk | ✓ | Firasat Buruk | ✓ |
| Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ | Takut Akan Pikiran Sendiri | ✓ |
| Mudah Tersinggung | | Mudah Tersinggung | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (1) : Oke disini kaka mau bertanya tentang kecemasan kamu pada saat menjawab soal matematika, kamu suka merasa cemas tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau misalkan sedang ujian matematika?

C (2) : Iya kak

P (3) : Apa yang membuat kamu merasa cemas ?

C (4) : Ya karena melihat soalnya sedikit susah.

P (5) : Oh, jadi kamu cemas pada saat melihat soal yang susah?

- C (6) : Iya
P (7) : Tapi kalau kamu mendapatkan soal yang mudah suka cemas juga tidak?
C (8) : iya cemas
P (9) : Apa yang membuat kamu di saat mendapatkan soal yang mudah cemas dan pada saat mendapat soal yang susah pun cemas?
C (10) : Kan karena matematika itu banyak rumusnya ya kak, jadi itu yang membuat saya jadi cemas
P (11) : Lalu, kamu pernah tidak sih punya yang namanya firasat buruk kalau misalkan besoknya mau pelajaran matematika atau bahkan besoknya mau ujian matematika ?
C (12) : Iya suka kak, saya suka memiliki firasat buruk pada saat menjawab soal matematika
P (13) : Apa yang membuat kamu memiliki firasat buruk?
C (14) : Ya karena kalau menurut saya matematika itu pelajaran yang susah
P (15) : Apa yang membuat kamu mengalami kesulitan pada saat pembelajaran matematika?
C (16) : Ya banyak rumus
P (17) : Ohh jadi karena matematika memiliki banyak rumus kamu menjadi cemas?
C (18) : Iya kak
P (19) : Lalu, kamu suka takut tidak sama pikiran kamu sendiri?
C (20) : Pernah sih kak
P (21) : Apa yang membuat kamu takut dengan pikiran kamu sendiri?
C (22) : Saya takut mendapat nilai yang jelek
P (23) : Memang kamu dituntut untuk mendapatkan nilai yang baik pada mata pelajaran matematika?
C (24) : Tidak kak
P (25) : Lalu, kamu orangnya jadi mudah tersinggung tidak kalau sedang menjawab soal matematika?
C (26) : Tidak
P (27) : Jadi, biasa saja?
C (28) : Iya
P (29) : Kalau misalkan ada teman yang nanya

C (30) : *sama kamu, kamu tidak tersinggung?*
: *iya kak*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang pertama tentang perasaan ansietas subjek C merasakan tiga gejala yaitu cemas, firasat buruk, dan takut akan pikiran sendiri, dikarenakan ada tiga gejala dari keempat gejala yang ada pada indikator pertama ini subjek C mendapatkan skor 3.

a. Ketegangan

Tabel 4.4.2
Rekapitulasi Data No. Item 2 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---------------------------------------|---|---------------------------------------|---|
| Merasa Tegang | ✓ | Merasa Tegang | ✓ |
| Lesu | ✓ | Lesu | ✓ |
| Tidak Bisa Beristirahat dengan Tenang | ✓ | Tidak Bisa Beristirahat dengan Tenang | ✓ |
| Mudah Terkejut | | Mudah Terkejut | |
| Mudah Menangis | | Mudah Menangis | |
| Gemetar | ✓ | Gemetar | ✓ |
| Gelisah | ✓ | Gelisah | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (31) : *Lalu kamu merasa tegang tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
C (32) : *Iya*

- P (33) : *Apa yang membuat kamu merasa tegang?*
- C (34) : *Ya suka bingung saja harus menggunakan cara yang mana*
- P (35) : *Oke, lalu kamu suka merasa lesu tidak kalau sedang menjawab soal matematika atau sedang pelajaran matematika, jadi perasaan kamu seperti lesu, pernah tidak merasakan yang seperti itu?*
- C (36) : *Iya*
- P (37) : *Apa yang membuat kamu lesu pada saat menjawab soal matematika?*
- C (38) : *Ya karena pada saat saya melihat soal, saya sudah pusing*
- P (39) : *Lalu kamu pernah tidak sampai tidak bisa beristirahat dengan tenang, kalau misalkan besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika kamu seperti tidak bisa beristirahat dengan tenang memikirkan terus*
- C (40) : *Iya*
- P (41) : *Apa yang menyebabkan kamu tidak bisa beristirahat dengan tenang?*
- C (42) : *Ya karena besok ada pelajaran matematika, jadi saya memikirkannya*
- P (43) : *Lalu kamu mudah terkejut tidak setelah menjawab soal matematika?*
- C (44) : *Tidak juga*
- P (45) : *Ohh begitu ya, lalu kamu orangnya mudah menangis tidak? misalkan kamu pada saat menjawab soal matematika lalu kamu mendapatkan soal yang sulit kamu mudah menangis tidak ketika menghadapi soal yang sulit?*
- C (46) : *Tidak*
- P (47) : *Kamu kalau sedang mengerjakan soal matematika pernah tidak sampai gemetar atau pada saat menyelesaikan soal matematika?*
- C (48) : *Iya kak*
- P (49) : *Lalu kamu merasa gelisah tidak pada saat menjawab soal matematika?*
- C (50) : *Iya*
- P (51) : *Apa yang membuat kamu gelisah pada saat menjawab soal matematika?*
- C (52) : *Matematika it sulit menurut saya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua tentang ketegangan subjek C merasakan lima gejala yaitu merasa tegang, lesu, tidak bisa beristirahat dengan tenang, gemetar, dan gelisah, dikarenakan ada lima dari ketujuh gejala yang ada pada indikator kedua ini subjek C mendapatkan skor 3.

b. Ketakutan

Tabel 4.4.3

Rekapitulasi Data No. Item 3 Subjek C

| Angket HARS | Wawancara |
|----------------------------------|----------------------------------|
| Takut pada Gelap | Takut pada Gelap |
| Takut pada Orang Asing | Takut pada Orang Asing |
| Takut pada Binatang Besar | Takut pada Binatang Besar |
| Takut pada Keramaian Lalu Lintas | Takut pada Keramaian Lalu Lintas |
| Takut pada Keramaian | Takut pada Keramaian |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Tidak” dan data wawancara subjek C adalah “Tidak” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (53) : Kamu pernah tidak merasa ketakutan sama gelap, tapi ini yang disebabkan karena setelah menjawab soal

- matematika, pernah tidak?
- C (54) : Tidak pernah
- P (55) : Tapi sebelumnya kamu pernah takut tidak sama gelap?
- C (56) : Kalau gelap sih tidak
- P (57) : Jadi, tidak sama sekali mempengaruhi ya?
- C (58) : Iya
- P (59) : Lalu kamu suka jadi takut tidak kalau melihat orang asing? Tapi itu setelah kamu menjawab soal matematika
- C (60) : Tidak
- P (61) : Jadi?
- C (62) : Takutnya, tidak ada rasa takut, tapi memang saya punya sih kak ketakutan satu, sama binatang besar
- P (63) : Oh gitu
- C (64) : Iya, tapi itu bukan awalnya saya mengerjakan matematika, memang dari awal saya sudah takut sama binatang besar
- P (65) : Jadi kamu takut binatang besar memang dari awalnya ya ?
- C (66) : Iya kak, dari awal memang sudah takut sama binatang besar
- P (67) : Jadi bukan setelah belajar matematika kamu jadi takut sama binatang besar kan ?
- C (68) : Iya bukan kak
- P (69) : kamu takut tidak sama keramaian lalu lintas? Misalkan setelah kamu pulang sekolah lalu di jalanan kan suka ramai lalu lintasnya, kamu suka takut tidak dengan keramaian lalu lintas?
- C (70) : Tidak
- P (71) : Yang disebabkan oleh matematika, misalkan hari itu ada pelajaran matematika lalu kamu pulang sekolah lalu setelah itu di jalan itu kamu seperti orang ketakutan, pernah seperti itu?
- C (72) : Tidak
- P (73) : Tidak ya?
- C (74) : Iya
- P (75) : Lalu kamu takut tidak dengan kerumunan orang banyak? jadi setelah kamu menyelesaikan soal matematika atau

setelah ujian matematika kamu bertemu banyak orang jadi seperti ketakutan, pernah seperti itu?

- C (76) : Tidak
 P (77) : Tidak pernah?
 C (78) : Iya tidak pernah

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga tentang ketakutan subjek C tidak merasakan satupun gejala yang ada pada indikator ketiga ini, oleh karena itu subjek C mendapatkan skor 0.

c. Gangguan Tidur

Tabel 4.4.4

Rekapitulasi Data No. Item 4 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------------------|---|----------------------------------|---|
| Sukar Masuk Tidur | ✓ | Sukar Masuk Tidur | ✓ |
| Terbangun Malam Hari | ✓ | Terbangun Malam Hari | ✓ |
| Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | ✓ | Tidak Nyenyak Bangun dengan Lesu | ✓ |
| Banyak Mimpi- Mimpi Buruk | | Banyak Mimpi- Mimpi Buruk | |
| Mimpi Buruk | ✓ | Mimpi Buruk | ✓ |
| Mimpi Menakutkan | | Mimpi Menakutkan | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (79) : Oke selanjutnya, kamu pernah tidak

- merasakan susah tidur ketika besoknya pelajaran matematika atau bahkan ujian matematika?*
- C (80) : *Iya*
- P (81) : *Kenapa? Apa yang kamu alami kalau besoknya mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika?*
- C (82) : *Saya memikirkan matematika takut nilainya kecil*
- P (83) : *Jadi karena takut dengan pikiran-pikiran kamu sendiri?*
- C (84) : *Iya*
- P (85) : *Kamu Pernah tidak tiba-tiba terbangun pada pertengahan malam karena besoknya akan ada pelajaran matematika atau ujian matematika?*
- C (86) : *Tidak pernah*
- P (87) : *Lalu kamu tidurnya nyenyak tidak ketika besoknya mau ada ujian atau pelajaran matematika?*
- C (88) : *Iya*
- P (89) : *Apa yang membuat tidur kamu tidak nyenyak?*
- C (90) : *Karena saya memikirkan matematika untuk besoknya kak*
- P (91) : *Lalu misalkan kamu hari itu sedang ada ujian matematika, kamu bangun dengan lesu, lemas sekali karena hari ini mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, pernah tidak seperti itu?*
- C (92) : *Tidak, tidak pernah*
- P (93) : *Jadi?*
- C (94) : *Ya biasa aja*
- P (95) : *Kamu pernah merasakan mimpi-mimpi buruk tidak? Jadi kamu selama semalaman tidur kamu banyak mengalami mimpi buruk pada saat besoknya mau ujian matematika, pernah seperti itu?*
- C (96) : *Tidak pernah*
- P (97) : *Mungkin pernah kamu mengalami mimpi buruk?*
- C (98) : *Iya*
- P (99) : *Seperti apa mimpi buruknya?*
- C (100) : *Mimpi buruknya itu saya mendapatkan nilai kecil kak*

- P (101) : Kamu pernah tidak mimpi yang menakutkan?*
C (102) : Tidak
P (103) : Tidak juga ya ?
C (104) : Iya

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keempat tentang gangguan tidur subjek C merasakan empat gejala yaitu sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyaman, dan mimpi buruk. Dikarenakan ada empat gejala dari ketujuh gejala yang ada pada indikator keempat ini subjek C mendapatkan skor 3.

d. Gangguan Kecerdasan

Tabel 4.4.5

Rekapitulasi Data No. Item 5 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------|---|----------------------|---|
| Sukar Berkonsentrasi | ✓ | Sukar Berkonsentrasi | ✓ |
| Daya Ingat Buruk | | Daya Ingat Buruk | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (105) : Kamu sulit berkonsentrasi tidak?*
C (106) : Iya
P (107) : Apa yang membuat kamu sulit berkonsentrasi?
C (108) : Karena kelasnya berisik kak pada saat pembelajaran matematika

- P (109) : Jadi kamu merasa sulit berkonsentrasi pada saat keadaan kelas kamu berisik?*
- C (110) : Iya kak*
- P (109) : Kamu daya ingatnya jadi buruk tidak? misalkan kamu mau ujian tiba-tiba daya ingat kamu buruk karena terlalu cemas*
- C (110) : Tidak alhamdulillah tidak pernah seperti itu*
- P (111) : Tidak? Secemas apapun kamu?*
- C (112) : Iya*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kelima tentang gangguan kecerdasan subjek C merasakan satu gejala yaitu sukar berkonsentrasi, dikarenakan hanya ada satu gejala yang dirasakan pada indikator kelima ini subjek C mendapatkan skor 2.

e. Perasaan Depresi

Tabel 4.4.6

Rekapitulasi Data No. Item 6 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|--------------------------------------|---|--------------------------------------|---|
| Hilangnya Minat | ✓ | Hilangnya Minat | ✓ |
| Berkurangnya Kesenangan pada Hobi | | Berkurangnya Kesenangan pada Hobi | |
| Sedih | | Sedih | |
| Bangun Dini Hari | | Bangun Dini Hari | |
| Perasaan Berubah-ubah Sepanjang Hari | | Perasaan Berubah-ubah Sepanjang Hari | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan

oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (113) : *Selanjutnya hilangnya minat, kamu pernah tidak sampai tidak ingin melakukan apapun setelah menjawab soal matematika?*
- C (114) : *Iya*
- P (115) : *Apa yang membuat kamu tidak minat melakukan sesuatu pada saat selesai menjawab soal matematika?*
- C (116) : *Mungkin karena saya pusing setelah melihat soal yang diberikan kak*
- P (117) : *Berkurangnya kesenangan pada hobbi, kamu hobbinya apa ?*
- C (118) : *Hobi? Berenang*
- P (119) : *Berenang, pernah tidak setelah belajar matematika atau ujian matematika kamu jadi tidak ingin berenang?*
- C (120) : *Tidak, tidak pernah*
- P (121) : *Tidak pernah sampe hilang hobbinya?*
- C (122) : *Tidak, justru setelah ujian matematika saya ingin berenang agar nge-refresh gitu*
- P (123) : *Pernah tidak kamu merasa sedih pada saat menjawab soal matematika karena mungkin soalnya susah atau belum dipelajari, pernah?*
- C (124) : *Tidak*
- P (125) : *Oh gitu, lalu kamu suka bangun dini hari tidak atau pagi-pagi sekali karena besoknya atau pagi harinya itu mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika*
- C (126) : *Tidak*
- P (127) : *Tidak juga? Jadi?*
- C (128) : *Ya biasa saja bangunnya kaya biasa pas subuh*
- P (129) : *Lalu kamu merasa tidak perasaan kamu seperti berubah-ubah sepanjang hari setelah kamu menjawab soal matematika kamu jadi galau, nanti senang nanti sedih seperti itu?*
- C (130) : *Tidak, tidak pernah seperti itu*
- P (131) : *Jadi biasa aja?*

C (132) : *Iya biasa aja*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang keenam tentang perasaan depresi subjek C merasakan satu gejala yaitu hilangnya minat, dikarenakan hanya satu gejala yang dirasakan pada indikator keenam ini subjek C mendapatkan skor 1.

f. Gejala Somatik (Otot)

Tabel 4.4.7

Rekapitulasi Data No. Item 7 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------------|---|------------------------------|---|
| Sakit dan Nyeri di otot-otot | | Sakit dan Nyeri di otot-otot | |
| Kaku | | Kaku | |
| Kedutan Otot | | Kedutan Otot | |
| Gigi Gemeretak | ✓ | Gigi Gemeretak | ✓ |
| Suara Tidak Stabil | | Suara Tidak Stabil | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

P (133) : *Lalu kamu pernah tidak merasa sakit sama nyeri otot pada saat mengerjakan soal*

- matematika?*
- C (134) : Tidak pernah
P (135) : Lalu kamu pernah merasa sampai kaku tidak? Atau badan kamu terasa kaku gitu pada saat menjawab soal matematika atau setelahnya?
- C (136) : Tidak pernah
P (137) : Oh tidak ya, lalu otot kamu kedutan kaya misalkan setelah melakukan sesuatu?
- C (138) : Tidak
P (139) : Lalu kamu pernah tidak gigi kamu gemerutuk karena terlalu cemas?
- C (140) : Pernah kak
P (141) : Jadi kamu pernah merasakan gigi gemerutuk itu kalau sedang menjawab soal matematika gitu ?
- C (142) : Iya
P (143) : Kamu sampai kehilangan suara kamu tidak?Jadi suara kamu nanti ada nanti tidak ada tidak stabil gitu.
- C (144) : Tidak, tidak pernah
P (145) : Jadi suara tetap ada?
C (146) : Iya tetep stabil

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketujuh tentang gejala somatik (otot) subjek C merasakan salah satu gejala yaitu gigi gemerutuk, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator ketujuh ini subjek C mendapatkan skor 1.

g. Gejala Somatik (Sensorik)

Tabel 4.4.8

Rekapitulasi Data No. Item 8 Subjek C

| Angket HARS | Wawancara |
|-------------------|-------------------|
| Tinnitus | Tinnitus |
| Penglihatan Kabur | Penglihatan Kabur |

| | | | |
|----------------------------|---|----------------------------|---|
| Muka Merah atau Pucat | ✓ | Muka Merah atau Pucat | ✓ |
| Merasa Lemah | ✓ | Merasa Lemah | ✓ |
| Perasaan Ditusuk- tusuk | | Perasaan Ditusuk- tusuk | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (147) : *Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika lalu telinga kamu berdengung gitu, pernah tidak?*
- C (148) : *Tidak pernah*
- P (149) : *Lalu kamu pernah tidak sedang belajar matematika tiba-tiba penglihatan kamu itu kabur atau seperti kurang jelas pada saat melihat soal?*
- C (150) : *Tidak pernah*
- P (151) : *Sama sekali?*
- C (152) : *Iya sama sekali tidak pernah*
- P (153) : *Lalu kamu pernah tidak muka kamu sampai merah atau pucat pada saat menjawab soal matematika?*
- C (154) : *Pernah*
- P (155) : *Pernah? Mukanya merah atau pucat?*
- C (156) : *Pucat*
- P (157) : *Kenapa pucat?*
- C (158) : *Mungkin pusing kali ya kak mukanya mukanya pucat*
- P (159) : *Lalu kamu suka merasa lemah tidak?*
- C (160) : *Lemah? Suka sih*
- P (161) : *Apa yang membuat kamu merasa lemah?*
- C (162) : *Karena saya pusing kak pada saat melihat soal matematikanya*
- P (163) : *Kamu pernah tidak perasaan seperti ditusuk-tusuk pada saat menjawab soal matematika?*
- C (164) : *Tidak, tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedelapan tentang gejala somatik (sensorik) subjek C merasakan dua gejala yaitu muka merah atau pucat dan merasa lemah, dikarenakan ada dua gejala dari kelima gejala yang ada pada indikator kedelapan ini subjek C mendapatkan skor 1.

h. Gejala Kardiovaskuler

Tabel 4.4.9

Rekapitulasi Data No. Item 9 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---|---|---|---|
| Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar | | Detak Jantung Di Atas Rata-Rata Berdebar | |
| Nyeri di Dada | ✓ | Nyeri di Dada | ✓ |
| Denyut Nadi Mengeras | | Denyut Nadi Mengeras | |
| Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan | | Perasaan Lesu Seperti Ingin Pingsan | |
| Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) | | Detak Jantung Menghilang (Berhenti Sejenak) | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan

oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (165) : Misalkan sedang menjawab soal matematika, kamu pernah tidak merasa detak jantung kamu di atas rata-rata, cepat sekali?*
- C (166) : Tidak pernah*
- P (167) : Jadi, kamu detak jantungnya?*
- C (168) : Stabil*
- P (169) : Tidak pernah berdebar ya?*
- C (170) : Iya*
- P (171) : Lalu pernah tidak merasa nyeri di dada kalau pada saat kamu sedang menjawab soal matematika atau pada saat ujian matematika?*
- C (172) : Iya*
- P (173) : Apa yang menyebabkan kamu merasa nyeri di dada?*
- C (174) : Mungkin karena saya terlalu cemas pada saat menjawab soal matematika*
- P (175) : Lalu kamu pernah tidak merasa denyut nadi kamu mengeras, karena kamu terlalu cemas?*
- C (176) : Tidak pernah*
- P (177) : Pernah merasa lesu/seperti ingin pingsan setelah menjawab soal matematika?*
- C (178) : Tidak, Tidak pernah*
- P (179) : Tidak pernah sampai mau pingsan ?*
- C (180) : Tidak*
- P (181) : Pernah merasa detak jantungnya berhenti?*
- C (182) : Tidak, tidak pernah*
- P (183) : Seperti berhenti sebentar lalu berdetak lagi, pernah?*
- C (184) : Tidak, tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesembilan tentang gejala kardiovaskuler subjek C merasakan satu gejala yaitu nyeri di dada, dikarenakan

hanya ada satu gejala dari keenam gejala yang ada pada indikator kesembilan ini subjek C mendapatkan skor 1.

i. Gejala Respiratori

Tabel 4.4.10

Rekapitulasi Data No. Item 10 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|-----------------------------------|---|-----------------------------------|---|
| Rasa Tertekan atau Sempit di Dada | | Rasa Tertekan atau Sempit di Dada | |
| Perasaan Tercekik | | Perasaan Tercekik | |
| Sering Narik Napas | ✓ | Sering Narik Napas | ✓ |
| Napas Pendek | | Napas Pendek | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (185) : Kamu pernah tidak seperti merasa ada rasa sempit di dada nyesek kalau sedang mengerjakan soal matematika ?*
- C (186) : Tidak*
- P (187) : Tidak pernah?*
- C (188) : Iya*
- P (189) : Pernah tidak kamu rasanya sampai tercekik gitu pada saat menjawab soal matematika?*
- C (190) : Tidak pernah*
- P (191) : kamu sering tidak narik napas pada saat mengerjakan soal matematika?*
- C (192) : Iya*
- P (193) : Pernah tidak napas kamu jadi pendek?*
- C (194) : Tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesepuluh tentang gejala respiratori subjek C merasakan satu gejala yaitu sering menarik napas, dikarenakan hanya ada satu dari keempat gejala pada indikator kesepuluh ini subjek C mendapatkan skor 1.

j. Gejala Gastrointestinal

Tabel 4.4.11

Rekapitulasi Data No. Item 11 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|---------------------------------|---|---------------------------------|---|
| Sulit Menelan | | Sulit Menelan | |
| Perut Melilit | | Perut Melilit | |
| Gangguan Pencernaan | | Gangguan Pencernaan | |
| Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan | | Nyeri Sebelum dan Sesudah Makan | |
| Perasaan Terbakar di Perut | | Perasaan Terbakar di Perut | |
| Rasa Penuh atau Kembung | | Rasa Penuh atau Kembung | |
| Mual | ✓ | Mual | ✓ |
| Muntah | | Muntah | |
| Buang Air Besar Lembek | | Buang Air Besar Lembek | |
| Kehilangan Berat Badan | | Kehilangan Berat Badan | |
| Suka Buang Air Besar | ✓ | Suka Buang Air Besar | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (195) : Pernah tidak besoknya kamu mau ada pelajaran matematika atau ujian matematika, lalu pada saat makan kamu merasa sulit menelan?
- C (196) : Tidak pernah, lau seperti itu kalau pada saat saya sedang sakit tenggorokan
- P (197) : Tapi bukan karena besoknya mau ujian ya?
- C (198) : Iya bukan
- P (199) : Pernah tidak pada saat mau ujian perut rasanya melilit?
- C (200) : Tidak pernah
- P (201) : Kamu pernah tidak mengalami gangguan pencernaan karena hari itu ada pelajaran matematika atau ada ulangan matematika?
- C (201) : Tidak pernah
- P (202) : Lalu kamu sampai merasa nyeri pada saat sebelum dan sesudah makan?
- C (203) : Tidak
- P (204) : Perasaan terbakar di perut? pernah tidak di saat sedang mengerjakan soal matematika kamu merasa perut kamu seperti terbakar?
- C (205) : Tidak
- P (206) : Kamu pernah tidak merasa perut kamu kembung atau penuh di saat kamu menjawab soal matematika atau sedang ujian matematika ?
- C (207) : Tidak
- P (208) : Kamu pernah tidak melihat soal matematika sampai mual?
- C (209) : Iya kak
- P (210) : Apa yang membuat kamu hingga mual pada saat menjawab soal matematika?
- C (211) : Karena soalnya sulit dan juga banyak rumusnya kak
- P (212) : Kamu pada saat mengerjakan soal matematika ingin muntah tidak?
- C (213) : Tidak
- P (214) : Oh tidak juga ya, lalu kamu pernah tidak buang air besar kamu cair karna kamu menjawab soal matematika?
- C (215) : Tidak
- P (216) : Misalkan pada saat ujian contohnya seperti pada saat kamu kelas 9 atau

- kelas 6 pernah mengikuti ujian nasional ya, pernah tidak karena itu kamu sampai kehilangan berat badan kamu?*
- C (217) : *Tidak kak biasa saja*
- P (218) : *Kamu jadi suka buang air besar tidak?*
- C (219) : *Kalau buang air besar iya jadi agak sering*
- P (220) : *Jadi kalau mau ujian?*
- C (221) : *Iya suka buang air besar*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kesebelas tentang gejala gastrointestinal subjek C merasakan dua gejala yaitu mual dan suka buang air besar, dikarenakan ada dua dari kesebelas gejala yang ada pada indikator kesebelas ini subjek C mendapatkan skor 1.

k. Gejala Urogenital

Tabel 4.4.12

Rekapitulasi Data No. Item 12 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|------------------------|---|------------------------|---|
| Sering Buang Air Kecil | | Sering Buang Air Kecil | |
| Tidak dapat Menahan | ✓ | Tidak dapat Menahan | ✓ |
| Buang Air Kecil | | Buang Air Kecil | |
| <i>Amenoorhea</i> | | <i>Amenoorhea</i> | |
| <i>Menorrhagia</i> | | <i>Menorrhagia</i> | |
| Menjadi Dingin | | Menjadi Dingin | |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (222) : *Kamu jadi suka buang air kecil tidak pada saat ujian?*
 C (223) : *Tidak kak Biasa saja*
 P (224) : *Kamu sampai tidak bisa menahan buang air kecil tidak?*
 C (225) : *Iya*
 P (226) : *Kamu pernah tidak setelah menjawab soal matematika, atau misalkan pada ujian nasional setelahnya kamu mengalami pendarahan?*
 C (227) : *Tidak*
 P (228) : *Atau kamu tidak mengalami haid selama berbulan-bulan?*
 C (229) : *Tidak juga kak*
 P (230) : *Kamu pernah tidak sedang ujian atau sedang menjawab soal matematika lalu badan kamu rasanya kaya dingin?*
 C (231) : *Tidak pernah*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang kedua belas tentang gejala urogenital subjek C merasakan satu gejala yaitu tidak dapat menahan buang air kecil, dikarenakan hanya satu dari kelima gejala yang ada pada indikator kedua belas ini subjek C mendapatkan skor 1.

I. Gejala Otonom

Tabel 4.4.13

Rekapitulasi Data No. Item 13 Subjek C

| Angket HARS | | Wawancara | |
|----------------------|---|----------------------|---|
| Mulut Kering | ✓ | Mulut Kering | ✓ |
| Muka Merah | | Muka Merah | |
| Pusing, Sakit Kepala | ✓ | Pusing, Sakit Kepala | ✓ |
| Bulu-Bulu Berdiri | ✓ | Bulu-Bulu Berdiri | ✓ |

Berdasarkan tabel di atas, data angket HARS adalah “Ya” dan data wawancara subjek C adalah “Ya” yang dibuktikan oleh transkrip wawancara siswa dengan paparan percakapan sebagai berikut:

- P (232) : Kamu pernah tidak sedang mengerjakan soal matematika mulut kamu rasanya kering gitu seperti ingin minum terus?*
- C (233) : Iya*
- P (234) : Lalu muka kamu merah tidak kalau sedang menjawab soal matematika?*
- C (235) : Tidak*
- P (236) : Kan kamu kalau pucat iya kan, tapi kalau merah tidak ya?*
- C (237) : Iya tidak merah*
- P (238) : Lalu kamu pernah tidak merasa pusing atau sakit kepala pada saat setelah menjawab soal matematika*
- C (239) : Iya*
- P (240) : Kenapa?*
- C (241) : Pusing rumus*
- P (242) : Apa sih yang menyebabkan kamu pusing sama banyak rumus?*
- C (243) : Terkadang saya suka bingung kak ada soal tapi saya tidak tau harus menggunakan rumus yang mana, jadi seperti tidak sesuai saja gitu*
- P (244) : Lalu kamu sedang mengerjakan soal matematika nih, bulu-bulu kamu berdiri pernah tidak sampai seperti itu?*
- C (245) : Tidak pernah sih kak*

Dari percakapan di atas dapat diketahui bahwa pada indikator yang ketiga belas tentang gejala otonom subjek C merasakan tiga gejala yaitu mulut kering, pusing atau sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri dikarenakan ada tiga gejala dari

keempat gejala yang ada pada indikator ketiga belas ini subjek C mendapatkan skor 3.

m. Tingkah Laku pada Wawancara

Pada saat wawancara berlangsung subjek C terlihat tegang, oleh karena itu karena subjek C mengalami satu dari kedelapan gejala yang ada pada indikator keempat belas ini subjek C mendapatkan skor 1.

n. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan

Pada saat wawancara berlangsung peneliti menanyakan tentang faktor-faktor apa sajakah yang membuat subjek C menjadi cemas. Ada banyak faktor yang menyebabkan subjek C merasa cemas ada empat faktor yang mempengaruhi kecemasan subjek C pada saat menjawab soal matematika yaitu: 1) kondisi situasi kelas yang kurang kondusif, 2) matematika memiliki banyak rumus, 3) siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika, dan 4) guru yang kurang mampu menyampaikan materi yang akan diajarkan.

Faktor yang pertama adalah kondisi situasi kelas yang kurang kondusif, situasi seperti ini membuat subjek C tidak bisa berkonsentrasi pada saat pembelajaran matematika berlangsung. Faktor yang kedua adalah karena matematika

banyak rumus, banyak gejala yang dirasakan oleh subjek C dengan alasan matematika memiliki banyak rumus sehingga membuat subjek C menjadi kebingungan pada saat pengerjaan soal matematika.

Faktor yang ketiga adalah karena siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika, sehingga subjek C merasa kesulitan untuk menjawab soal yang diberikan. Dan yang terakhir adalah guru yang kurang mampu menjelaskan materi pembelajaran yang akan dipelajari, karena subjek C sudah mengalami kesulitan dalam pembelajaran sehingga jika mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menyampaikan materi membuat subjek C mengalami kecemasan.

I. Interpretasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data hasil angket HARS dan wawancara dilihat dari indikator kecemasan, dapat dilihat hasilnya sebagai berikut:

1. Subjek A

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek A memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi. Adapun, hasil dari pemaparan subjek A sebagai berikut:

Tabel 4.5 Skor Tingkat Kecemasan Subjek A

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|----------|----------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 1 |
| Ketegangan | 2 | 1 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 1 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 0 |
| Perasaan Depresi | 6 | 0 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 0 |
| Gejala Respiratori | 10 | 0 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 1 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 1 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 0 |
| Total Skor | | 8 |

Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek A adalah 8 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek A dengan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek A maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek A, diantaranya adalah: takut akan pikiran sendiri, gelisah, terbangun malam hari, sakit dan nyeri di otot-otot, muka merah atau pucat, suka buang air besar, sering buang air kecil, dan pusing serta sakit kepala. Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang dialami oleh subjek A adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan.

2. Subjek B

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek B memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Adapun, hasil dari pemaparan subjek B sebagai berikut:

Tabel 4.6 Skor Tingkat Kecemasan Subjek B

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|----------|----------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 2 |
| Ketegangan | 2 | 1 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 1 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 2 |
| Perasaan Depresi | 6 | 0 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 1 |
| Gejala Respiratori | 10 | 1 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 0 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 1 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 0 |
| Total Skor | | 12 |

Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek B adalah 12 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan bahwa yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek B dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek B maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek B, diantaranya adalah: cemas, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, sukar konsentrasi, sakit dan nyeri otot-otot, merasa lemah, nyeri di dada, napas pendek, tidak dapat menahan buang air kecil, dan muka merah. Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif.

3. Subjek C

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek C memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang. Adapun, hasil dari pemaparan subjek C adalah sebagai berikut:

Tabel 4.7 Skor Tingkat Kecemasan Subjek C

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|-----------------|-----------------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 3 |
| Ketegangan | 2 | 3 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 3 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 2 |
| Perasaan Depresi | 6 | 1 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 1 |
| Gejala Respiratori | 10 | 1 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 1 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 3 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 1 |
| Total Skor | | 22 |

Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek C adalah 22 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan yang sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek C dengan tingkat kepercayaan diri yang sedang memiliki tingkat kecemasan yang sedang.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek C maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek C, diantaranya adalah: cemas, pirasat buruk, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, gemetar, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyaman, mimpi buruk, sukar konsentrasi, hilangnya minat, gigi gemerutuk, muka merah atau pucat, merasa lemah, nyeri di dada, sering menarik napas, mual, suka buang air besar, tidak dapat menahan buang air kecil, mulut kering, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri. Faktor-faktor yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif.

Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang mempengaruhi subjek C pada saat menjawab soal matematika ada empat faktor yaitu: yang pertama adalah kondisi situasi kelas yang kurang kondusif, situasi seperti ini membuat subjek C tidak bisa berkonsentrasi pada saat pembelajaran matematika berlangsung. Faktor yang kedua adalah karena matematika banyak rumus, banyak gejala yang dirasakan oleh subjek C dengan alasan matematika memiliki banyak rumus sehingga membuat subjek C menjadi kebingungan pada saat pengerjaan soal matematika.

Faktor yang ketiga adalah karena matematika memiliki banyak hafalan, sehingga subjek C merasa kesulitan untuk menjawab soal yang diberikan. Dan yang terakhir adalah guru yang kurang mampu menjelaskan materi pembelajaran yang akan dipelajari, karena subjek C sudah mengalami kesulitan dalam pembelajaran sehingga jika mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menyampaikan materi membuat subjek C mengalami kecemasan.

BAB V

PENUTUP

J. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dan pembahasan yang telah peneliti paparkan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Subjek A dengan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi memiliki tingkat kecemasan rendah, subjek B dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dan subjek C dengan tingkat kepercayaan diri yang sedang memiliki tingkat kecemasan yang sedang.
2. Dampak- dampak kecemasan yang terjadi pada subjek A adalah takut akan pikiran sendiri, gelisah, terbangun malam hari, sakit dan nyeri di otot-otot, muka merah atau pucat, suka buang air besar, sering buang air kecil, dan pusing serta sakit kepala. Kemudian dampak-dampak kecemasan yang terjadi pada subjek B adalah cemas, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, sukar konsentrasi, sakit dan nyeri otot-otot, merasa lemah, nyeri di dada, napas pendek, tidak dapat menahan buang air kecil, dan muka merah. Dan yang terakhir dampak-dampak yang terjadi pada subjek C adalah cemas, pirasat buruk, takut

akan pikiran sendiri, merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, gemetar, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, mimpi buruk, sukar konsentrasi, hilangnya minat, gigi gemerutuk, muka merah atau pucat, merasa lemah, nyeri di dada, sering menarik napas, mual, suka buang air besar, tidak dapat menahan buang air kecil, mulut kering, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri.

3. Faktor-faktor yang menyebabkan subjek A mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika adalah guru yang kurang mampu dalam menjawab soal matematika. Selanjutnya, faktor-faktor kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif. Dan yang terakhir Faktor-faktor kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang dialami oleh subjek C adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan, saat situasi kelas yang kurang kondusif, matematika memiliki rumus yang banyak, dan siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika.

K. Saran

Dari kesimpulan di atas peneliti ingin memberikan saran-saran untuk membantu menumbuhkan rasa kepercayaan diri agar mengurangi rasa cemas yang dialami siswa pada saat menjawab soal matematika pada siswa kelas X-C SMA Islam Al-Ghozali, saran-saran tersebut diantaranya:

1. Kepada orang tua hendaknya menanamkan rasa percaya diri kepada siswa yang bertujuan untuk mengurangi tingkat kecemasan siswa dalam menjawab soal matematika, dalam hal ini untuk memberikan pengarahan kepadanya mengenai pelajaran matematika di sekolah.
2. Kepada guru matematika SMA Islam Al-Ghozali hendaknya lebih sering memperhatikan dan memperdulikan aktifitas selama proses pembelajaran agar siswa lebih memperhatikan yang dijelaskan oleh guru sehingga mengurangi tingkat kecemasan siswa yang disebabkan oleh kurangnya konsentrasi siswa dalam mengikuti pelajaran matematika.
3. Dalam proses pembelajaran guru hendaknya lebih mengutamakan siswa yang lebih aktif, agar sebuah pembelajaran tidak menjadi sesuatu yang monoton dan membosankan, jadi siswa pun ikut berperan serta dalam proses pembelajaran matematika. Oleh karena itu, hendaknya guru mengganti model pembelajarannya dan tidak terlalu sering

menggunakan model pembelajaran ceramah agar siswa tidak monoton mendengarkan penjelasan guru.

4. Sebaiknya, guru harus berusaha untuk memahami kecemasan matematika dan menerapkan strategi belajar mengajar sehingga siswa dapat mengatasi kecemasan mereka. Penelitian ini merekomendasikan bahwa guru / fasilitator harus positif dan mendukung serta menggunakan metode pengajaran yang memberdayakan siswa untuk mengembangkan sikap positif terhadap matematika.
5. Hendaknya siswa lebih semangat lagi dalam mengikuti pembelajaran matematika, karena pembelajaran matematika merupakan pelajaran pokok yang selalu dipelajari pada setiap jenjang pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizal. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Tinggi.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Aminullah, M., A. 2013. Kecemasan antara Siswa SMP dan Santri Pondok Pesantren. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 1(2): 205-2015.
- Anditya, Rifin. 2016. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Matematika. *Prosiding sempoa: Seminar Nasional, Pameran Alat Peraga, dan Olimpiade Matematika*. HMP Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Anita, Ika Wahyu. 2014. Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP. *Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung* 3(1): 125-132.
- Aunurrahman. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: PustakaPelajar.

- Barseli, M., Ildil., I. 2017. Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan* 5(3): 143-148.
- Budiman, Hedi. 2014. Pengaruh Pembelajaran Geometri terhadap Sikap Matematik dan Kecemasan Matematika Siswa. *Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*3(1): 20-30.
- Denhere, Christmas. 2015. Casual Attributions of Math Anxiety among Zimbabwean Secondary School-Learners. *International Jurnal of Academic Reaserch and Reflection* 1(3): 6-11.
- Elfiky, Ibrahim. 2017. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta.
- Fiorentika, K., dkk. 2016. Keaktifan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 1(3): 104-106.
- Fitriani, Nelly. 2014. Penerapan Pendekatan Matematika Realistik Secara Berkelompok untuk Meningkatkan Self Confidence Siswa SMP. *Prosiding Seminar Nasional Matematika Program Pascasarjana STKIP Siliwangi Bandung*. Volume 1: 89-95.
- George Brown College. 2014. Dealing with Math Anxiety. *George Brown College*.

- Hamzah, M. Ali dan Muhlissarini. 2014. *Perencanaan dan strategi Pembelajaran Matematika*. Jakarta: Raja Grafindo Jakarta.
- Hendriana, Heris., dkk. 2017. *Hard Skills dan Soft Skills Matematik Siswa*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Hendriana, Heris., dkk. 2014. *Penilaian Pembelajaran Matematika*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Izzaty, R., E. 2017. *Perilaku Anak Prasekolah*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Longkutoy, N., dkk. 2015. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Siswa SMP Kriskten Ranotongkor Kabupaten Minahasa. *Jurnal E-Biomedik (eBm)*3(1): 93-99.
- Majid., M., I., dkk. 2013. Survey Keaktifan Anak Tunagrahita dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SLB Jepara Tahun 2012. *Journal of Physical education, Sport, Health, and Recreation* 2(3): 253-257.
- Maolani, R., A., dkk. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakrta: PT Raja Grafindo Persada.
- Muhamad, Nurdin. 2016. Pengaruh Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Representasi Matematis dan Percaya Diri Siswa *Jurnal Pendidikan Universitas Garut* 9(1): 9-22.

Purwanto, M., N. 2017. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Psychol, B., J., M. 1959. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)*. 32: 81-82.

Ranjan, & Gunendra Chandra. 2013. Math Anxiety : The Poor Problem Solving Factor in School Mathematics. *International Journal of Scientific and Reaserch Publications* 4(3): 1-5.

Risyadi, Hadiya. 2014. Penurunan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Semester melalui Teknik Desensitisasi Sistematis pada Siswa Kelas X di SMA Pleret. *E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 Tahun Ke 5*.

Saebani, B., A. 2017. *Pedoman Aplikatif Metode Penelitian dalam Penyusunan Karya Ilmiah, Skripsi, Tesis, dan Disertasi*. Bandung: Pustaka Setia.

Sani, R., A., dkk. 2017. *Penelitian Pendidikan*. Tangerang: Tira Smart.

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.

Sujarweni, V., W. 2014. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.

Walasary, S., A., dkk. 2015. Tingkat Kecemasan pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 5 Ambon dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal e-Clinic* 3(1): 510-515.

Lampiran 2

Angket Kepercayaan Diri Matematika

Nama :

Kelas :

Umur :

Jenis Kelamin :

Tanggal :

Petunjuk Pengisian Angket

1. Tulis terlebih dahulu identitas anda: nama, kelas, umur, jenis kelamin, dan tanggal penelitian pada tempat yang tersedia.
2. Pilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda yang sebenarnya dengan memberi tanda (√) pada salah satu pilihan alternatif **Sangat Sering (SS)**, **Sering (S)**, **Jarang (J)**, **Jarang Sekali (JS)**.
3. Perubahan atau pembatalan jawaban dapat dilakukan dengan cara memberi tanda (=) pada pilihan yang dibatalkan pada lembar jawaban.
4. Jawaban yang paling tepat adalah jawaban yang sesuai dengan pendapat anda.
5. Setelah selesai menjawab semua pertanyaan, kembalikan angket ini kepada yang bersangkutan.

Contoh menjawab :

| NO | PERNYATAAN | SS | S | J | JS |
|----|--------------------------------|----|---|---|----|
| 1 | Saya suka pelajaran matematika | √ | | | |

| NO | 1. Angket Kepercayaan Diri Siswa PERNYATAAN | Respons |
|----|--|---------|
|----|--|---------|

| NO | PERNYATAAN | Respons | | | |
|----------|--|-----------|----------|----------|-----------|
| A | Indikator : Percaya pada kemampuan diri sendiri | SS | S | J | JS |
| 1. | Gugup ketika harus menyelesaikan soal matematika didepan kelas. | | | | |
| 2. | Malu ketika harus mengerjakan soal matematika di papan tulis. | | | | |
| 3. | Mampu menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan oleh guru. | | | | |
| 4. | Merasa gugup ketika guru menanyakan materi pelajaran yang kurang dipahami. | | | | |
| 5. | Menjelaskan secara lisan materi matematika di depan kelas. | | | | |
| 6. | Ragu-ragu menuliskan penyelesaian soal matematika. | | | | |
| 7. | Merasa gugup saat menghadapi masalah-masalah matematika. | | | | |
| 8. | Merasa sukar menyelesaikan soal-soal matematika berbentuk soal cerita. | | | | |
| 9. | Menjelaskan penyelesaian suatu masalah matematika secara lisan. | | | | |
| 10. | Menyuruh teman untuk presentasi matematika daripada melakukan sendiri. | | | | |
| 11. | Memilih sendiri soal matematika. | | | | |
| B | Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan | SS | S | J | JS |
| 12. | Sukar mengatur waktu untuk belajar matematika. | | | | |
| 13. | Merasa bingung ketika guru mulai menjelaskan materi matematika baru. | | | | |
| 14. | Berusaha keras memahami materi matematika pada umumnya. | | | | |
| 15. | Putus asa ketika ada tugas menyusun model matematika suatu masalah atau situasi. | | | | |
| 16. | Bingung memilih buku yang sesuaidengan materi matematika yang akan dipelajari. | | | | |
| C | Menghargai diri dan usaha sendiri | SS | S | J | JS |
| 17. | Merasa kurang mampu menguasai matematika dibandingkan dengan teman yang lainnya. | | | | |
| 18. | Merasa kecil hati ketika mendapat nilai ulangan matematika yang rendah. | | | | |
| 19. | Merasa senang ketika diminta menjadi ketua kelompok kerja matematika. | | | | |

| NO | PERNYATAAN | Respons | | | |
|----------|--|-----------|----------|----------|-----------|
| 20. | Bangga dengan hasil pekerjaan matematika sendiri. | | | | |
| 21. | Merasa takut menyajikan hasil diskusi mewakili kelompok kerja matematika di depan kelas. | | | | |
| 22. | Merasa senang mendapat tugas membuat poster matematika untuk disajikan pada pameran karya siswa. | | | | |
| D | Bersemangat ketika mengemukakan pendapat dalam diskusi | SS | S | J | JS |
| 23. | Merasa malu berpartisipasi dalam diskusi matematika. | | | | |
| 24. | Berani mengemukakan pendapat berbeda dengan pendapat teman ketika diskusi matematika. | | | | |
| 25. | Bertanya ketika teman mempresentasikan hasil pekerjaan matematika mereka di depan kelas. | | | | |
| 26. | Menerima kritikan teman atas pekerjaan matematika saya dengan terbuka. | | | | |
| E | Indikator : Berani menghadapi tantangan. | SS | S | J | JS |
| 27. | Merasa ragu menghadapi ulangan matematika yang tiba-tiba. | | | | |
| 28. | Siap menghadapi soal matematika dalam bentuk apapun. | | | | |
| 29. | Merasa sulit menyelesaikan soal tentang Lingkaran yang tidak biasa/rutin. | | | | |
| 30. | Merasa tertantang ketika dihadapkan dengan soal tentang lingkaran yang berkaitan dengan materi lain. | | | | |
| 31. | Yakin akan mendapat nilai baik dalam ulangan matematika. | | | | |
| 32. | Merasa ragu dapat mempelajari matematika yang sulit. | | | | |
| 33. | Mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang muncul dalam pembelajaran matematika. | | | | |

Sumber : Tamsil, S (2015) dalam Hendriana, dkk (2017)

Perhitungan Angket kepercayaan diri

Norma Kategorisasi Skor Kepercayaan Diri

| Skor | Kategorisasi |
|--|---------------|
| $X < [\mu - 1,5 (\sigma)]$ | Sangat Rendah |
| $[\mu - 1,5 (\sigma)] < X \leq [\mu - 0,5 (\sigma)]$ | Rendah |
| $[\mu - 0,5 (\sigma)] < X \leq [\mu + 0,5 (\sigma)]$ | Sedang |
| $[\mu + 0,5 (\sigma)] < X \leq [\mu + 1,5 (\sigma)]$ | Tinggi |
| $[\mu + 1,5 (\sigma)] < X$ | Sangat Tinggi |

Cara menghitungnya sebagai berikut:

f) Menentukan rentang maksimum:

Banyaknya item pada angket \times skor maksimum

$$33 \times 4 = 132$$

g) Menentukan rentang minimum:

Banyaknya item pada angket \times skor minimum

$$33 \times 1 = 33$$

h) Menghitung luas jarak:

Rentang maksimum – Rentang minimum

$$132 - 33 = 99$$

i) Menghitung σ :

Luas jarak : 6

$$99 : 6 = 16$$

j) Menghitung μ :

(Luas Jarak + rentang minimum) : 2

$$(99 + 33) : 2 = 66$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas maka diperoleh

hasil sebagai berikut :

Tabel 3. 6

Hasil Perhitungan Kategorisasi Kepercayaan Diri

| Skor | Kategorisasi |
|------------------|---------------------|
| $X \leq 42$ | Sangat Rendah |
| $42 < X \leq 54$ | Rendah |
| $54 < X \leq 74$ | Sedang |
| $74 < X \leq 90$ | Tinggi |
| $90 < X$ | Sangat Tinggi |

Lampiran 4

Rekapitulasi Angket Kepercayaan Diri

Lampiran 5

Daftar Nama Siswa yang Memiliki Hasil Konsisten

| No | Nama | Total Skor | Tingkat Kepercayaan Diri |
|-----------|-------------|-------------------|---------------------------------|
| 1. | ATP | 98 | Sangat Tinggi |
| 2. | ANA | 93 | Sangat Tinggi |
| 3. | RS | 88 | Tinggi |
| 4. | HM | 87 | Tinggi |
| 5. | NL | 87 | Tinggi |
| 6. | DL | 86 | Tinggi |
| 7. | IGHA | 85 | Tinggi |
| 8. | LHN | 83 | Tinggi |
| 9. | AR | 74 | Sedang |

Lampiran 6

Angket HARS

Untuk Mengukur Kecemasan pada Saat Menjawab Soal Matematika

Nama :

Kelas :

Umur :

Jenis kelamin : Perempuan

Tanggal :

Petunjuk Pengisian Angket

1. Tulis terlebih dahulu identitas anda: nama, kelas, umur, jenis kelamin, dan tanggal pada saat penelitian.
2. Jawablah pertanyaan dari No. 1-13, khusus No. 14 Dikosongkan.
3. Bila mengalami gejala saat menjawab soal matematika dan mengikuti ujian Matematika berilah tanda ceklis (\checkmark) pada , **pada setiap pertanyaan boleh memilih lebih dari satu jawaban.**
4. Bila tidak mengalami gejala pada saat menjawab soal matematika dan mengikuti ujian matematika, **tidak perlu** diberi tanda ceklis (\checkmark) pada .

Skor : 0 = tidak ada rasa kecemasan

1 = kecemasan ringan

2 = kecemasan sedang

3 = kecemasan berat

4 = kecemasan berat sekali

| No | Pertanyaan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|-------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1 | Perasaan ansietas | | | | | |
| | - Cemas | | | | | |
| | - Firasat buruk | | | | | |
| | - Takut akan pikiran sendiri | | | | | |
| | - Mudah tersinggung | | | | | |
| | Ketegangan | | | | | |
| 2 | - Merasa tegang | | | | | |
| | - Lesu | | | | | |
| | - Tak bisa istirahat tenang | | | | | |
| | - Mudah terkejut | | | | | |
| | - Mudah menangis | | | | | |
| | - Gemetar | | | | | |
| | - Gelisah | | | | | |
| | Ketakutan | | | | | |
| 3 | - Pada gelap | | | | | |
| | - Pada orang asing | | | | | |
| | - Pada binatang besar | | | | | |
| | - Pada keramaian lalu lintas | | | | | |
| | - Pada kerumunan orang banyak | | | | | |
| | Gangguan tidur | | | | | |

| No | Pertanyaan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 4 | <ul style="list-style-type: none"> - Sukar masuk tidur - Terbangun malam hari - Tidak nyenyak - Bangun dengan lesu - Banyak mimpi-mimpi buruk - Mimpi buruk - Mimpi menakutkan <p style="text-align: center;">Gangguan kecerdasan</p> | | | | | |
| 5 | <ul style="list-style-type: none"> - Sukar konsentrasi - Daya ingat buruk <p style="text-align: center;">Perasaan depresi</p> | | | | | |
| 6 | <ul style="list-style-type: none"> - Hilangnya minat - Berkurangnya kesenangan pada hobi - Sedih - Bangun dini hari - Perasaan berubah-ubah sepanjang hari <p style="text-align: center;">Gejala somatik (otot)</p> | | | | | |
| 7 | <ul style="list-style-type: none"> - Sakit dan nyeri di otot-otot - Kaku - Kedutan otot - Gigi gemerutuk - Suara tidak stabil <p style="text-align: center;">Gejala somatik (sensorik)</p> | | | | | |
| 8 | <ul style="list-style-type: none"> - Tinitus - Penglihatan kabur - Muka merah atau pucat - Merasa lemah - Perasaan ditusuk-tusuk <p style="text-align: center;">Gejala kardiovaskuler</p> | | | | | |
| 9 | <ul style="list-style-type: none"> - Detak jantung di atas rata-rata - Berdebar - Nyeri di dada - Denyut nadi mengeras - Perasaan lesu/seperti ingin pingsan - Detak jantung menghilang (berhenti sejenak) <p style="text-align: center;">Gejala respiratori</p> | | | | | |
| 10 | <ul style="list-style-type: none"> - Rasa tertekan atau sempit di dada | | | | | |

| No | Pertanyaan | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|----|---------------------------------------|---|---|---|---|---|
| | - Perasaan tercekik | | | | | |
| | - Sering menarik napas | | | | | |
| | - Napas pendek | | | | | |
| | Gejala gastrointestinal | | | | | |
| 11 | - Sulit menelan | | | | | |
| | - Perut melilit | | | | | |
| | - Gangguan pencernaan | | | | | |
| | - Nyeri sebelum dan sesudah makan | | | | | |
| | - Perasaan terbakar di perut | | | | | |
| | - Rasa penuh atau kembung | | | | | |
| | - Mual | | | | | |
| | - Muntah | | | | | |
| | - Buang air besar lembek | | | | | |
| | - Kehilangan berat badan | | | | | |
| | - Suka buang air besar | | | | | |
| | Gejala urogenital | | | | | |
| 12 | - Sering buang air kecil | | | | | |
| | - Tidak dapat menahan buang air kecil | | | | | |
| | - Amenorrhoe | | | | | |
| | - Menorrhagia | | | | | |
| | - Menjadi dingin | | | | | |
| | Gejala otonom | | | | | |
| 13 | - Mulut kering | | | | | |
| | - Muka merah | | | | | |
| | - Pusing, sakit kepala | | | | | |
| | - Bulu-bulu berdiri | | | | | |
| | Tingkah laku pada wawancara | | | | | |
| 14 | - Gelisah | | | | | |
| | - Tidak tenang | | | | | |
| | - Jari gemetar | | | | | |
| | - Kerut kening | | | | | |
| | - Muka tegang | | | | | |
| | - Tonus otot meningkat | | | | | |
| | - Napas pendek dan cepat | | | | | |
| | - Muka merah | | | | | |

Total Skor =

Lampiran 7

Rubrik Penilaian Angket HARS

Untuk menentukan skor dari setiap indikator:

- Skor 0 = pada saat tidak ada gejala sama sekali
- Skor 1 = pada saat memilih satu dari gejala yang ada
- Skor 2 = pada saat memilih setengah dari gejala yang ada
- Skor 3 = pada saat memilih lebih dari setengah gejala yang ada
- Skor 4 = pada saat seluruh gejala yang ada dipilih.

Skala Tngkatan HARS

| Skor | Tingkatan |
|---------|------------------|
| < 17 | Kecemasan Ringan |
| 18 – 24 | Kecemasan Sedang |
| 25 – 30 | Kecemasan Tinggi |

Lampiran 8

Rekapitulasi Hasil Angket HARS**Hasil Angket HARS Subjek A**

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|---------------------|---------------------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 1 |
| Ketegangan | 2 | 1 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 1 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 0 |
| Perasaan Depresi | 6 | 0 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 0 |
| Gejala Respiratori | 10 | 0 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 1 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 1 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 0 |
| Total Skor | | 8 |

Hasil Angket HARS Subjek B

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|-----------------|-----------------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 2 |
| Ketegangan | 2 | 1 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 1 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 2 |
| Perasaan Depresi | 6 | 0 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 1 |
| Gejala Respiratori | 10 | 1 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 0 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 1 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 0 |
| Total Skor | | 12 |

Hasil Angket HARS Subjek C

| Indikator Kecemasan | No. Item | Skor Kecemasan |
|-----------------------------|---------------------|---------------------------|
| Perasaan Ansietas | 1 | 3 |
| Ketegangan | 2 | 3 |
| Ketakutan | 3 | 0 |
| Gangguan Tidur | 4 | 3 |
| Gangguan Kecerdasan | 5 | 2 |
| Perasaan Depresi | 6 | 1 |
| Gejala Somatik (Otot) | 7 | 1 |
| Gejala Somatik (Sensorik) | 8 | 1 |
| Gejala Kardiovaskuler | 9 | 1 |
| Gejala Respiratori | 10 | 1 |
| Gejala Gastrointestinal | 11 | 1 |
| Gejala Urogenital | 12 | 1 |
| Gejala Otonom | 13 | 3 |
| Tingkah Laku pada Wawancara | 14 | 1 |
| Total Skor | | 22 |

**ANALISIS KECEMASAN SISWA DALAM MENJAWAB SOAL
MATEMATIKA DITINJAU DARI KEPERCAYAAN DIRI**

Putri Dinah Oktavia^{1)*}, Viarti Eminita²⁾

¹⁾Pendidikan Matematika, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan Cirende, 15419

²⁾Dosen Pendidikan Matematika, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH. Ahmad Dahlan Cirende, 15419

**putridinah3@gmail.com*

*Diterima: DD MM
YYYY*

*Direvisi: DD MM
YYYY*

*Disetujui: DD MM
YYYY*

Abstrak

Penulisan skripsi ini dilatabelakangi oleh adanya masalah mengenai kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika, dimana siswa tersebut telah kehilangan sedikit maupun banyak rasa kepercayaan diri yang ada dalam dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk mendiskripsikan tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan dirinya, serta apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menjawab soal matematika tersebut. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif, dengan teknik *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan subjek penelitian berdasarkan hasil angket kepercayaan diri siswa. Kemudian, dilanjutkan dengan kegiatan wawancara tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika dengan menggunakan *HARS*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek A/ATP mendapat skor kepercayaan diri 98 yang berada pada kategori kepercayaan diri sangat tinggi, dan hasil wawancara dari angket *HARS* subjek A/ATP mendapatkan skor 8 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan rendah. Selanjutnya, subjek B/RS mendapat skor kepercayaan diri 88 yang berada pada kategori kepercayaan diri tinggi, dan hasil wawancara dari angket *HARS* subjek B/RS mendapatkan skor 12 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan rendah. Dan subjek C/AR mendapat skor kepercayaan diri 74 yang berada pada kategori kepercayaan diri sedang, dan hasil wawancara dari angket *HARS* subjek C/AR mendapatkan skor 22 yang mana skor tersebut ada pada tingkat kecemasan sedang.

Kata Kunci: *Faktor penyebab kecemasan, HARS, Kepercayaan Diri*

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri memang sangat diperlukan dalam proses pembelajaran apapun. Hal tersebut dikarenakan aspek yang mendukung siswa dalam belajar

adalah rasa percaya diri. Jika siswa tidak percaya diri pada pelajaran yang sedang berlangsung, maka dampaknya akan merugikan diri siswa itu sendiri karena tidak mendapatkan apapun dari pelajaran tersebut. Karena begitu pentingnya kepercayaan diri bagi siswa, sehingga

kepercayaan diri dapat menjadi prasyarat untuk siswa dalam belajar agar berhasil mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam pembelajaran matematika, kecemasan sering dialami oleh siswa. Memahami materi dan penjelasan dari konsep, rumus-rumus, serta soal-soal yang diberikan adalah hal-hal yang menyebabkan siswa menjadi cemas. Hal tersebut dikarenakan, apabila siswa mengalami kecemasan ketika pembelajaran berlangsung maka siswa tersebut akan mengalami kesulitan untuk mengerjakan soal yang diberikan dan akan mempengaruhi hasil belajar matematikanya.

Akan tetapi, kenyataan yang terjadi adalah banyak siswa yang kehilangan kepercayaan diri pada saat pembelajaran sehingga menyebabkan siswa tersebut mengalami kecemasan. Selain itu, tidak diketahui apakah siswa memiliki kecemasan yang rendah, sedang, dan tinggi yang ditinjau dari kepercayaan diri. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendiskripsikan tingkat kecemasan siswa pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri.
2. Mendeskripsikan apa saja dampak-dampak yang terjadi ketika siswa mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang ditinjau dari kepercayaan diri.
3. Mendeskripsikan apa saja faktor-faktor penyebab kecemasan pada saat menjawab soal matematika ditinjau dari kepercayaan diri.

Dalam buku *Theoris of Learning* (1975) mengemukakan bahwa ``Belajar berhubungan dengan perubahan tingkah laku seseorang terhadap sesuatu situasi tertentu yang disebabkan oleh pengalamannya yang berulang-ulang

dalam situasi itu, dimana perubahan tingkah laju itu tidak dapat dijelaskan atau dasar kecenderungan respon pembawaan, kematangan, atau keadaan-keadaan sesaat seseorang (misalnya kelelahan, pengaruh obat, dan sebagainya) *Hilgard dan Bower* dalam Purwanto (2017: 84).

Menurut Daryanto dalam Walasary (2015: 510) untuk menilai dan mengukur keberhasilan pembelajaran yang selama ini dilakukan sangat diperlukan adanya suatu evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk menilai dan mengukur sampai sejauh mana tingkat keberhasilan dan kemajuan kegiatan pembelajaran yang telah dilakukan guru kepada siswanya.

Menurut Elfiky (2017: 54) percaya diri adalah berbuat dengan penuh keyakinan. Apapun tantangan yang dihadapi dan dalam kondisi apa pun ia akan menggapai cita-citanya. Rasa percaya diri adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk maju dan berkembang serta selalu memperbaiki diri. Tanpa rasa percaya diri seseorang akan hidup dalam bayang-bayang

orang lain. Ia akan selalu takut pada kegagalan dan sesuatu yang tidak diketahui.

Pengertian kecemasan menurut Ollendick dalam Izzaty (2017: 178) kecemasan (*anxiety*) menunjukkan

kepada keadaan emosi yang tidak menyenangkan, yang meliputi interpretasi subjektif dan *arousal* atau rangsangan fisiologis, misalnya bernafas lebih cepat, jantung berdebar-debar, dan berkeringat dingin. Sehingga, di saat seseorang mengalami rasa cemas, orang tersebut akan merasakan beberapa dampak dari kecemasan tersebut.

Di bawah ini adalah kriteria verbatim dan definisi singkat mereka (seperti yang dijelaskan di atas) seperti yang disajikan dalam *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) yang mendeskripsikan gejala-gejala kecemasan:

15. Perasaan Ansietas: cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, dan mudah tersinggung.
16. Ketegangan: merasa tegang, lesu, tak bisa beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemear, dan gelisah.
17. Ketakutan:pada gelap, pada orang asing, pada binatang besar, pada keramaian lalu lintas, dan pada kerumunan orang banyak.
18. Gangguan tidur:sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak kenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi buruk, mimpi buruk, dan mimpi menakutkan.
19. Gangguan kecerdasan: sukar konsentrasi dan daya ingat yang buruk.
20. Perasaan depresi:hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari.

21. Gejala somatik (otot): sakit dan nyeri di otot-otot, kaku, kedutan otot, gigi gemerutuk, dan suara tidak stabil.
22. Gejala somatik (sensorik): *tinnitus*, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lemah, dan perasaan ditusuk-tusuk.
23. Gejala kardiovaskular: detak jantung di atas rata-rata,berdebar, nyeri di dada, denyut nadi mengeras, perasaan lesu/seperti ingin pingsan, dan detak jantung menghilang (berhenti sejenak).
24. Gejala respiratori: rasa tertekn atau sempit di dada, perasaan tercekik, sering menarik napas, dan napaspendek.
25. Gejala gastrointestinal: sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, *mual*, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, dan suka buang air besar.
26. Gejala urogenital: sering buang air kecil, tidak dapat menahan buang air kecil, *amenore*, *menorrhagia*, dan menjadi dingin.
27. Gejala otonom: mulut kering, muka merah, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri.
28. Tingkah laku pada wawancara: gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, dan muka merah.

Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan dalam Anditya (2016), menyatakan bahwa terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan matematika, diantaranya: 1) kondisi situasi kelas yang kurang

kondusif, 2) ujian nasional matematika, 3) lemahnya kemampuan guru dalam menyampaikan pembelajaran matematika, 4) matematika memiliki banyak rumus, 5) tuntutan untuk mendapatkan nilai yang baik, dan 6) siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika.

Menurut Elfiky (2017: 54) percaya diri adalah berbuat dengan penuh keyakinan. Apapun tantangan yang dihadapi dan dalam kondisi apa pun ia akan menggapai cita-citanya. Rasa percaya diri adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk maju dan berkembang serta selalu memperbaiki diri. Tanpa rasa percaya diri seseorang akan hidup dalam bayang-bayang orang lain. Ia akan selalu takut pada kegagalan dan sesuatu yang tidak diketahui.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan memiliki sifat dan perilaku antara lain: tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan punya kecenderungan melempar kesalahan pada orang lain (Fiorentika, 2016: 105).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lima indikator kepercayaan diri yang mana indikator tersebut digunakan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri siswa dan juga sebagai cara pemilihan subjek, yaitu:

- a. Percaya pada kemampuan diri sendiri
- b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan
- c. Menghargai diri dan usaha sendiri

- d. Bersemangat ketika mengemukakan pendapat dalam diskusi
- e. Berani menghadapi tantangan

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA ISLAM AL-GHOZALI dalam jangka waktu tiga bulan, dimulai dari bulan Maret hingga Mei 2018.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan subjek penelitian berjumlah lima orang yang ditentukan dengan cara *purposive sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah lima orang siswa kelas X SMA ISLAM AL-GHOZALI Tahun Ajaran 2017/2018 dengan kriteria sebagai berikut: (1) siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi, (2) siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, (3) siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang, (4) siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, (5) siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat rendah. Namun jika pada saat di lapangan tidak mendapatkan keseluruhan tingkatan, penelitian ini tetap dilautkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti telah menetapkan bahwa hanya ada tiga subjek penelitian, yaitu

ATP (hasil kepercayaan diri sangat tinggi) sebagai subjek A, RS (hasil kepercayaan diri tinggi) sebagai subjek B, dan AR (hasil kepercayaan diri sedang) sebagai subjek C. Berdasarkan hasil analisis data ketiga subjek, di bawah ini peneliti paparkan hasil angket HARS dan wawancara sebagai berikut:

Subjek A

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek A memiliki tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi. Adapun, hasil dari pemaparan subjek A sebagai berikut: Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek A adalah 8 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek

A dengan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek A maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek A, diantaranya adalah: takut akan pikiran sendiri, gelisah, terbangun malam hari, sakit dan nyeri di otot-otot, muka merah atau pucat, suka buang air

besar, sering buang air kecil, dan pusing serta sakit kepala. Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang dialami oleh subjek A adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan.

Subjek B

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek B memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi. Adapun, hasil dari pemaparan subjek B sebagai berikut: Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek B adalah 12 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan bahwa yang rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek B dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek B maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek B, diantaranya adalah: cemas, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, sukar konsentrasi, sakit dan nyeri otot-otot, merasa lemah, nyeri di dada, napas pendek, tidak dapat menahan buang air

kecil, dan muka merah. Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan

Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif.

Subjek C

Pada pemaparan dari hasil analisis data, dapat diketahui bahwa subjek C memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang. Adapun, hasil dari pemaparan subjek C adalah sebagai berikut: Jumlah skor yang didapat dari hasil wawancara subjek C adalah 22 yang mana skor tersebut masuk pada tingkatan kecemasan yang sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa subjek C dengan tingkat kepercayaan diri yang sedang memiliki tingkat kecemasan yang sedang.

Akibat dari kecemasan yang dialami oleh subjek C maka berikut peneliti memaparkan apa saja dampak yang terjadi pada subjek C, diantaranya adalah: cemas, pirasat buruk, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, gemetar, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, mimpi buruk, sukar konsentrasi, hilangnya minat, gigi gemerutuk, muka

merah atau pucat, merasa lemah, nyeri di dada, sering menarik napas, mual, suka buang air besar, tidak dapat menahan buang air kecil, mulut kering, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri. Faktor-faktor yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif.

Berdasarkan hasil penelitian Denhere dan Olaniyan mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan yang mempengaruhi subjek C pada saat menjawab soal matematika ada empat faktor yaitu: yang pertama adalah kondisi situasi kelas yang kurang kondusif, situasi seperti ini membuat subjek C tidak bisa berkonsentrasi pada saat pembelajaran matematika berlangsung. Faktor yang kedua adalah karena matematika banyak. Faktor yang ketiga adalah karena matematika memiliki banyak hafalan, sehingga subjek C merasa kesulitan untuk menjawab soal yang diberikan. Dan yang terakhir adalah guru yang kurang mampu menjelaskan materi pembelajaran yang akan dipelajari, karena subjek C sudah mengalami kesulitan dalam pembelajaran

sehingga jika mendapatkan guru yang matematika memiliki banyak rumus kurang mampu dalam menyampaikan sehingga membuat subjek C menjadi materi membuat subjek C mengalami kebingungan pada saat pengerjaan soal kecemasan rumus, banyak gejala yang matematika. dirasakan oleh subjek C dengan alasan

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dan pembahasan yang telah peneliti paparkan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

6. Subjek A dengan tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi memiliki tingkat kecemasan rendah, subjek B dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi memiliki tingkat kecemasan yang rendah, dan subjek C dengan tingkat kepercayaan diri yang sedang memiliki tingkat kecemasan yang sedang.
7. Dampak- dampak kecemasan yang terjadi pada subjek A adalah takut akan pikiran sendiri, gelisah, terbangun malam hari, sakit dan nyeri di otot-otot, muka merah atau pucat, suka buang air besar, sering buang air kecil, dan pusing serta sakit kepala. Kemudian dampak-dampak kecemasan yang terjadi pada subjek B adalah cemas, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, sukar konsentrasi, sakit dan nyeri otot-otot, merasa lemah, nyeri di dada, napas pendek, tidak dapat menahan buang air kecil, dan muka merah. Dan yang terakhir dampak-dampak yang terjadi pada subjek C adalah cemas, pirsat buruk, takut akan pikiran sendiri, merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, gemetar, gelisah, sukar masuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, mimpi buruk, sukar konsentrasi, hilangnya minat, gigi gemerutuk, muka merah atau pucat, merasa lemah, nyeri di dada, sering menarik napas, mual, suka buang air besar, tidak dapat menahan buang air kecil, mulut kering, pusing sakit kepala, dan bulu-bulu berdiri.
8. Faktor-faktor yang menyebabkan subjek A mengalami kecemasan pada saat menjawab soal matematika adalah guru yang kurang mampu dalam menjawab soal matematika. Selanjutnya, faktor-faktor kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang dialami oleh subjek B adalah pada saat mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan dan saat situasi kelas yang kurang kondusif. Dan yang terakhir Faktor-faktor kecemasan pada saat menjawab soal matematika yang dialami oleh subjek C adalah pada saat

mendapatkan guru yang kurang mampu dalam menjelaskan materi yang akan diberikan, saat situasi kelas yang kurang kondusif, matematika memiliki rumus yang banyak, dan siswa tidak bisa menyelesaikan permasalahan matematika.

DAFTAR PUSTAKA

- Anditya, Rifin. 2016. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Matematika. *Prosiding sempoa: Seminar Nasional, Pameran Alat Peraga, dan Olimpiade Matematika*. HMP Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Elfiky, Ibrahim. 2017. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta.
- Fiorentika, K., dkk. 2016. Keaktifan Teknik Self-Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 1(3): 104-106.
- Izzaty, R., E. 2017. *Perilaku Anak Prasekolah*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Purwanto, M., N. 2017. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Psychol, B., J., M. 1959. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)*. 32: 81-82.

Walasary, S., A., dkk. 2015. Tingkat Kecemasan pada Siswa Kelas XII SMA Negeri 5 Ambon dalam Menghadapi Ujian Nasional. *Jurnal e-Clinic* 3(1): 510-515.

Lampiran 12

LEMBAR UJI REFERENSI

Nama : Putri Dinah Oktavia

NIM : 2014830003

Jurusan : Pendidikan Matematika

Judul Skripsi : Analisis Kecemasan Siswa dalam Menjawab Soal
Matematika Ditinjau dari kepercayaan Diri

| No | Referensi | Halaman Buku | Halaman Skripsi | Paraf Pembimbing |
|----|--|--------------|-----------------|------------------|
| 1 | Afrizal. 2014. <i>Metode Penelitian Kualitatif</i> . Jakarta: PT Raja Grafindo Tinggi. | 3, 4, 21 | 37, 38, 43 | |
| 2 | Alwisol. 2009. <i>Psikologi Kepribadian</i> . Malang: UMM Press. | 9 | 23 | |
| 3 | Aminullah, M., A. 2013. <i>Kecemasan antara Siswa SMP dan Santri Pondok</i> | 206 | 5, 6 | |

| | | | |
|---|---|--------|---------------|
| | Pesantren. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan 1(2): 205-215. | | |
| 4 | Anditya, Rifin. 2016. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan Matematika. <i>Prosiding sempoa: Seminar Nasional, Pameran Alat Peraga, dan Olimpiade Matematika.</i> HMP Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Surakarta. | — | 22, 27, 29 |
| 5 | Anita, Ika Wahyu. 2014. Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP. <i>Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung</i> 3(1): 125-132. | 126 | 17 |
| 6 | Aunurrahman. 2009. <i>Belajar dan Pembelajaran.</i> | 4, 181 | 2, 3, 23 |

| | | | |
|---|--------------------------|---------|--------|
| | Bandung : | | |
| | Alfabeta. | | |
| 7 | Azwar, Saifuddin. | 147-148 | 50 |
| . | 2012. | | |
| | <i>Penyusunan</i> | | |
| | <i>Skala Psikologi.</i> | | |
| | Yogyakarta: | | |
| | PustakaPelajar. | | |
| 8 | Barseli, M., Ildil., I. | 143, | 27, 28 |
| . | 2017. Konsep | 144 | |
| | Stres Akademik | | |
| | Siswa. <i>Jurnal</i> | | |
| | <i>Konseling dan</i> | | |
| | <i>Pendidikan</i> 5(3): | | |
| | 143-148. | | |
| 9 | Budiman, Hedi. 2014. | 21 | 18 |
| . | Pengaruh | | |
| | Pembelajaran | | |
| | Geometri | | |
| | terhadap Sikap | | |
| | Matematik dan | | |
| | Kecemasan | | |
| | Matematika | | |
| | Siswa. <i>Jurnal</i> | | |
| | <i>Matematika dan</i> | | |
| | <i>Pendidikan</i> | | |
| | <i>Matematika</i> 3(1): | | |
| | 20-30. | | |
| 1 | Denhere, Christmas. | 8 | 28 |
| 0 | 2015. Casual | | |
| . | Attributions of | | |
| | Math Anxiety | | |
| | among | | |
| | Zimbabwean | | |
| | Secondary | | |
| | School-Learners | | |
| | <i>.International</i> | | |
| | <i>Jurnal of</i> | | |
| | <i>Academic</i> | | |
| | <i>Reaserch and</i> | | |
| | <i>Reflection</i> 1(3): | | |
| | 6-11. | | |
| 1 | Elfiky, Ibrahim. 2017. | 54 | 29 |
| 1 | <i>Terapi Berpikir</i> | | |
| . | <i>Positif.</i> Jakarta: | | |
| | PT Serambi | | |

| | | | |
|---|--|--------|---------|
| 1 | Ilmu Semesta. | | |
| 2 | Fiorentika, K., dkk. | 105 | 32 |
| . | 2016. Keaktifan Teknik Self- Instruction untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP. <i>Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling</i> 1(3): 104-106. | | |
| 1 | Fitriani, Nelly. 2014. | 91 | 30 |
| 3 | Penerapan Pendekatan Matematika Realistik Secara Berkelompok untuk Meningkatkan Self Confidence Siswa SMP. <i>Prosiding Seminar Nasional Matematika Program Pascasarjana STKIP Siliwangi Bandung.</i> Volume 1: 89- 95. | | |
| 1 | George Brown | — | 18, 25, |
| 4 | College. 2014. | | 29 |
| . | Dealing with Math Anxiety. <i>George Brown College.</i> | | |
| 1 | Hamzah, M. Ali dan | 47, 65 | 13, 14 |
| 5 | Muhlisrarini. 2014. <i>Perencanaan dan strategi Pembelajaran Matematika.</i> Jakarta: Raja | | |

| | | | |
|-------------|--|-------------------------|--------|
| | Grafindo Jakarta. | | |
| 1 6 . | Hendriana, Heris., dkk. 2017. <i>Hard Skills dan Soft Skills Matematik Siswa.</i> Bandung: PT Refika Aditama. | 197- 198, 206-208 | 30, 46 |
| 1 7 . | Hendriana, Heris., dkk. 2014. <i>Penilaian Pembelajaran Matematika.</i> Bandung: PT Refika Aditama. | 6 | 12 |
| 1 8 . | Izzaty, R., E. 2017. <i>Perilaku Anak Prasekolah.</i> Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia. | 178 | 17 |
| 1 9 . | Longkutoy, N., dkk. 2015. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Siswa SMP Kriskten Ranotongkor Kabupaten Minahasa. <i>Jurnal E- Biomedik (eBm)3(1):</i> 93- 99. | 94 | 4 |
| 2 0 . | Majid., M., I., dkk. 2013. <i>Survey Keaktifan Anak Tunagrahita dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan</i> | 3 | 44 |

| | | | |
|-------------|--|-----------------|---------------|
| | Jasmani di SLB Jejara Tahun 2012. <i>Journal of Physical education, Sport, Health, and Recreation</i> 2(3): 253-257. | | |
| 2 1 | Maolani, R., A., dkk. 2015. <i>Metode Penelitian Pendidikan.</i> Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. | 72, 148, 153 | 38, 43, 44 |
| 2 2 . | Muhamad, Nurdin. 2016. Pengaruh Metode Discovery Learning untuk Meningkatkan Representasi Matematis dan Percaya Diri Siswa <i>Jurnal Pendidikan Universitas Garut</i> 9(1): 9- 22. | 10 | 2 |
| 2 3 . | Purwanto, M., N. 2017. <i>Psikologi Pendidikan.</i> Bandung: PT Remaja Rosda karya. | 84 | 11 |
| 2 4 . | Psychol, B., J., M. 1959. <i>Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A).</i> 32: 81-82. | 81 | 19, 52 |
| 2 5 . | Ranjan, & Gunendra Chandra. 2013. Math Anxiety : The Poor Problem Solving Factor in School | 2, 4 | 24, 25 |

| | | | |
|-------------|--|-----------------------------|--------------------------|
| | Mathematics. <i>International Journal of Scientific and Reaserch Publications</i> 4(3): 1-5. | | |
| 2 6 . | Risyadi, Hadiya. 2014. Penurunan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Semester melalui Teknik Desensitisasi Sistematis pada Siswa Kelas X di SMA Pleret. <i>E-Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 Tahun Ke 5</i> . | 79 | 7 |
| 2 7 . | Saebani, B., A. 2017. <i>Pedoman Aplikatif Metode Penelitian dalam Penyusunan Karya Ilmiah, Skripsi, Tesis, dan Disertasi</i> . Bandung: Pustaka Setia. | 132-133 | 38 |
| 2 8 . | Sani, R., A., dkk. 2017. <i>Penelitian Pendidikan</i> . Tangerang: Tira Smart. | 124 | 52 |
| 2 9 . | Sugiyono. 2017. <i>Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan</i> | 226, 142, 241, 249 | 42, 43, 44, 48, 49 |

| | | | | |
|---|-----------------------------|-----------------------------|----------|---------|
| | | R&D. Bandung : Alfabeta. | | |
| 3 | Sugiyono. | 2015. | 14, 136, | 36, 37, |
| 0 | <i>Metode</i> | | 373 | 48 |
| . | <i>Penelitian</i> | | | |
| | <i>Pendidikan</i> | | | |
| | <i>Pendekatan</i> | | | |
| | <i>Kuantitatif,</i> | | | |
| | <i>Kualitatif, dan</i> | | | |
| | R&D. Bandung : Alfabeta. | | | |
| 3 | Sujarweni, V., W. | 2014. | 75, 35, | 44, 49, |
| 1 | | | 36 | 50 |
| . | <i>Metodologi</i> | | | |
| | <i>Penelitian.</i> | | | |
| | Yogyakarta: PT | | | |
| | Pustaka Baru | | | |
| 3 | Walasary, S., A., dkk. | 2015. | 510 | 15, 16 |
| 2 | | Tingkat | | |
| . | Kecemasan | | | |
| | pada Siswa | | | |
| | Kelas XII SMA | | | |
| | Negri 5 Ambon | | | |
| | dalam | | | |
| | Menghadapi | | | |
| | Ujian Nasional. | | | |
| | <i>Jurnal e-Clinic</i> | | | |
| | 3(1): 510-515. | | | |

Desen
Pembimbing

(Viarti Eminita, M.
Si)