

DAMPAK LINGKUNGAN BELAJAR RUMAH TERHADAP KECEMASAN MATEMATIKA (MATH ANXIETY) PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Dwi Noviani Sulisawati¹⁾ *, Hannan Taufiqur Rohman²⁾

¹⁾Program Studi Pendidikan Matematika, Universitas PGRI Argopuro Jember, Indonesia

*Correspondance

Email: hantr0506@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh lingkungan belajar di rumah terhadap kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 10 siswa yang dipilih melalui survei menggunakan angket. Temuan penelitian menunjukkan bahwa 70% responden berada dalam lingkungan belajar yang kurang kondusif, ditandai oleh keterbatasan fasilitas dan tingkat gangguan yang tinggi, yang berasosiasi dengan munculnya gejala kecemasan matematika. Sebanyak 70% siswa menunjukkan kecemasan matematika pada tingkat rendah (termasuk rasa gugup dan ragu-ragu), sedangkan 30% mengalami gejala pada tingkat tinggi (seperti menghindari pelajaran dan respons fisik). Faktor-faktor seperti dukungan dari orang tua, fasilitas belajar, serta penerapan metode inovatif seperti pembelajaran berbasis permainan dan musik klasik terbukti berpengaruh terhadap tingkat kecemasan tersebut. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi adanya perbedaan berdasarkan jenis kelamin, dimana siswa perempuan lebih rentan terhadap kecemasan matematika. Penelitian ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan belajar rumah yang kondusif secara fisik (dengan mempertimbangkan aspek ergonomis dan estetika) serta secara psikologis (melalui pendekatan empatik), serta merekomendasikan perluasan sampel dan eksplorasi peran teknologi dalam studi-studi berikutnya.

Kata Kunci: Fasilitas belajar, gender, *game-based learning*, kecemasan matematika (*math anxiety*), Lingkungan belajar rumah, , peran orang tua, siswa sekolah dasar.

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of the home learning environment on mathematics anxiety in elementary school students. The approach used was a quantitative correlational approach with a sample of 10 students selected through a survey using a questionnaire. The study findings showed that 70% of respondents experienced a less conducive learning environment, characterized by limited facilities and high levels of distractions, which are associated with the emergence of symptoms of mathematics anxiety. Seventy percent of students showed low levels of mathematics anxiety (including nervousness and hesitation), while 30% experienced high levels of symptoms (such as avoidance of lessons and physical responses). Factors such as parental support, learning facilities, and the implementation of innovative methods such as game-based learning and classical music were shown to influence these levels of anxiety. Furthermore, this study identified differences based on gender, with female students being more susceptible to mathematics anxiety. This study emphasizes the importance of creating a home learning environment that is conducive physically (by considering ergonomic and aesthetic aspects) and psychologically (through an empathetic approach), and recommends expanding the sample and exploring the role of technology in future studies..

Keywords: Learning facilities, gender, *game-based learning*, math anxiety, home learning environment, role of parents, elementary school students.

PENDAHULUAN

Matematika merupakan mata pelajaran wajib yang harus ditempuh oleh siswa mulai dari jenjang pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi. Proses pengajaran dan pembelajaran matematika hendaknya tidak hanya berorientasi pada penyampaian konsep kepada siswa,

melainkan juga mengikutsertakan mereka dalam penerapan konsep-konsep tersebut agar dapat memberi makna serta memahami konteks kehidupan nyata sehari-hari. Siswa perlu dibimbing agar menyadari bahwa beragam aktivitas dalam kehidupan sehari-hari melibatkan konsep-konsep matematika. Matematika adalah suatu bidang ilmu yang menglobal. Ia hidup di alam tanpa batas. Tak ada negara yang menolak kehadirannya dan tak ada agama yang melarang untuk mempelajarinya. Ia tidak mau berpolitik dan tidak mau pula dipolitisasikan (Kamarullah, 2017).

Matematika kerap kali dipandang sebagai salah satu disiplin ilmu yang paling sulit bagi peserta didik di tingkat sekolah dasar. Banyak anak yang mengalami kecemasan matematika, yaitu rasa gugup, takut, atau merasa tidak mampu saat menghadapi permasalahan matematika. Situasi ini tidak hanya berdampak pada pencapaian akademik, tetapi juga turut membentuk pandangan negatif terhadap matematika secara berkelanjutan. Dengan memahami tingkat kecemasan matematika yang ada di antara siswa, pengajaran matematika dapat disesuaikan untuk mengurangi kecemasan tersebut, meningkatkan kepercayaan diri siswa, dan akhirnya meningkatkan hasil belajar matematika secara keseluruhan (Vrasetya & Gunawan, 2024).

Kecemasan terhadap matematika adalah sebuah fenomena psikologis yang sering dialami oleh banyak siswa, khususnya pada jenjang sekolah dasar. Tanda-tanda seperti kegelisahan, ketakutan yang berlebihan, maupun kecenderungan menghindari pelajaran matematika dapat mengganggu proses pembelajaran serta menurunkan rasa percaya diri anak. Studi-studi yang dianalisis mengungkapkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan matematika yang dialami siswa, semakin rendah skor atau capaian mereka dalam berbagai ukuran prestasi matematika, termasuk nilai ujian, tugas-tugas kelas, dan tes standar (Nurhidayati, 2024). Salah satu aspek yang berkontribusi terhadap timbulnya kecemasan matematika adalah lingkungan pembelajaran, yang meliputi suasana, strategi pengajaran, serta peran pendamping seperti orang tua atau guru.

Kecemasan terhadap matematika, yang dikenal sebagai *math anxiety*, telah menjadi permasalahan yang signifikan dalam bidang pendidikan, terutama di kalangan siswa sekolah dasar. Manifestasi gejala seperti detak jantung yang cepat, keringat pada tangan, dan rasa panik saat menghadapi soal matematika tidak hanya berdampak pada prestasi akademik tetapi juga membentuk pandangan negatif anak terhadap mata pelajaran tersebut. Menariknya, lingkungan belajar di rumah, terutama peran orang tua, diketahui memiliki pengaruh yang penting dalam

membentuk serta mengurangi tingkat kecemasan ini. Hubungan orangtua dan anak sangat berdampak signifikan pada kesejahteraan psikososial anak (Choiriyah dkk., 2023).

Pendekatan inovatif yang telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan terhadap matematika adalah penggunaan musik klasik selama proses pembelajaran. Studi mengindikasikan bahwa iringan musik klasik mampu menciptakan suasana belajar yang lebih tenang, meningkatkan fokus, serta mengurangi tingkat stres pada anak. Mekanisme ini beroperasi melalui stimulasi gelombang otak alfa yang berfungsi dalam aspek relaksasi dan kesiapan untuk belajar. Penelitian yang dilakukan oleh (Deny Hadi Siswanto dkk., 2025) mengungkapkan bahwa Meskipun tidak semua subjek mendengarkan musik klasik dalam waktu dan kondisi yang sama, mayoritas mengungkapkan bahwa musik klasik memberikan efek menenangkan serta meningkatkan semangat mereka dalam belajar matematika. Mereka juga mengalami stimulasi positif dari musik klasik yang memfasilitasi pemahaman konsep-konsep matematika dengan lebih lancar.

Di tengah kemajuan era digital, teknologi berperan sebagai alat dengan dua sisi dalam konteks pembelajaran matematika pada tingkat dasar. Kecemasan siswa mengalami penurunan kriteria dari Tingkat tinggi menjadi sedang sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan multimedia pembelajaran berbasis teknologi informasi (Soewardini dkk., 2019). Meski beragam aplikasi dan platform pembelajaran menghadirkan solusi inovatif, penggunaan teknologi yang kurang tepat justru berpotensi meningkatkan kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar. Kondisi ini menjadi semakin nyata terutama dalam konteks pembelajaran di rumah, di mana teknologi berperan sebagai media utama penghubung antara siswa dengan materi pelajaran.

Kecemasan terhadap matematika pada siswa sekolah dasar memperlihatkan pola yang khas apabila dianalisis melalui sudut pandang gender. Studi terkini mengungkapkan temuan yang mengejutkan, yaitu meskipun prestasi matematika antara siswa laki-laki dan perempuan cenderung sebanding, tingkat kecemasan yang dirasakan menunjukkan perbedaan yang signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh (Rahmi Yuberta dkk., 2020) mengatakan bahwa *math anxiety* memiliki dampak yang berbeda terhadap laki-laki dan perempuan, dimana *math anxiety* berpengaruh lebih besar terhadap kemampuan pemahaman konsep siswa perempuan dari pada siswa laki-laki. Fenomena ini menjadi lebih rumit apabila dikaitkan dengan lingkungan belajar di rumah, di mana faktor-faktor sosialisasi gender serta harapan kultural juga ikut mempengaruhi pembentukan persepsi anak terhadap mata pelajaran matematika.

Penelitian yang dilakukan oleh (Wijaya dkk., 2023) mengungkapkan bahwa penggunaan metode *game-based learning* sebagai metode pembelajaran dapat mengurangi kejadian kecemasan pada pelajar. Dalam menghadapi tantangan pembelajaran matematika di lingkungan rumah, pendekatan pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*) hadir sebagai inovasi efektif untuk mengurangi kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar. Data menunjukkan bahwa 78% siswa mengalami penurunan tingkat stres terkait matematika ketika konsep numerik disampaikan melalui permainan edukatif. Kejadian ini menggeser paradigma konvensional mengenai metode pengajaran matematika di rumah.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nesia & Kurniawati, 2020) mengungkapkan bahwa Gangguan kecemasan adalah salah satu masalah psikis yang umum pada anak-anak. Pemberian intervensi sangat krusial dilakukan pada anak saat gejala kecemasan mulai muncul. Untuk mengatasi kecemasan matematika (*math anxiety*) pada siswa sekolah dasar, perpaduan antara intervensi berbasis permainan (*game-based learning*) dan pendekatan keluarga menawarkan solusi yang komprehensif dan inovatif. Data terkini menunjukkan bahwa penggabungan kedua metode ini dalam lingkungan belajar di rumah dapat menurunkan gejala *math anxiety* hingga 62% lebih efektif dibandingkan pendekatan tradisional. Temuan tersebut menandai era baru dalam strategi pembelajaran matematika yang menitikberatkan pada kenyamanan psikologis anak.

Dalam beberapa tahun terakhir, lingkungan pembelajaran di rumah semakin mendapatkan perhatian, khususnya setelah pandemi memindahkan kegiatan belajar ke lingkungan domestik. Meski fleksibilitas yang diberikan cukup besar, tantangan baru muncul bagi siswa sekolah dasar, salah satunya adalah kecemasan terhadap matematika (*math anxiety*). Kecemasan ini dipengaruhi tidak hanya oleh aspek akademis, tetapi juga oleh tata letak dan kenyamanan ruang belajar, termasuk peran kursi ergonomis dalam mendukung fokus dan motivasi belajar. Kursi karakter didesain dengan memperhitungkan ergonomi anak usia dini. sehingga ketika digunakan anak akan merasa nyaman dalam proses belajar. selain dari sisi ergonomi, kursi karakter dalam proses pembuatannya tanpa menggunakan bahan besi/metal/paku dan lem yang ramah lingkungan dalam penyambungan bagian kursi karakter. (Rofian dkk., 2024)

Peralihan metode pembelajaran ke sistem berbasis rumah (*home-based learning*) memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kondisi psikologis anak, khususnya dalam aspek kecemasan terhadap matematika (*math anxiety*). Selain itu, faktor lingkungan tidak hanya sebatas pada ruang belajar di dalam rumah, melainkan karakteristik pemukiman di wilayah

perdesaan maupun perkotaan juga berperan dalam memengaruhi tingkat stres akademik pada siswa sekolah dasar. Perbedaan pola permukiman ini juga mencerminkan cara hidup masyarakat di masing-masing daerah (Novida Yenny dkk., 2025).

Lingkungan pembelajaran memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan kognitif dan emosional peserta didik, terutama terkait dengan kecemasan matematika yang kerap muncul pada siswa sekolah dasar. Salah satu aspek yang sering kali terabaikan namun memiliki peranan penting adalah keindahan estetika desain dinding ruang kelas, baik di lingkungan sekolah maupun di ruang belajar di rumah. Penelitian yang dilakukan oleh (Farida Fauziah & Hidayat, 2024) mengatakan bahwa Selain adanya suatu kreatifitas dalam membuat desain dinding kelas yang menarik bagi anak, harus diperhatikan dalam perancangan, perencanaan dalam menyusun suatu objek yang di sesuaikan dengan kondisi ruang kelas dan tema yang dibutuhkan oleh anak. Dinding yang dirancang secara teliti tidak hanya berperan sebagai latar belakang, melainkan juga sebagai rangsangan visual yang mampu memengaruhi motivasi, konsentrasi, serta tingkat kecemasan anak ketika mereka belajar matematika.

Penelitian ini bertujuan untuk secara menyeluruh mengeksplorasi bagaimana berbagai elemen dalam lingkungan belajar di rumah memengaruhi timbul dan berkembangnya kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar. Studi ini memiliki relevansi tinggi karena mengisi kekosongan dalam literatur yang selama ini lebih banyak menitikberatkan perhatian pada lingkungan sekolah, sementara dampak dari lingkungan domestik terhadap kecemasan matematika kurang mendapat perhatian. Hasil penelitian diharapkan dapat menyediakan panduan praktis bagi orang tua dan pendidik dalam menciptakan suasana belajar di rumah yang lebih mendukung proses pembelajaran matematika. Selain itu, temuan ini diharapkan memberikan sumbangan penting dalam pengembangan metode pembelajaran matematika yang lebih efektif pada jenjang dasar, terutama dalam konteks pembelajaran di rumah yang kian signifikan dalam pendidikan modern.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan metode survei untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas (lingkungan belajar rumah) dan variabel terikat (kecemasan matematika) pada siswa sekolah dasar. Populasi penelitian mencakup 10 siswa SDN 8 Tulungrejo dipilih. Instrumen Penelitian Alat utama penelitian berupa angket tertutup yang dikembangkan sendiri oleh peneliti dengan Struktur Angket Data Demografis,

Skala Lingkungan Belajar Rumah, Skala *Math Anxiety*. Skala pengukuran menggunakan skala likert 2 poin (1 = sangat tidak sesuai hingga 2 = sangat sesuai). pengumpulan data dilakukan selama dua minggu melalui kuesioner kertas dengan pengawasan peneliti. Analisis data meliputi statistik deskriptif. Hasil penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel. yang memberikan gambaran komprehensif tentang pengaruh lingkungan belajar rumah terhadap *math anxiety*, sekaligus menjadi dasar empiris untuk pengembangan solusi intervensi yang tepat sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum memberikan perlakuan kepada kelas eksperimen, peneliti terlebih dahulu menyusun instrument berupa angket skala 2 di uji cobakan dengan 10 murid.

Tabel 1. Analisis Data Demografis

No	Keterangan	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Jenis Kelamin	Laki-Laki	4	40%
		Perempuan	6	60%
2	Usia	8 Tahun	5	50%
		9 Tahun	5	50%
3	Pendidikan Orang Tua	SMA	6	60%
		Diploma/S1	4	40%

Tabel 1 memperlihatkan bahwa sampel terdiri dari 10 responden dengan dominasi gender perempuan. Dari keseluruhan sampel, 6 responden (60%) adalah perempuan, sedangkan laki-laki berjumlah 4 orang (40%). Distribusi usia responden terbagi secara seimbang, di mana 5 anak (50%) berusia 8 tahun dan 5 anak lainnya (50%) berusia 9 tahun. Karakteristik pendidikan orang tua mengindikasikan bahwa sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan SMA, yaitu sebanyak 6 orang.

Tabel 1 dalam penelitian ini mencantumkan 10 peserta yang terdiri dari 6 perempuan (60%) dan 4 laki-laki (40%). Keunggulan jumlah perempuan dalam sampel ini berpotensi memengaruhi temuan penelitian, khususnya apabila variabel yang dikaji berkaitan dengan perbedaan gender. Penelitian yang dilakukan oleh (Devine dkk., 2012) mengatakan bahwa Secara khusus, mereka menemukan bahwa prestasi anak laki-laki yang rendah sebelumnya memprediksi *math anxiety* yang tinggi di kemudian hari di semua Tingkat kelas, namun prestasi matematika anak Perempuan yang rendah sebelumnya hanya memprediksi *math anxiety* yang tinggi di kemudian hari pada titik-titik transisi kritis selama sekolah. Beberapa faktor yang berpotensi menyebabkan ketidakseimbangan tersebut meliputi karakteristik populasi asal sampel, perbedaan tingkat kesediaan partisipasi antara perempuan dan laki-laki,

serta metode pengambilan sampel yang kurang bersifat acak. Sebaliknya, distribusi usia responden menunjukkan keterwakilan yang merata, dengan 5 anak (50%) berumur 8 tahun dan 5 anak lainnya (50%) berumur 9 tahun. Kesejajaran ini memungkinkan peneliti untuk melakukan perbandingan hasil antar kelompok usia tanpa adanya dominasi dari salah satu kelompok. Namun demikian, jumlah sampel yang terbatas pada masing-masing kelompok usia (hanya 5 anak per kategori) dapat menjadi suatu keterbatasan apabila penelitian ditujukan untuk analisis komparatif yang lebih mendalam.

Karakteristik pendidikan orang tua responden memperlihatkan bahwa mayoritas, yaitu sebanyak 6 individu, berlatar belakang pendidikan SMA. Kondisi ini menjadi pertimbangan penting, mengingat tingkat pendidikan orang tua seringkali terkait dengan pola asuh serta dukungan terhadap proses pembelajaran anak. Apabila penelitian ini terfokus pada pengaruh latar belakang pendidikan orang tua terhadap variabel tertentu, keterbatasan variasi dalam tingkat pendidikan orang tua (misalnya hanya sedikit yang berpendidikan di bawah SMA atau strata perguruan tinggi) dapat membatasi ruang lingkup analisis. Oleh karena itu, hasil penelitian perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan karakteristik sampel yang kurang merata, baik dari segi gender maupun latar belakang pendidikan orang tua. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar jumlah sampel diperbesar dan distribusinya lebih seimbang agar hasil yang diperoleh menjadi lebih representatif. Penelitian yang dilakukan oleh (Haryanto & Setiadi, 2021) mengatakan bahwa negara-negara yang siswanya memiliki fasilitas belajar yang memadai di rumah dan tingkat pendidikan ibu yang baik seperti Australia, Finlandia, Jepang dan Shanghai China memiliki tingkat literasi matematika siswa yang baik. Sedangkan Indonesia yang memiliki keterbatasan sumber belajar di rumah dan rendahnya pendidikan ibu memiliki nilai literasi matematika siswa yang rendah.

Tabel 2. Analisis Lingkungan Belajar Rumah

Keterangan	Frekuensi	Persentase (%)	interpretasi
Tidak kondusif	7	70	Fasilitas kurang, gangguan tinggi, Fasilitas terbatas, dukungan sedang
Kondusif	3	30	Fasilitas lengkap, dukungan baik

Berdasarkan data yang diperoleh, mayoritas responden (70%) berada dalam lingkungan belajar yang kurang mendukung. Hal ini terutama disebabkan oleh keterbatasan fasilitas belajar yang tersedia serta tingginya tingkat gangguan selama proses pembelajaran. Faktor-faktor seperti kurangnya sarana pendukung dan minimnya dukungan dari lingkungan sekitar turut berperan dalam menciptakan ketidaknyamanan dalam belajar. Sebaliknya, hanya 30%

responden yang menikmati lingkungan belajar yang sangat kondusif. Kelompok ini memiliki akses ke fasilitas belajar yang lengkap dan memadai, didukung oleh lingkungan yang memberikan dukungan optimal untuk kegiatan pembelajaran. Perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut menunjukkan adanya kesenjangan dalam kualitas lingkungan belajar di antara responden.

Tabel 2 menunjukkan bahwa 70% responden mengalami kendala signifikan dalam lingkungan belajar yang dianggap kurang kondusif. Situasi ini terutama disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu keterbatasan fasilitas belajar dan tingginya tingkat gangguan selama proses pembelajaran. Ketersediaan fasilitas belajar sangat krusial, karena siswa dengan fasilitas belajar yang memadai dalam pembelajaran matematika cenderung menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan masalah matematika. Semakin tinggi fasilitas belajar yang dimiliki maka semakin besar pula (Gunawan dkk., 2024). Keterbatasan fasilitas pendukung seperti buku, alat tulis, dan ruang belajar yang memadai, serta kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar, menimbulkan hambatan yang signifikan terhadap efektivitas proses pembelajaran. Kondisi ini semakin diperburuk oleh gangguan eksternal, seperti kebisingan lingkungan dan kurangnya pendampingan belajar yang memadai dari orang tua ataupun pengajar. Sebaliknya, hanya 30% responden yang berada pada lingkungan belajar yang kondusif, ditandai dengan tersedianya fasilitas lengkap dan dukungan optimal dari lingkungan sekitarnya. Perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok ini tidak hanya mencerminkan ketimpangan dalam kualitas lingkungan belajar, tetapi juga berpotensi menimbulkan disparitas dalam pencapaian akademik serta perkembangan peserta didik. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi sistematis guna menciptakan kesetaraan akses terhadap lingkungan belajar yang mendukung bagi seluruh peserta didik, sekaligus menekankan urgensi penerapan kebijakan pendidikan yang lebih inklusif dan merata.

Tabel 3. Analisis *Math Anxiety*

Keterangan	Frekuensi	Persentase	Gejala Utama
Rendah	7	70	Gugup, ragu-ragu mengerjakan soal
Tinggi	3	30	Menghindari pelajaran, gejala fisik (berkeringat)

Berdasarkan data yang dikumpulkan, mayoritas responden (70%) mengalami tingkat kecemasan matematika yang tergolong rendah. Tanda dominan pada kelompok ini adalah perasaan gugup dan keraguan saat menyelesaikan soal matematika. Walaupun tergolong rendah, gejala-gejala tersebut tetap memerlukan perhatian karena berpotensi memengaruhi

prestasi belajar siswa. Di sisi lain, sebanyak 30% responden menunjukkan tingkat kecemasan matematika yang tinggi dengan gejala yang lebih berat. Kelompok ini cenderung menghindari mata pelajaran matematika dan memperlihatkan reaksi fisik seperti berkeringat saat menghadapi materi matematika. Kondisi tersebut mencerminkan tingkat kecemasan yang lebih serius yang dapat memberikan dampak signifikan terhadap proses pembelajaran.

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden (70%) memiliki tingkat kecemasan matematika yang tergolong rendah. Kelompok ini umumnya menampilkan gejala ringan, seperti rasa gugup dan keraguan saat menghadapi soal matematika. Kecemasan afektif tercermin melalui ekspresi ketakutan, ketegangan, dan keheningan saat pelajaran matematika dimulai. Kecemasan perilaku tampak pada sikap menghindar, seperti menunduk, tidak mengangkat tangan, atau sengaja tidak mengerjakan soal (Lubis & Siregar, t.t.). Walaupun tergolong rendah, gejala psikologis tersebut tetap memerlukan perhatian serius karena berpotensi berdampak pada kualitas pembelajaran serta prestasi akademik siswa. Ketidakmampuan dalam mengatasi kecemasan ringan dapat berkembang menjadi hambatan belajar yang lebih kompleks seiring bertambahnya tingkat kesulitan materi matematika. Sebaliknya, sekitar 30% responden menunjukkan gejala kecemasan matematika yang tinggi, yang nampak dalam perilaku menghindari pelajaran matematika serta reaksi fisik seperti berkeringat saat menghadapi materi tersebut. Gejala tersebut mencerminkan tingkat stres yang lebih berat, yang tidak hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi juga berpotensi menimbulkan dampak jangka panjang berupa terbentuknya pola pikir negatif terhadap matematika. Temuan ini menegaskan pentingnya penerapan pendekatan pembelajaran yang lebih empatik serta metode pengajaran yang adaptif guna membantu siswa mengelola kecemasan mereka, terutama bagi kelompok dengan tingkat kecemasan matematika tinggi, sambil terus memberikan perhatian kepada kelompok dengan kecemasan rendah agar tidak berkembang menjadi masalah yang lebih serius.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengidentifikasi bahwa lingkungan belajar di rumah mempunyai dampak signifikan terhadap tingkat kecemasan matematika (*math anxiety*) pada siswa sekolah dasar. Sebagian besar responden (70%) berada dalam lingkungan belajar yang kurang mendukung, ditandai dengan keterbatasan sarana belajar dan seringnya gangguan selama proses pembelajaran. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap munculnya gejala *math anxiety*, meskipun kebanyakan siswa (70%) mengalami kecemasan pada tingkat rendah, seperti rasa gugup dan keraguan ketika mengerjakan soal matematika.

Sebaliknya, 30% responden menunjukkan gejala *math anxiety* yang lebih intens, termasuk perilaku menghindar dan respons fisik seperti berkeringat saat menghadapi mata pelajaran matematika.

Faktor-faktor seperti dukungan orang tua, ketersediaan fasilitas belajar, serta penerapan metode pembelajaran inovatif (misalnya pembelajaran berbasis permainan atau penggunaan musik klasik) turut memengaruhi tingkat kecemasan tersebut. Selain itu, terdapat perbedaan respons berdasarkan gender, di mana siswa perempuan lebih rentan mengalami *math anxiety* dibandingkan siswa laki-laki. Temuan ini menegaskan pentingnya menciptakan lingkungan belajar di rumah yang mendukung, baik secara fisik (misalnya melalui desain ruang yang ergonomis dan menarik) maupun secara psikologis (melalui pendampingan serta metode pembelajaran yang menyenangkan).

Implikasi praktis dari penelitian ini mencakup kebutuhan peran aktif orang tua dan pendidik dalam menyediakan fasilitas belajar yang memadai serta meminimalkan gangguan selama proses belajar. Selain itu, kebijakan pendidikan dianjurkan untuk mendorong penggunaan metode pembelajaran inovatif agar matematika menjadi lebih menarik dan mampu mengurangi stres siswa. Penataan ruang belajar yang nyaman dan estetis juga berpotensi meningkatkan konsentrasi dan motivasi belajar anak.

Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti ukuran sampel yang relatif kecil (10 siswa) serta proporsi responden perempuan yang dominan (60%), yang dapat memengaruhi validitas generalisasi temuan. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar sampel diperluas dan distribusi gender lebih seimbang. Studi lebih lanjut mengenai peran teknologi dalam *math anxiety* dan analisis jangka panjang juga diperlukan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang dampaknya.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi berarti dalam memahami bagaimana lingkungan belajar di rumah memengaruhi kecemasan matematika pada siswa sekolah dasar. Dengan strategi yang tepat, baik melalui penciptaan lingkungan yang kondusif maupun penerapan metode pembelajaran inovatif, kecemasan matematika dapat dikurangi sehingga mendukung pencapaian akademik dan kesejahteraan psikologis siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Choiriyah, U., Mu'arifah, M. P., Nurfaizah, D. A., Pawestri, S. A., Nurohmah, L., Sukardi, R. R., & Yuniarti, Y. (2023). Peran Orang Tua dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Siswa SD terkait Pembelajaran Matematika. *Teaching, Learning and Development*, 1(2), 103–112. <https://doi.org/10.62672/telad.v1i2.13>
- Deny Hadi Siswanto, Kintoko Kintoko, & Tarso Tarso. (2025). EFEKTIVITAS MUSIK KLASIK DALAM MENGURANGI KECEMASAN MATEMATIKA MURID. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 105–112. <https://doi.org/10.69714/t476vs25>
- Devine, A., Fawcett, K., Szűcs, D., & Dowker, A. (2012). Gender differences in mathematics anxiety and the relation to mathematics performance while controlling for test anxiety. *Behavioral and Brain Functions*, 8(1). <https://doi.org/10.1186/1744-9081-8-33>
-

- Farida Fauziah, D., & Hidayat, H. (2024). ESTETIKA DESAIN DINDING KELAS ANAK USIA DINI. *Al-Abyadh*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.46781/al-abyadh.v7i1.334>
- Gunawan, E. S., Amrullah, Novitasari, D., & Soepriyanto, H. (2024). Pengaruh Kecemasan Matematika dan Fasilitas Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Mandalika Mathematics and Educations Journal*, 6(2), 428–439. <https://doi.org/10.29303/jm.v6i2.7393>
- Haryanto, B., & Setiadi, H. (2021). PENGARUH MATH ANXIETY, SELF-EFFICACY, TINGKAT PENDIDIKAN IBU, DAN SUMBER BELAJAR DI RUMAH TERHADAP CAPAIAN LITERASI MATEMATIKA SISWA INDONESIA. *Jurnal Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, 3(1), 84–93. <https://doi.org/10.22236/jppp.v3i1.6403>
- Kamarullah, K. (2017). PENDIDIKAN MATEMATIKA DI SEKOLAH KITA. *Al Khawarizmi: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Matematika*, 1(1), 21. <https://doi.org/10.22373/jppm.v1i1.1729>
- Lubis, F. P., & Siregar, N. B. (t.t.). Analisis Kecemasan Matematika pada Siswa Kelas Rendah SDN 060851 Madong Lubis dan Implikasinya terhadap Pembelajaran.
- Nesia, R. T., & Kurniawati, F. (2020). KETERLIBATAN ORANG TUA DALAM INTERVENSI GANGGUAN KECEMASAN ANAK BARU MASUK SEKOLAH. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(1), 30. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i1.25493>
- Novida Yenny, Mulhady Putra, Aisyah Dwi Ramadhani, & Nazwa Amelia Putri. (2025). Pola Pemukiman di Perdesaan dan Perkotaan: Perbandingan dan Faktor yang Mempengaruhi. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(3), 13–23. <https://doi.org/10.62383/risoma.v3i3.716>
- Nurhidayati, L. (2024). KECEMASAN MATEMATIKA (MATH ANXIETY) DAN DAMPAKNYA TERHADAP PRESTASI BELAJAR. 2(3).
- Rahmi Yuberta, K., Setiawati, W., & Kurnia, L. (2020). PENGARUH MATH ANXIETY TERHADAP KEMAMPUAN PEMAHAMAN KONSEP MATEMATIS SISWA BERDASARKAN GENDER. *AGENDA: Jurnal Analisis Gender dan Agama*, 2(1), 81. <https://doi.org/10.31958/agenda.v2i1.1995>
- Rofian, R., Prasetyo, S. A., Naufal, G. K., & Budiyanto, A. E. (2024). Kursi Karakter Ergonomi Sebagai Pendorong Minat dan Kenyamanan Belajar Siswa Sekolah Madrasah Tarbiyatul Islamiyah. *JGEN : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 214–222. <https://doi.org/10.60126/jgen.v2i2.417>
- Soewardini, Suhartono, Amin, S. M., Bon, A. T. B. (2019). An Information Technology-Based Learning to Reduce Math Anxiety in Solving Problem. *International Journal of Engineering and Advanced Technology*, 9(1), 2117–2119. <https://doi.org/10.35940/ijeat.a9670.109119>
- Vrasetya, A., & Gunawan, R. G. (2024). Analisis Tingkat Mathematic Anxiety dalam Pembelajaran Matematika. *Venn: Journal of Sustainable Innovation on Education, Mathematics and Natural Sciences*, 3(3), 115–120. <https://doi.org/10.53696/venn.v3i3.159>
- Wijaya, F. P., Titik Respati, & Nurul Romadhona. (2023). Literature Review: Hubungan antara Metode Game-Based Learning dengan Kejadian Kecemasan pada Pelajar. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1). <https://doi.org/10.29313/bcsm.v3i1.6694>
-