

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Sebagai sebuah konstruk psikologi, konsep diri didefinisikan secara berbeda oleh para ahli. Seifert dan Hoffnung mendefinisikan konsep diri sebagai “suatu pemahaman mengenai diri atau ide tentang diri sendiri.” Santrock menggunakan istilah konsep diri mengacu pada evaluasi bidang tertentu dari diri sendiri. Sementara itu, Atwater menyebutkan bahwa konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya.¹

G.H. mead juga menyebut konsep diri sebagai suatu produk sosial yang dibentuk melalui proses internalisasi dan organisasi pengalaman-pengalaman psikologis. Pengalaman-pengalaman psikologis ini merupakan hasil eksplorasi individu terhadap lingkungan fisiknya dan refleksi dari dirinya sendiri yang diterima dari orang-orang yang berpengaruh terhadap dirinya.²

Menurut Slameto konsep diri adalah serangkaian kesimpulan yang diambil seseorang tentang dirinya berdasarkan pengalaman, baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Secara langsung misalnya, seorang anak mengetahui bahwa ialah yang terkuat (secara fisik) diantara teman-temannya sekolah, sebab dalam perlombaan dan pertandingan yang memerlukan kekuatan fisik, ia selalu unggul. Secara tidak langsung misalnya, guru selalu mengatakan bahwa si B lemah dalam Matematika. B menerima konsep itu sebagai konsep yang dapat dipercaya dan ia menambahkan ‘gelar’ itu pada konsep dirinya dengan berkata: “saya tidak begitu pandai dalam Matematika”.³

¹Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), 163.

²Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Remaja PT. Rineka Cipta, 2010), 182.

³ibid, 183.

Sedangkan menurut Agus M. Hardjana, konsep diri adalah hasil dari bagaimana seseorang melihat, merasai, dan menginginkan dirinya. Pendapat lain juga disampaikan oleh Jalaluddin Rakhmat, konsep diri merupakan pandangan dan perasaan seseorang tentang dirinya yang mencakup aspek psikologis, fisik, dan sosial.⁴

Menurut Alexsobur, konsep diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek diri yang meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis, yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain.⁵

Dari pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah gambaran, penilaian, dan harapan seseorang tentang kualitas dirinya yang berupa kemampuan dan keterbatasan atau kelemahan baik dari segi fisik, psikologis maupun sosial.

2. Aspek-Aspek Konsep Diri

Menurut Jalaludin Rakhmat aspek konsep diri terbagi menjadi tiga, yaitu:⁶

- a. Aspek Fisik
Merupakan aspek yang meliputi penilaian diri seseorang terhadap segala sesuatu yang dimiliki dirinya seperti tubuh, pakaian, dan benda yang dimilikinya.
- b. Aspek Psikologis
Aspek psikologis mencakup pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki seseorang terhadap dirinya sendiri.
- c. Aspek Sosial
Aspek sosial mencakup bagaimana peran seseorang dalam lingkup peran sosialnya dan penilaian seseorang terhadap peran tersebut.

⁴Agus M. Hardjana, *Komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal* (Yogyakarta: Kanisius, 2003), 96.

⁵Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 507.

⁶ Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), 100.

Berzonsky mengemukakan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi:⁷

- a. Aspek fisik (*physical self*) yaitu penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian, benda miliknya, dan sebagainya.
- b. Aspek sosial (*social self*) meliputi bagaimana peranan sosial yang dimainkan oleh individu dan sejauh mana penilaian individu terhadap performanya.
- c. Aspek moral (*moral self*) meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu.
- d. Aspek psikis (*psychological self*) meliputi pikiran, perasaan, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Menurut William H. Fitts aspek-aspek konsep diri individu terbagi menjadi dua dimensi besar, yaitu:⁸

- a. Dimensi internal (persepsi mengenai dunia dalam dirinya), yang meliputi:
 - 1) *Identity self* (persepsi individu mengenai siapa dirinya, yang meliputi simbol atau label yang diberikan pada dirinya untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya).
 - 2) *Judging self* (persepsi individu sebagai hasil pengamatan dari evaluasi terhadap diri, yang akan menentukan kepuasan dan penerimaan terhadapdirinya).
 - 3) *Behavioral self* (persepsi individu mengenai diri yang meliputi pertanyaan mengenai apa yang ia lakukan dan bagaimana ia bertindak laku).
- b. Dimensi eksternal (persepsi individu mengenai dirinya dalam berhubungan dengan dunia di luar dirinya), yang meliputi:

⁷ Yulius Beny Prawoto, Skripsi S1: “*Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja*”. (Surakarta: Universitas Sebelas Maret, 2010), 22.

⁸ Elisa margania, dalam elisatjahayoe.blogspot.com/2012/06/skala-konsep-diri.html, diakses pada: 5 mei 2015 pukul 19.05

- 1) Diri fisik (*physical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang kondisi kesehatan, badan, dan penampilan fisiknya.
- 2) Diri moral & etik (*morality & ethical self*). Aspek ini menggambarkan bagaimana individu memandang nilai-nilai moral-etik yang dimilikinya. Meliputi sifat-sifat baik atau sifat-sifat jelek yang dimiliki dan penilaian dalam hubungannya dengan Tuhan.
- 3) Diri sosial (*social self*). Aspek ini mencerminkan sejauhmana perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain.
- 4) Diri pribadi (*personal self*). Aspek ini menggambarkan perasaan mampu sebagai seorang pribadi, dan evaluasi terhadap kepribadiannya atau hubungan pribadinya dengan orang lain.
- 5) Diri keluarga (*family self*). Aspek ini mencerminkan perasaan berarti dan berharga dalam kapasitasnya sebagai anggota keluarga.
- 6) Diri akademik (*akademic self*). Aspek ini berkaitan dengan persepsi, pikiran, perasaan, dan penilaian seseorang terhadap kemampuan akademiknya.

Beberapa uraian dari para ahli di atas, penulis menarik kesimpulan bahwa aspek-aspek konsep diri meliputi: aspek fisik, aspek psikologis, aspek sosial, dan aspek akademik.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri antara lain:⁹

a. Orang Lain

Sikap atau respon orang lain terhadap keberadaan seseorang akan berpengaruh terhadap konsep dirinya. Respon positif dari orang lain akan membentuk konsep diri yang positif, dan respon yang negatif akan membentuk konsep diri yang negatif.

⁹Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 517.

b. Kelompok Rujukan

Suatu kelompok mempunyai norma-norma tertentu yang secara emosional akan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri, karena seseorang akan mengarahkan perilakunya dan menyesuaikan dirinya dengan ciri-ciri kelompoknya.

c. Pengaruh Kelas Sosial¹⁰

Penelitian lain di tahun 1970-an yang dilakukan di Amerika Serikat menemukan bahwa pada ras-ras tertentu terdapat karakteristik konsep diri yang unik antara satu dengan yang lainnya. Sebagai contoh pada ras kulit hitam yang pada masa itu termasuk dalam ras minoritas. Karakteristik yang muncul pada ras ini adalah kecenderungan untuk agresif, bersikap defensif terhadap kritik, dan mempunyai konsep diri yang rendah.

d. Pengaruh Usia¹¹

Perkembangan usia sangat mempengaruhi proses atau dinamika konsep diri pada individu itu sendiri. Pada beberapa individu, konsep diri dapat meningkatkan atau menurunkan sesuai kondisi atau pengalaman dari individu itu sendiri.

Sedangkan William Brooks menyebutkan empat faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri seseorang, diantaranya:¹²

a. *Self Appraisal-Viewing Self as an Object*

Istilah ini menunjukkan suatu pandangan yang menjadikan diri sendiri sebagai objek dalam komunikasi, atau pandangan seseorang tentang dirinya sendiri. Jika seseorang merasakan sesuatu yang tidak disukai tentang dirinya, maka ia akan berusaha untuk mengubahnya. Namun, jika tidak ada kemauan untuk mengubahnya, maka hal ini dapat membentuk konsep diri yang negatif pada diri sendiri. Jadi, semakin besar pengalaman positif yang dimiliki seseorang, semakin positif pula konsep dirinya. Sebaliknya, semakin besar pengalaman negatif

¹⁰Amaryllia Puspitasari, *Mengukur Konsep diri Anak*, (Jakarta: PT. Gramedia, 2007), 44.

¹¹Ibid, 45.

¹²Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 518-521

yang diperoleh seseorang, semakin negatif pula konsep diri yang dimiliki.

b. *Reactions and Respons of Others*

Yaitu konsep diri yang berkembang melalui interaksi seseorang dengan masyarakat. Dalam hal ini, konsep diri dipengaruhi oleh reaksi serta respons orang lain terhadap diri kita.

c. *Roles You Play-Role Taking*

Dalam hal ini, sesuatu yang mempengaruhi konsep diri adalah 'peran'. Peran merupakan seperangkat patokan, yang membatasi perilaku yang mesti dilakukan oleh seseorang, yang menduduki suatu posisi.

d. *Referens Group*

Referens Group atau kelompok rujukan merupakan komunikasi dalam penilaian kelompok terhadap perilaku seseorang dalam kelompok tersebut, yang selanjutnya akan dapat mengembangkan konsep diri seseorang. Semakin banyak kelompok rujukan yang menganggap diri seseorang positif, semakin positif pula konsep dirinya.

Dari kedua pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor-yang mempengaruhi konsep diri, antara lain: diri sendiri, interaksi dengan masyarakat, peran, dan kelompok rujukan.

4. Macam-Macam Konsep Diri

Ada dua jenis konsep diri yang dimiliki seseorang, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif merupakan penerimaan diri. Seseorang dengan konsep diri positif akan mengetahui siapa dirinya, dapat memahami dan menerima fakta positif maupun negatif tentang dirinya. Evaluasi terhadap dirinya menjadi positif dan dapat menerima keberadaan orang lain. Berikut karakteristik seseorang dengan konsep diri positif maupun konsep diri negatif yang diidentifikasi oleh Brooks dan Emmert:¹³

¹³Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), 105.

a. Konsep Diri Positif

Beberapa ciri seseorang dengan konsep diri positif, yaitu:

- 1) Yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah.
- 2) Merasa setara dengan orang lain.
- 3) Menerima pujian dengan tanpa rasa malu.
- 4) Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat.
- 5) Mampu memperbaiki dirinya karena setiap orang sanggup menggunakan aspek kepribadian yang tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.

b. Konsep Diri Negatif

Beberapa ciri seseorang dengan konsep diri negatif, yaitu:

- 1) Peka terhadap kritik.
- 2) Responsif terhadap pujian.
- 3) Bersikap hiperkritis terhadap orang lain.
- 4) Cenderung tidak disukai orang.
- 5) Bersikap pesimis terhadap kompetisi.

5. **Karakteristik Perkembangan Konsep Diri Siswa**

Konsep diri bukanlah sesuatu yang dibawa sejak lahir, namun konsep diri terbentuk melalui proses belajar yang berlangsung sejak masa pertumbuhan hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman, dan pola asuh orangtua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri seseorang. Ketika anak-anak memasuki masa remaja, konsep diri mereka mengalami perkembangan yang sangat kompleks dan melibatkan sejumlah aspek dalam diri mereka.

Santrock menyebutkan sejumlah karakteristik penting perkembangan konsep diri pada masa remaja, yaitu:¹⁴

- a. *Abstrack and idealistic*. pada masa remaja anak-anak lebih mungkin membuat gambaran tentang diri mereka dengan kata-kata yang abstrak dan idealistik. Gambaran konsep diri yang abstrak, misalnya dapat dilihat dari pernyataan remaja usia 14 tahun mengenai dirinya: “Saya seorang

¹⁴Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2009), 177-181.

manusia. Saya tidak dapat memutuskan sesuatu, saya tidak tahu siapa diri saya.” Sedangkan idealistik dari konsep diri remaja dapat dilihat dari pernyataan: “Saya orang yang sensitif, yang sangat peduli terhadap perasaan orang lain. Saya rasa saya cukup cantik.” Meskipun tidak semua remaja menggambarkan diri mereka dengan cara yang idealis, namun sebagian besar remaja membedakan antara diri mereka yang sebenarnya dengan diri yang diidamkannya.

- b. *Differentiated*. dibandingkan dengan anak-anak, remaja lebih mungkin memahami bahwa dirinya memiliki diri-diri yang berbeda-beda (*Differentiated selves*), sesuai dengan peran atau konteks tertentu.
- c. *The Fluctuating Self*. Sifat yang kontradiktif dalam diri remaja, pada gilirannya memunculkan fluktuasi (metafora) dari dalam berbagai situasi dan lintas waktu yang tidak mengejutkan. Diri remaja akan terus memiliki ciri ketidakstabilan di mana remaja berhasil membentuk teori mengenai dirinya yang lebih utuh, dan biasanya tidak terjadi hingga masa remaja akhir, bahkan hingga masa dewasa awal.
- d. *Real and Ideal, True and False Selves*. Kemampuan untuk menyadari adanya perbedaan antara diri yang nyata (*real self*) dengan diri yang ideal (*ideal self*) menunjukkan adanya peningkatan kemampuan kognitif mereka.
- e. *Social Comparison*. Dibandingkan dengan anak-anak, remaja sering menggunakan perbandingan sosial untuk mengevaluasi diri mereka sendiri. Namun, kesediaan remaja untuk mengakui bahwa mereka menggunakan perbandingan sosial untuk mengevaluasi diri mereka sendiri cenderung menurun pada masa remaja, karena menurut mereka perbandingan sosial itu tidaklah diinginkan.
- f. *Self Concious*. Karakteristik lain dari konsep diri remaja bahwa remaja lebih sadar akandirinya (*Self Concious*) dibandingkan dengan anak-anak yang lebih memikirkan tentang pemahaman diri mereka. Remaja menjadi lebih instropektif, yang mana hal ini merupakan bagian dari kesadaran diri mereka dan bagian dari eksplorasi diri.

- g. *Self-Protective*. Mekanisme untuk mempertahankan diri (*Self-Protective*) merupakan salah satu aspek dari konsep diri remaja. Dalam upaya melindungi dirinya, remaja cenderung menolak adanya karakteristik negatif dalam diri mereka.
- h. *Unconscious*. Konsep diri remaja melibatkan adanya pengenalan bahwa komponen yang tidak disadari (*unconscious*) termasuk dalam dirinya, sama seperti komponen yang disadari (*conscious*). Remaja yang lebih tua lebih yakin akan adanya aspek-aspek tertentu dari pengalaman mental diri mereka yang berada di luar kesadaran atau kontrol mereka dibandingkan dengan remaja yang lebih mudah.
- i. *Self-Integration*. Terutama pada masa remaja akhir, konsep diri lebih terintegrasi, di mana bagian yang berbeda-beda dari diri secara sistematis menjadi satu kesatuan.

B. Kecemasan

1. Pengertian Kecemasan

Kecemasan pada dasarnya adalah suatu reaksi diri untuk menyadari suatu ancaman yang tidak menentu. Kecemasan adalah ketakutan yang tidak nyata, suatu perasaan terancam sebagai tanggapan terhadap sesuatu yang sebenarnya tidak mengancam. Menurut Yoseph kecemasan adalah rasa sudah terkepung, sudah terjepit, dan sudah terperangkap oleh dan di dalam bahaya.¹⁵

Menurut Kaplan, Sadock, dan Grebb kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal normal yang terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru, atau yang pernah dilakukan.¹⁶ Sedangkan menurut Carpenito kecemasan adalah keadaan individu atau kelompok yang mengalami perasaan

¹⁵ Syamsu Yusuf dan Juntika, *Landasan Bimbingan dan Konseling*, (Bandung: Pt. Remaja Rosdakarya, 2012), hlm 258.

¹⁶ Fitri Fauziah dan Julianti Widuri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, (Jakarta, UI Press, 2008), hlm 73.

gelisah dan aktivasi sistem saraf autonom dalam merespons terhadap ancaman yang tidak jelas.¹⁷

Kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau kekhawatiran yang samar disertai respons autonom (sumber sering kali tidak spesifik atau tidak diketahui oleh individu), perasaan takut yang disebabkan oleh antisipasi yang berbahaya. Hal ini merupakan isyarat kewaspadaan yang memperingatkan individu akan adanya bahaya dan memungkinkan individu untuk bertindak menghadapi ancaman.¹⁸

Arifin menjelaskan bahwa “kecemasan siswa merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pendidikan. Setiap siswa merasakan sejumlah kecemasan pada suatu waktu ketika di sekolah, dan untuk sisatertentu, kecemasan menghambat belajar dan kinerja mereka secara serius, khususnya pada saat tes”.

Atkinson dkk menyebutkan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang-kadang dialami dalam tingkatan yang berbeda-beda. Serupa dengan pernyataan tersebut, Hurlock mendefinikan kecemasan sebagai keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan, yang ditandai dengan kekhawatiran, ketidakenakan, dan perasaan yang tidak baik, yang tidak dapat dihindari oleh seseorang.

Masih banyak lagi pendapat-pendapat tentang kecemasan dari para ahli psikologi, namun dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis (seperti gemetar, berkeringat, detak

¹⁷ Carpenito dan Lynda Juall, *Buku Saku Diagnosis Keperawatan*, (Jakarta: EGC, 2006), hlm 11.

¹⁸ Nanda Internasional, *Diagnosis Keperawatan*, (Jakarta: EGC, 2010), hlm 281.

jantung meningkat) dan psikologis (seperti perasaan panik, tegang, bingung, dan perasaan tidak atau sulit berkonsentrasi).

2. **Belajar dan Pembelajaran Matematika**

Terdapat banyak perbedaan pendapat para ahli tentang definisi belajar, pada dasarnya belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat mendasar dalam penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan. Skinner berpendapat bahwa belajar adalah suatu proses adaptasi atau penyesuaian tingkah laku yang berlangsung secara progresif. Sedangkan Witting berpendapat bahwa belajar adalah perubahan yang relatif menetap yang terjadi dalam segala macam atau keseluruhan tingkah laku suatu organisme sebagai hasil pengalaman.¹⁹ Dan masih banyak lagi pendapat-pendapat yang lain. Dari berbagai definisi yang diungkapkan para ahli, secara umum belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.

Sedangkan pembelajaran dalam arti luas diartikan sebagai suatu konsep yang bisa berkembang seiring dengan tuntutan kebutuhan hasil pendidikan yang berkaitan dengan kemajuan teknologi yang melekat pada wujud perkembangan kualitas sumber daya manusia.²⁰ Pengertian pembelajaran yang berkaitan dengan sekolah diartikan “kemampuan dalam mengelola secara operasional dan efisien terhadap komponen-komponen yang berkaitan dengan pembelajaran, sehingga menghasilkan nilai tambah terhadap komponen tersebut menurut norma atau standar yang berlaku.”²¹

Sumiati menyebutkan bahwa pembelajaran merupakan proses memberi pengalaman belajar pada siswa sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai dengan berbagai cara.²² Karena pembelajaran merupakan proses yang dilakukan untuk membantu para siswa untuk mengoptimalkan belajarnya.

¹⁹Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), hlm 90.

²⁰Martinis Yamin dan Bamsu I. Ansari, *Taktik Mengembangkan Kemampuan Individual Siswa*, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2008), hlm 21-22.

²¹Ibid, hlm 22.

²²Sumiati dan Asra, *Metode Pembelajaran*, (Bandung: Wacana Prima, 2009), hlm 3.

Pengertian pembelajaran di atas menyebutkan bahwa pembelajaran merupakan perubahan tingkah laku, sedangkan perubahan tingkah laku dalam pembelajaran yaitu didapatnya perubahan tingkah laku siswa yang lebih maju, lebih tinggi dan lebih baik dari tingkah laku sebelum proses terjadinya pembelajaran. Secara luas dapat dibedakan bahwa belajar adalah proses yang dilakukan oleh siswa secara individu dan pembelajaran adalah proses yang sengaja dilakukan agar kegiatan belajar siswa lebih optimal.

Sedangkan Matematika menurut Jhonson dan Rising adalah pola berpikir, pola mengorganisasikan, pembuktian yang logik, Matematika merupakan bahasa yang menggunakan istilah yang didefinisikan dengan cermat, jelas, dan akurat, representasinya dengan simbol dan padat, lebih berupa bahasa simbol mengenai ide daripada mengenai bunyi.²³

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran Matematika merupakan suatu proses kegiatan guru terhadap siswa untuk membantu siswa dalam belajar Matematika ke arah perubahan tingkah laku dan pola pikir yang lebih maju, lebih tinggi dan lebih baik dari sebelumnya.

3. Kecemasan Matematika

Kecemasan dapat menghambat kinerja sekolah dalam berbagai hal. Siswa yang cemas dapat mengalami kesulitan belajar sejak awal, mengalami kesulitan menggunakan atau memindahkan pengetahuan yang benar-benar mereka miliki, dan mengalami kesulitan memperlihatkan pengetahuan mereka ke dalam ujian. Siswa yang cemas mengalami kemungkinan selalu menyadari dirinya di dalam lingkungan kinerja, yaitu perasaan yang mengalihkan perhatian dari tugas yang dihadapi. Salah satu bentuk yang sangat umum kecemasan yang melumpuhkan adalah kecemasan Matematika. Banyak siswa yang benar-benar tidak berdaya ketika diberi soal Matematika, khususnya soal cerita.²⁴

²³Erman Suherman, dkk, *Strategi Pembelajaran Matematika Kontemporer*, (Bandung: JICA, 2003) , hlm 17.

²⁴Marianto Samosir, *Psikologi Pendidikan: Teori dan Praktik*, (Jakarta: PT Indeka, 2011), 153.

Kecemasan merupakan keadaan emosional yang mempunyai respon-respon fisiologis maupun psikologis sebagai dampak dari perasaan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang dimungkinkan akan terjadi. Tobias mendefinisikan kecemasan matematika sebagai perasaan-perasaan tegang dan cemas yang mencampuri manipulasi bilangan-bilangan dan pemecahan masalah matematis dalam beragam situasi kehidupan sehari-hari dan situasi akademik.²⁵ Siswa yang mengalami kecemasan terhadap matematika merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak bisa mempelajari materi matematika dan mengerjakan soal-soal matematika.

Ashcraft mendefinisikan kecemasan matematika sebagai perasaan ketegangan, cemas atau ketakutan yang mengganggu kinerja matematika. skala kecemasan dibagi dalam tiga kriteria, yaitu: kecemasan terhadap pembelajaran matematika, kecemasan terhadap tes atau ujian matematika dan kecemasan terhadap tugas-tugas dan perhitungan numerikal matematika.²⁶ Dari ketiga kriteria tersebut, gejala-gejala kecemasan matematika yang muncul dapat terdeteksi secara psikologis, fisiologis dan aktivitas sosial atau sikap dan tingkah lakunya.

Pendapat-pendapat para ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan matematika adalah perasaan tegang dan tidak aman terhadap kemungkinan buruk yang dimungkinkan akan terjadi ketika menghadapi pembelajaran matematika, mengerjakan tes matematika, dan menghadapi tugas-tugas matematika.

²⁵ Wahyudin, *Monograf: Kecemasan Matematika*, (Bandung: Program Studi Pendidikan Matematika SPS UPI, 2010), hlm 7.

²⁶ Ika Wahyu Anita, *Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP*, (*Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung*, Vol 3, No.1, Februari 2014), hlm 127.

4. Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Nevid, Rathus, dan Greene, ada tiga ciri kecemasan yaitu:²⁷

a. Gejala fisik

Gejala fisik seperti; gelisah, gugup, tangan atau anggota tubuh bergetar atau gemetar, banyak berkeringat, telapak tangan berkeringat, pening atau pingsan, mulut atau kerongkongan terasa kering, sulit berbicara, sulit bernafas, bernafas pendek, jantung berdetak kencang, suara bergetar, jari-jari atau anggota tubuh menjadi dingin, pusing, merasa lemas atau mati rasa, sulit menelan, kerongkongan terasa tersekat, leher atau punggung terasa kaku, terdapat gangguan sakit perut atau mual, panas dingin, sering buang air kecil, diare, wajah terasa memerah, dan merasa sensitif atau mudah marah.

b. Gejala kognitif

Gejala kognitif seperti; khawatir, takut, bingung, sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pikiran, merasa terancam, dan tidak percaya diri.

c. Gejala behavioral

Gejala behavioral seperti; perilaku menghindar, perilaku melekat, dan perilaku terguncang.

Sedangkan dalam bukunya *Principles of Psychotherapy: an Experimental Approach*, Maher menyebut tiga komponen dari reaksi kecemasan yang kuat, yaitu:²⁸

- a. *Emosional*: orang tersebut mempunyai ketakutan yang amat sangat dan secara sadar.
- b. *Kognitif*: ketakutan meluas dan sering berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih, memecahkan masalah, dan mengatasi tuntutan lingkungan.
- c. *Psikologis*: tanggapan tubuh terhadap rasa takut berupa pengerasan diri untuk bertindak atau tidak.

Kartini Kartono mengatakan, gejala-gejala kecemasan antara lain; gemetar, bepeluh dingin, mulut jadi kering,

²⁷Nevid Jeffrey, Rathus Spencer, dkk, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: Erlangga, 2003), hlm 164.

²⁸Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), 346.

membesarnya anak mata atau pupil, sesak nafas, detak jantung makin cepat, mual, muntah, dan diare.²⁹

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecemasan terdiri dari aspek fisiologis, aspek psikologis, dan aspek behavioral. Aspek Fisiologis merupakan tanda atau gejala yang berkaitan dengan kondisi fisik seseorang. Aspek Psikologis merupakan tanda atau gejala yang bersifat kejiwaan, meliputi pikiran, perasaan dan sikap. Dan aspek behavioral merupakan gejala yang berkaitan dengan perilaku.

Kecemasan dalam kaitannya dengan pelajaran Matematika dapat menimbulkan respon psikologis, seperti rasa malas untuk mempelajari matematika dan rasa takut gagal yang berdampak negatif, seperti hilangnya konsentrasi ketika pembelajaran matematika. Respon fisiologis yang timbul seperti jantung berdebar-debar dan keringat bercucuran ketika diminta mengerjakan soal Matematika di depan kelas. Sedangkan behavioral yang timbul seperti menghindari pembelajaran Matematika, mencontek ketika ulangan, dll.

5. Macam-Macam Kecemasan

Menurut Freud, kecemasan dibagi menjadi 3, yaitu:³⁰

a) Kecemasan Realistik

Merupakan kecemasan terhadap bahaya atau ancaman dari dunia luar yang bisa dikatakan sebagai sumber dari kecemasan-kecemasan yang lain. Kecemasan pada pelajaran Matematika dapat dimasukkan pada macam kecemasan ini, karena siswa SMP dihadapkan pada suatu kenyataan yang dapat menimbulkan perasaan tertekan dan tegang, yaitu dalam menghadapi pelajaran Matematika.

²⁹ Kartini Kartono, *Patologi Sosial 3 Gangguan-Gangguan Kejiwaan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2003), 130

³⁰ Veronica P, Skripsi: *Studi Deskriptif Kecemasan Siswa SMP dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika*, (Jakarta: Program Studi Psikologi, 2007), 35.

b) Kecemasan Neurotis

Merupakan kecemasan yang berkaitan dengan insting-insting yang tidak dapat dikendalikan, sehingga menyebabkan orang berbuat sesuatu yang diancam dengan hukuman.

c) Kecemasan Moral (Perasaan Berdosa)

Merupakan kecemasan kata hati. Orang yang super egonya berkembang baik akan cenderung merasa berdosa apabila melakukan atau bahkan baru berfikir untuk melakukan sesuatu yang bertentangan dengan norma-norma moral yang berlaku.

Menurut Darajat ada beberapa macam kecemasan, antara lain:³¹

- a) Kecemasan yang timbul akibat melihat atau mengetahui ada bahaya yang mengancam dirinya.
- b) kecemasan yang berupa penyakit.
- c) kecemasan karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani.

Berdasarkan kondisi kecemasan, kecemasan digambarkan sebagai *state anxiety* atau *trait anxiety*. *State anxiety* adalah reaksi emosi sementara yang timbul pada situasi tertentu, yang dirasakan sebagai suatu ancaman. Sedangkan *trait anxiety* adalah reaksi atas keadaan yang membahayakan atau mengancam dan cenderung untuk menanggapi dengan reaksi kecemasan.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan Matematika dapat digolongkan dalam kecemasan realitas, kecemasan dalam bentuk ancaman, dan *state anxiety*.

6. Faktor Penyebab Kecemasan Matematika

Eccles, Wigfield, & Schiefele mengemukakan sejumlah variabel yang menjadi sumber penyebab timbulnya kecemasan pada siswa, antara lain:³²

- a. Siswa dengan kecemasan yang tinggi merupakan akibat dari ekspektasi orang tua yang tidak realistis atas prestasi yang harus dicapai anak.

³¹Ibid., 36.

³² Johana E. Prawitasari, *Psikologi Terapan*, (Jakarta: Erlangga, 2011), 79-80.

- b. Kecemasan siswa meningkat ketika kenaikan kelas, karena menghadapi banyak ulangan, perbandingan sosial, dan sejumlah pengalaman gagal.

Trujillo & Hadfield menyatakan bahwa penyebab kecemasan matematika dapat diklasifikasikan dalam tiga kategori yaitu sebagai berikut:³³

- a. Faktor kepribadian (psikologis atau emosional)

Misalnya perasaan takut siswa akan kemampuan yang dimilikinya (self-efficacy belief), kepercayaan diri yang rendah yang menyebabkan rendahnya nilai harapan siswa (expectancy value), motivasi diri siswa yang rendah dan sejarah emosional seperti pengalaman tidak menyenangkan dimasa lalu yang berhubungan dengan matematika yang menimbulkan trauma.

- b. Faktor lingkungan atau sosial

Misalnya kondisi saat proses belajar mengajar matematika di kelas yang tegang diakibatkan oleh cara mengajar, model dan metode mengajar guru matematika. Rasa takut dan cemas terhadap matematika dan kurangnya pemahaman yang dirasakan para guru matematika dapat terwariskan kepada para siswanya. Faktor yang lain yaitu keluarga terutama orang tua siswa yang terkadang memaksakan anak-anaknya untuk pandai dalam matematika karena matematika dipandang sebagai sebuah ilmu yang memiliki nilai prestise.

- c. Faktor intelektual

Faktor intelektual terdiri atas pengaruh yang bersifat kognitif, yaitu lebih mengarah pada bakat dan tingkat kecerdasan yang dimiliki siswa.

Sedangkan Bandura mengungkapkan bahwa akar dari kecemasan akademik adalah kecakapan diri yang rendah. Kecakapan diri memainkan peran yang sentral bagi timbulnya kecemasan. Kecakapan diri merupakan keyakinan seseorang tentang kapabilitas dirinya untuk bisa mengatasi tugas yang ia hadapi, bahwa dirinya mampu menguasai

³³Ika Wahyu Anita, *Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP*, (Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika STKIP Siliwangi Bandung, Vol 3, No.1, Februari 2014), hlm 127.

situasi dan memberikan hasil yang positif. kecakapan diri yang tinggi akan berdampak pada tereduksinya pikiran-pikiran yang menyakitkan terkait tugas yang dihadapi dan pada gilirannya akan terjadi penurunan tingkat kecemasan.³⁴

Dari pendapat para ahli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kecemasan, khususnya kecemasan matematika adalah faktor kepribadian, lingkungan sosial, dan intelektual.

C. Hasil Belajar Matematika

1. Pengertian Hasil Belajar

Belajar merupakan proses perubahan tingkah laku atau penampilan kearah yang lebih matang. Menurut Hamalik, tingkah laku manusia terdiri dari sejumlah aspek, yakni pengetahuan, pengertian, kebiasaan, keterampilan, apresiasi, emosional, hubungan social, jasmani, etis atau budi pekerti dan sikap. Hasil belajar akan tampak pada setiap perubahan pada setiap aspek-aspek tersebut.³⁵

Hasil belajar berasal dari gabungan kata hasil dan belajar. Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia, hasil adalah sesuatu yang diperoleh atau didapat.³⁶ Sedangkan belajar sendiri diartikan sebagai usaha untuk memperoleh kepandaian atau ilmu.³⁷ Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil belajar adalah sesuatu yang diperoleh dalam usahanya mendapatkan ilmu atau kepandaian.

Nana Sudjana mengemukakan bahwa hasil belajar diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya.³⁸ Selain itu, hasil belajar adalah perubahan ketrampilan dan kecakapan, kebiasaan sikap, pengertian, pengetahuan, dan apresiasi yang dikenal dengan sebutan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Oemar Hamalik

³⁴ Johana E. Prawitasari, *Psikologi Terapan*, (Jakarta: Erlangga, 2012), hlm81.

³⁵ Aina Mulyana, dkk, *Hubungan antara Persepsi Minat, dan Sikap Siswa dengan Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran PKN*, (*jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, vol. 19, No. 3, September 2013), 317.

³⁶ Tim Penyusun Kamus Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa, *Kamus Besar Bahasa*

Indonesia(Jakarta: Balai Pustaka, 1993), 343.

³⁷ *ibid*, 14

³⁸ Nana Sudjana, *Psikologi Pendidikan*(Bandung: PT. Remaja Rosda Karya, 1995), 22.

menyatakan bahwa siswa dikatakan berhasil dalam belajarnya apabila dapat mengembangkan kemampuan pengetahuan dan pengembangan sikap.³⁹

Dari uraian di atas dapat di simpulkan bahwa hasil belajar merupakan tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari mata pelajaran di sekolah yang dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenai sejumlah materi pelajaran tertentu.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang fundamental dalam setiap penyelenggaraan setiap jenis dan jenjang pendidikan. Ini berarti bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan itu sangat bergantung pada proses belajar yang dialami siswa, baik ketika ia berada disekolah maupun di lingkungan keluarga.⁴⁰ Karena belajar merupakan suatu proses, maka sebagai suatu proses harus ada yang diproses (masukan atau input), dan hasil dari pemrosesan (keluaran atau output. Dalam hal ini, yang dimaksud dengan hasil dari pemrosesan adalah hasil belajar.⁴¹

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses dan hasil belajar, yaitu faktor dari luar dan faktor dari dalam. Faktor dari luar meliputi faktor lingkungan (alam dan sosial), dan faktor instrumental (kurikulum, guru, sarana dan fasilitas, manajemen). Sedangkan faktor dari dalam meliputi faktor fisiologis (kondisi fisik dan kondisi panca indera) dan faktor psikologi (bakat, minat, kecerdasan, motivasi, dan kemampuan kognitif).⁴² Sedangkan menurut Abu Ahmadi faktor internal yang mempengaruhi hasil belajar siswa meliputi intelegensi, motivasi, kebiasaan, kecemasan, minat, konsep diri dan sebagainya. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah,

³⁹ Oemar Hamalik, *Kurikulum dan Pembelajaran* (Jakarta: Bumi Aksara, 1990), 97.

⁴⁰ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), 87.

⁴¹ Ngalim Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2004), 96.

⁴² Ibid, 97.

lingkungan masyarakat, keadaan sosial ekonomi dan sebagainya.⁴³

Penyebab menurunnya kinerja akademik atau hasil belajar adalah kesulitan belajar yang dialami oleh siswa. Secara garis besar, faktor-faktor penyebab timbulnya kesulitan belajar terdiri atas dua macam, yaitu:⁴⁴

- a. Faktor intern siswa, yakni hal-hal atau keadaan-keadaan yang murni dari dalam diri siswa sendiri, yang meliputi: ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotor.
- b. Faktor ekstern siswa, yakni hal-hal atau keadaan-keadaan yang datang dari luar diri siswa, yang meliputi: lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan sekolah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar banyak jenisnya, tetapi berdasarkan uraian di atas, maka dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu atau siswanya sendiri seperti minat, kecemasan, konsep diri, maupun motivasi. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang ada di luar individu, seperti faktor guru, orang tua, pembelajaran, dan sebagainya.

3. Hubungan antara Konsep Diri dengan Hasil Belajar Matematika

Sejumlah ahli psikologi dan pendidikan berkeyakinan bahwa konsep diri dan prestasi belajar mempunyai hubungan yang erat. Prestasi belajar merupakan hasil belajar yang diperoleh siswa setelah mengikuti proses belajar mengajar untuk mengetahui sejauh mana tingkat penguasaan siswa terhadap materi yang telah diajarkan.⁴⁵

Nytor misalnya, mengemukakan bahwa banyak penelitian yang membuktikan hubungan positif yang kuat antara konsep diri dan prestasi belajar di sekolah. Siswa yang

⁴³ Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi belajar*, (Jakarta, Rineka Cipta, 2004), 138.

⁴⁴ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), 170-171.

⁴⁵ Naam Sahputra, *Hubungan Konsep Diri dengan Prestasi Akademik Mahasiswa S1 Keperawatan Semester III kelas Ekstensi PSIK FK USU Medan*. Skripsi: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.

memiliki konsep diri positif, memperlihatkan prestasi yang baik di sekolah, atau siswa yang berprestasi tinggi di sekolah memiliki penilaian diri yang tinggi, serta menunjukkan hubungan antar pribadi yang baik pula.⁴⁶

Eccles dan Jacob menyatakan bahwa kualitas belajar matematika siswa sangat dipengaruhi oleh konsep diri siswa dan *anxiety* matematika siswa. Kualitas belajar yang dimaksud adalah kualitas pada proses belajar dan hasil belajar matematika siswa.⁴⁷

Untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan hasil belajar, Fink melakukan penelitian dengan melibatkan sejumlah siswa laki-laki dan perempuan yang dipasangkan berdasarkan tingkat inteligensi mereka. Disamping itu mereka digolongkan berdasarkan prestasi belajar mereka, yaitu kelompok berprestasi lebih (*overachievers*) dan kelompok berprestasi kurang (*underachievers*). Pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan konsep diri antara siswa yang tergolong *overachievers* dan *underachievers*. Siswa yang tergolong *overachievers* menunjukkan konsep diri yang lebih positif, dan hubungan yang erat antara hasil belajar terlihat jelas pada siswa laki-laki.⁴⁸

Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut, jelas bahwa konsep diri dan hasil belajar siswa di sekolah mempunyai hubungan yang erat. Siswa yang berprestasi tinggi cenderung memiliki konsep diri yang berbeda dengan siswa yang berprestasi rendah. Siswa yang memandang dirinya negatif, akan menganggap keberhasilan yang dicapai bukan karena kemampuan yang dimilikinya, melainkan karena kebetulan atau karena keberuntungan saja. Lain halnya dengan siswa yang memandang dirinya positif, akan menganggap keberhasilan sebagai hasil kerja keras dan karena faktor kemampuannya.

⁴⁶Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012), hlm 171.

⁴⁷“Mengatasi Kecemasan dalam pembelajaran Matematika” dalam *pustakailmiah.unila.ac.id/12/05/2015/*. Pukul 19.47

⁴⁸*ibid*

4. Hubungan Kecemasan Matematika dengan Hasil Belajar Matematika

Rasa cemas besar pengaruhnya terhadap tingkah laku siswa. Kecemasan menjadi sebab kegagalan siswa di sekolah. Namun, hasil belajar buruk yang dicapai siswa secara beruntun dalam sejumlah tes atau tugas akademik meningkatkan kecemasan mereka. Dengan kata lain, antara kecemasan dengan performa akademik yang buruk terjadi hubungan pengaruh mempengaruhi secara negatif yang berujung pada keadaan yang semakin buruk.⁴⁹ Anak yang memiliki kecemasan akan gagal dalam ujian, sulit baginya untuk berkonsentrasi saat belajar serta saat mengerjakan ujian. Akibatnya hasil ujian jelek. Sebaliknya, hasil ujian yang jelek, terutama yang terjadi secara berurutan, menimbulkan kecemasan akan gagal dalam ujian.

Penelitian-penelitian yang dilakukan Sarason dan kawan-kawan membuktikan siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi tidak berprestasi sebaik siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah pada beberapa jenis tugas. Data yang dikumpulkan Spielberger menunjukkan bahwa pada tahap di mana pekerjaan sekolah paling menantang bagi siswa (tidak terlalu sulit atau terlalu mudah) siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah berprestasi lebih baik daripada siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi.⁵⁰

Kirkland membuat suatu kesimpulan mengenai hubungan tes, kecemasan, dan hasil belajar, antara lain:⁵¹

- a. Tingkat kecemasan yang sedang biasanya mendorong belajar, sedang tingkat kecemasan yang tinggi mengganggu belajar.
- b. Siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah lebih merasa cemas dalam menghadapi tes dari pada siswa-siswa yang pandai.
- c. Bila siswa cukup mengenal jenis tes yang akan dihadapi, maka kecemasan akan berkurang.

⁴⁹Johana E. Prawitasari, *Psikologi Terapan*, (Jakarta: Erlangga, 2011), 77.

⁵⁰Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Remaja PT. Rineka Cipta, 2010), 185.

⁵¹Ibid, 186.

- d. Pada tes-tes yang mengukur daya ingat, siswa-siswa yang sangat cemas memberikan hasil yang lebih baik daripada siswa-siswa yang kurang cemas. Pada tes-tes yang membutuhkan cara berfikir yang fleksibel, siswa-siswa yang sangat cemas hasilnya lebih buruk.
- e. Kecemasan terhadap tes bertambah bila hasil tes dipakai untuk menentukan tingkat-tingkat siswa.

Menurut Anastasi dan Urbina, antara kecemasan dan prestasi akademik memang terdapat korelasi yang signifikan, akan tetapi tidak menunjukkan arah hubungan kausal. Dengan kata lain tidak dapat ditentukan mana yang menjadi sebab dan mana yang menjadi akibat, sedangkan Eggen dan Kauchak menyatakan bahwa hubungan antara kecemasan dan prestasi akademik bersifat kurvalinear artinya kecemasan dalam kadar yang moderat, berdampak positif bagi motivasi, tetapi jika kecemasan sangat tinggi justru akan berdampak menghancurkan motivasi. Fauziah juga mengungkapkan bahwa kecemasan sampai taraf tertentu dapat mendorong meningkatnya performa.⁵²

Dampak negatif kecemasan terhadap motivasi dan prestasi akademik dijelaskan Eggen dan Kauchak berdasarkan teori pemrosesan informasi sebagai berikut:⁵³

- a. Tingginya kecemasan yang dialami siswa menimbulkan kesulitan baginya untuk berkonsentrasi.
- b. Karena mereka khawatir tentang kemungkinan mengalami kegagalan, boleh jadi malah mereka memiliki ekspektasi untuk gagal, mereka semakin sering melakukan kesalahan dalam menangkap atau memahami informasi yang mereka peroleh baik melalui penglihatan atau pendengaran.
- c. Siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi sering kali mempergunakan strategi belajar yang dangkal dan tidak efektif.

⁵²Johana E. Prawitasari, *Psikologi Terapan*, (Jakarta: Erlangga, 2012), 77.

⁵³*Ibid*, 78.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan matematika memiliki hubungan negatif terhadap hasil belajar Matematika. Semakin tinggi tingkat kecemasan siswa maka semakin rendah hasil belajar yang diraihinya, dan semakin rendah tingkat kecemasan siswa, maka semakin tinggi prestasi yang diraihinya.

