

PENGUNAAN MEDIA MUSIK KLASIK MOZART UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN SISWA SMP DALAM MENGHADAPI PELAJARAN MATEMATIKA

Miftakul Sania¹, Hari Joko Wiyono², dan Rizky Oktaviana Eko Putri³
Universitas Islam Majapahit, Jalan Raya Jabon KM 0,7 Mojokerto^{1,2,3}
E-mail : saniasanjaya795@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana cara penggunaan media musik klasik Mozart untuk menurunkan kecemasan dan bagaimana pengaruh dari media musik klasik Mozart terhadap kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kepustakaan. Data dalam penelitian ini merupakan data sekunder. Adapun metode pengumpulan data yang digunakan adalah dokumentasi dengan menelaah atau mengkaji dari beberapa sumber data yang diperoleh. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi dengan melalui tiga tahapan yaitu kondensasi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa cara penggunaan media musik klasik Mozart dapat menurunkan kecemasan pada siswa SMP dalam menghadapi matematika adalah pada saat proses pembelajaran matematika, guru dapat memutar musik pada kegiatan inti pembelajaran yaitu pada saat siswa mengerjakan tugas matematika, berdiskusi kelompok dan mengerjakan ulangan matematika. Karena pada kegiatan tersebut, gejala - gejala kecemasan matematika dapat terdeteksi pada diri siswa secara kognitif, afektif dan fisiologis. Pada aspek gejala – gejala kecemasan tersebutlah dapat dirubah dan dikurangi dengan mendengarkan musik klasik Mozart selama 20 - 30 menit pada jenis *Symphony no.40 in G Minor* dan *Canon in-D Pachelbel's*. Sedangkan pengaruh dari penggunaan media musik klasik Mozart terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi pelajaran matematika yaitu dapat membuat siswa menjadi lebih relaks, memberikan ketenangan, meningkatkan intelegensi/konsentrasi, dan memunculkan rasa semangat. Hal ini dapat terjadi disebabkan karena efek dari mendengarkan musik klasik Mozart yang memiliki frekuensi 5000 – 8000 Hz dapat menghasilkan hormon endorphen dan serotonin dalam tubuh yang dapat memberikan efek stimulasi gelombang alfa pada otak, sehingga dari pengaruh hormon tersebut membuat keadaan siswa menjadi lebih relaks dan kecemasan mereka dapat menurun.

Kata Kunci : Media Musik Klasik Mozart, Kecemasan Matematika, Siswa SMP

Abstract

The purpose of this research was to describe how the use of Mozart's classical music and how the influence of Mozart's classical music to reduce students' anxiety when learning mathematic at junior high school. The method used in this research was the library research. The data in this research was secondary data. The technique of collection the data used documentation by review from several sources of data obtained. Meanwhile, the technique of data analysis used in this research used content analysis through three stages namely; data condensation, data display and conclusion drawing. The results of this research indicated that the use of Mozart's classical music can reduced students' anxiety at junior high school when mathematics learning process, the teacher can play music in the core learning activity namely; when the students doing math assignments, have group discussions and doing math tests. Because in this activity, the symptoms of calculating mathematics can detect

students' cognitive, affective and physiological self. It is the symptoms that can be changed and reduced by listening the Mozart's classical music for 20-30 minutes at Symphony no. 40 in G Minor and Canon in-D Pachelbel's. Meanwhile, the influence of the use of Mozart's classical music on student' anxiety in faced mathematic lessons, it can made students more relaxed, provide calm, increase intelligence/ concentration, and a sense of enthusiasm. This can happen because the effect of listening the Mozart's classical music which has a frequency of 5000 - 8000 Hz can produce endorphin and serotonin hormones in the body which can have an alpha wave stimulating effect on the brain, so that from the influence of these hormones made students more relaxed and reduced the students' anxiety can be solved.

Keywords: *Mozart Classical Music Media, Mathematics Anxiety, junior high School Students.*

Pendahuluan

Matematika merupakan salah satu mata pelajaran yang mempunyai peranan penting dalam pendidikan yang harus dikuasai oleh siswa. Karena matematika adalah salah satu cabang ilmu pengetahuan yang mendukung dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, baik sebagai alat bantu dalam penerapan - penerapan bidang ilmu lain maupun dalam pengembangan matematika itu sendiri (Siagian, 2016). Maka tidak mengherankan jika pembelajaran matematika dalam pelaksanaan pendidikan diberikan kepada semua jenjang pendidikan, mulai dari sekolah dasar, menengah, bahkan hingga perguruan tinggi.

Melihat pentingnya matematika diharapkan siswa mampu memahami materi yang diajarkan di sekolah. Ironisnya fakta yang terjadi di lapangan, sampai saat ini masih banyak siswa yang menganggap bahwa matematika adalah pelajaran yang sulit untuk dipelajari, tidak menyenangkan, bahkan momok yang menakutkan. Menurut Kamarullah (2017) mengungkapkan pernyataan bahwa persepsi siswa mengenai matematika merupakan pelajaran yang menakutkan dimana matematika sebagai ilmu yang kering, abstrak, teoritis, penuh dengan lambang-lambang dan rumus yang sulit. Menurut dari Masruroh (2015) bahwa adanya pandangan negatif siswa tentang matematika yang dianggap sebagai pelajaran yang sulit, akan menimbulkan kecemasan pada diri siswa pada saat pembelajaran matematika maupun pada saat mengerjakan tes.

Menurut Kidd (2003) mengungkapkan bahwa kecemasan matematika yang dialami siswa dapat disebabkan oleh anggapan dasar tentang matematika itu sendiri yaitu matematika yang dianggap sebagai pelajaran yang sulit, pengalaman pembelajaran di kelas, cara pengajaran guru dan keluarga. Menurut Aunurrofiq & Junaedi (2017) siswa yang cemas pada matematika berarti cemas pada semua hal yang berhubungan dengan matematika seperti cemas tidak bisa mengerjakan soal, cemas saat mengikuti pelajaran, cemas saat ditanya oleh

guru, dan sebagainya. Berdasarkan penjelasan dari Saputra (2014) bahwa kecemasan matematika merupakan bentuk perasaan seseorang yang tidak mengenakkan yang ditandai dengan rasa takut, tegang ataupun cemas dalam menghadapi persoalan matematika maupun dalam melaksanakan pembelajaran matematika.

Menurut Anita (2014) kecemasan yang dialami siswa pada mata pelajaran matematika sering disebut sebagai *Mathematics Anxiety*. Kecemasan siswa terhadap matematika tidak bisa dipandang suatu hal yang biasa, karena ketidakmampuan siswa dalam beradaptasi pada pelajaran matematika menyebabkan siswa kesulitan yang akhirnya *fobia* terhadap matematika sehingga hasil belajar dan prestasi siswa dalam matematika menjadi rendah. Menurut Susanti dan Rohmah (2011) kecemasan matematika dapat muncul pada diri siswa sedini mungkin ketika mereka duduk dibangku kelas empat sekolah dasar (SD) dan puncaknya berada di sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA). Menurut Maloney. dkk (2013) menjelaskan bahwa kecemasan matematika merupakan kelemahan siswa dalam memproses operasi bilangan matematika yang menyebabkan siswa menjadi bingung yang akhirnya dapat mempengaruhi pemilihan karir pada siswa ketika siswa tersebut sudah lulus dari sekolah.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Sugiatno. dkk (2017) bahwa masih banyak siswa SMP yang mengalami kecemasan terhadap pelajaran matematika diantaranya ditunjukkan dengan sebagian besar siswa merasa pusing ketika mengatasi persoalan matematika, tidak yakin dengan jawaban sendiri, merasa takut terhadap guru matematika, merasa tidak nyaman saat belajar matematika, siswa merasa sulit memahami simbol - simbol matematika, dan kurang mampu mengoperasikan bilangan. Hasil penelitian yang serupa juga didukung oleh Suparjo (2007) yang menyatakan bahwa siswa di tingkat SMP masih banyak yang beranggapan jika pelajaran matematika merupakan momok yang menakutkan sehingga menyebabkan mereka mengalami kecemasan ketika belajar matematika. Anggapan itu muncul karena cara penyampaian pelajaran matematika yang salah oleh guru diantaranya seperti pembelajaran matematika yang terkesan monoton dan tidak menyenangkan, guru cenderung mengejar target kurikulum sehingga siswa merasa terbebani, jika siswa berbuat kesalahan dalam mengerjakan soal akan dihukum, guru selalu mengidentikkan bahwa nilai bagus adalah “anak pintar” dan nilai jelek diidentikkan dengan “anak bodoh”, serta cara pemecahan soal harus sesuai dengan cara yang diajarkan oleh guru. Kondisi seperti inilah

yang dapat membuat siswa merasa tertekan, sehingga dapat menimbulkan kecemasan dalam dirinya ketika mengikuti pelajaran matematika.

Hal lainnya juga dapat dilihat dari hasil Ujian Nasional (UN) matematika yang rendah pada siswa di jenjang SMP. Berdasarkan hasil pemetaan yang dilakukan oleh Sumaryanta, dkk (2019) menyatakan bahwa secara nasional hampir seluruh provinsi di Indonesia pada siswa jenjang SMP (Sekolah Menengah Pertama) memperoleh rata - rata nilai matematika yang rendah pada seluruh materi yang diujikan dalam Ujian Nasional (UN) matematika. Sedangkan ketercapaian standar kompetensi rata - rata nilai yang ditetapkan nasional adalah minimal 55.00. Pada tiga tahun terakhir ini terjadinya penurunan nilai rata – rata yang menunjukkan bahwa hasil Ujian Nasional matematika (UN) yang sangat memprihatinkan, adapun hasil yang dicapai pada tahun 2016 dengan rata - rata 49.91 kemudian tahun 2017 naik sedikit menjadi 51.16 dan turun lagi pada tahun 2018 menjadi 43.08.

Menurut Rahman, dkk (2015) menyatakan bahwa hasil belajar matematika yang rendah ternyata tidak hanya disebabkan dari kesulitan matematika melainkan juga disebabkan dari faktor kecemasan pada diri siswa. Menurut dari Wicaksono dan Saufi (2013) bahwa salah satu bentuk perasaan seorang siswa ketika menghadapi ujian khususnya ujian matematika adalah terjadinya perasaan tidak mengenakkan atau merasa takut dan tegang. Siswa menyikapi bahwa ujian matematika sebagai suatu permasalahan dalam hidupnya, karena mereka akan malu jika mendapatkan nilai yang jelek maupun karena tidak percaya diri dengan persiapan yang dimilikinya sehingga menimbulkan kecemasan. Menurut Ekawati (2015) kecemasan dapat disebabkan karena ketidaksiapan siswa dalam mengikuti tes yang dilaksanakan. Ketidaksiapan ini salah satunya karena kurangnya pemahaman siswa terhadap konsep matematika yang akan diujikan sehingga menyebabkan tes hasil belajar matematika menjadi rendah. Menurut Sariyasa & Suparta (2014) sebenarnya kecemasan matematika tetap diperlukan oleh siswa untuk memacu semangat belajar, asalkan berada pada level tertentu. Jika tidak ada perasaan cemas maka siswa akan menjadi terlena dan menyepelkan pelajaran. Sementara jika kecemasan berlebihan justru mengganggu situasi belajar siswa, dan dampak buruk dari kecemasan akan menyebabkan siswa sulit berkonsentrasi baik dalam belajar maupun mengikuti ujian.

Maka dari itu guru sebagai pemegang peranan terpenting dalam proses belajar mengajar perlu mencari solusi alternatif bagaimana caranya untuk mengurangi kecemasan

siswa dalam belajar matematika, disamping itu juga siswa dapat memahami dan mengerti materi yang diajarkan dalam pembelajaran. Menurut dari Prakoso. dkk (2017) bahwa menggabungkan seni musik kedalam pelajaran matematika cenderung dapat menimbulkan suasana yang efektif, menambah semangat belajar siswa dan mampu meningkatkan konsentrasi siswa dalam menyelesaikan masalah-masalah yang rumit dalam matematika. Oleh karena itu dengan memulai mengkondusifkan suasana belajar dan mengubah *mindset* siswa tentang matematika dinilai sebagai langkah awal untuk tercapainya tujuan belajar siswa, yaitu dengan menjadikan suasana santai dalam pembelajaran sehingga membuat siswa merasa nyaman dan menepis pandangan negatif mengenai matematika. Menurut Gunawan (dalam Merdekawati,2018) bahwa musik klasik tergolong musik yang memiliki nada kalem dan tenang. Musik klasik dapat digunakan sebagai pengiring pembelajaran karena musik ini tidak mengandung kata - kata sehingga tidak akan terjadi Intervensi auditori.

Musik klasik yang sudah banyak diteliti dan memberikan pengaruh positif bagi kehidupan manusia adalah musik klasik karya dari Wolfgang Amadeus Mozart. Musik klasik karya Mozart memiliki efek yang luar biasa sebagai media untuk meningkatkan kecerdasan, menurunkan kecemasan, meningkatkan konsentrasi, meningkatkan daya ingat serta mengembangkan kreativitas (Campbell,2001). Hal tersebut juga didukung oleh Susanti & Rohmah (2011) bahwa musik klasik yang bertempo lambat dapat memiliki dampak positif dan mempengaruhi kinerja otak bagi yang mendengarnya yaitu dapat menenangkan pikiran. Dari suara musik yang menenangkan dapat menyerang sistem saraf pusat yang akan mempengaruhi kognitif dan fisiologis subyek sehingga dapat menuntun otak menyelesaikan masalah rumit yang membutuhkan konsentrasi tinggi salah satunya pada pelajaran matematika.

Berdasarkan pemaparan di atas, bahwa musik klasik Mozart memiliki keunggulan yang luar biasa sehingga dapat di integrasikan dalam pembelajaran matematika terutama dalam menurunkan kecemasan matematika pada siswa. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut masalah ini dengan judul “Penggunaan Media Musik Klasik Mozart Untuk Menurunkan Kecemasan Siswa SMP Dalam Menghadapi Pelajaran Matematika”. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana cara menggunakan media musik klasik Mozart dalam proses pembelajaran matematika untuk menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika dan bagaimana pengaruh media musik klasik mozart sehingga dapat menurunkan kecemasan matematika pada siswa SMP.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian pustaka (*Library Research*). Menurut Mestika (2004 : 3) penelitian pustaka atau riset pustaka adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan koleksi perpustakaan saja tanpa memerlukan riset lapangan. Adapun tujuan peneliti menggunakan *library research* atau penelitian kepustakaan adalah disebabkan penyesuaian kondisi di tengah pandemi Covid - 19, yang tidak memungkinkan peneliti untuk melakukan penelitian di lapangan. Dalam penelitian ini, peneliti ingin memperoleh sumber data penelitian baik dari buku, skripsi, jurnal, dan lain - lain dengan cara melakukan penelaah temuan - temuan yang berkaitan dengan topik penelitian ini yaitu mengenai penggunaan dari media musik klasik Mozart untuk menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika. Sumber data yang digunakan oleh peneliti adalah berupa data sekunder yang peneliti peroleh dengan menganalisis data/temuan dari skripsi dan jurnal untuk menjawab pertanyaan dalam penelitian ini. Terdapat 5 sumber data sekunder yang peneliti gunakan yaitu :

- 1) Jurnal yang disusun oleh Dewi Winja Susanti & Faridah Ainur Rohmah dengan judul penelitiannya "*Efektivitas Musik Klasik Untuk Menurunkan Kecemasan Matematika (Math Anxiety) Pada Siswa Kelas XI*" pada tahun 2011 dari Universitas Ahmad Dahlan, Fakultas Psikologi. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen *pretest posttest control group design*. Dari penelitiannya diperoleh hasil bahwa musik klasik efektif dalam menurunkan kecemasan matematika pada siswa kelas XI.
- 2) Skripsi yang disusun oleh Ainun Rahmatur Rizki dengan judul penelitiannya "*Perbedaan Kecemasan Matematika Ditinjau Dari Pemberian Musik Klasik Mozart*" pada tahun 2018 dari Universitas Muhammadiyah Malang, Fakultas Psikologi. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan desain *control group pretest dan posttest*. Hasil penelitiannya menunjukkan ada perbedaan antara kelompok control dan kelompok eksperimen yang menunjukkan bahwa musik klasik Mozart memiliki pengaruh terhadap tingkat kecemasan matematika pada siswa Sekolah Dasar.
- 3) Jurnal yang disusun oleh Moh. Saifudin dan Pandu Wijaya dengan judul penelitiannya "*Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja (13 - 15 Tahun) di SMP Negeri 2 Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro*" pada tahun 2016 dari

Stikes Muhammadiyah Lamongan. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan desain *one group pretest and posttest*. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan remaja (13 – 15 tahun) pada siswa SMP.

- 4) Jurnal yang disusun oleh Risa Yupitasari, Rahmawati, Raudah Zaimah Dalimuthe, dengan judul penelitiannya “*The Effect of Using Music Classic (Mozart) towards Student Anxiety Before The Exams*” pada tahun 2020 dari Universitas Ageng Tirtayasa, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan desain *pretest and posttest control group design*. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat perubahan hasil sebelum dan sesudah diberikan treatment, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penggunaan musik Mozart dalam menurunkan kecemasan siswa SMP Negeri 1 Ciruas menjelang ujian.
- 5) Skripsi yang disusun oleh Cristina Susi Rahayu dengan judul penelitiannya “*Efektivitas Terapi Musik Instrumental Dalam Menurunkan Kecemasan Matematika Bagi Siswa Kelas VIII A SMPN Pangudi Luhur 1 Klaten Pada Materi Sistem Persamaan Linier Dua Variabel*” pada tahun 2016 dari Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, Program Studi Pendidikan Matematika. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif kualitatif - kuantitatif. Dari hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penggunaan terapi musik instrumental efektif untuk menurunkan kecemasan matematika pada siswa SMP.

Adapun teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah analisis isi (*content analysis*). Menurut Eriyanto (2011: 10) pengertian dari analisis isi (*content analysis*) adalah suatu metode ilmiah untuk mempelajari dan menarik kesimpulan atas suatu fenomena dengan memanfaatkan dokumen (teks). Melalui analisis isi, digunakan untuk mengecek apakah kesimpulan yang dibuat oleh peneliti sah atau tidak dalam hal ini didukung oleh temuan dalam analisis isi. Selanjutnya, setelah menganalisis isi dari sumber data yang sudah dikumpulkan peneliti, terdapat 3 tahapan yang dilakukan oleh peneliti untuk menganalisis data menurut Menurut Miles, Huberman dan Saldana (2014) yaitu kondensasi data (*Data Condensation*), penyajian data (*Data Display*) dan penarikan kesimpulan (*Conclusion Drawing*).

Hasil dan Pembahasan

1. Cara penggunaan media musik klasik mozart untuk menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008 : 852) penggunaan diartikan sebagai proses, cara, perbuatan memakai sesuatu. Dalam penelitian ini maksud dari penggunaan adalah diartikan sebagai suatu cara pemakaian dalam mengimplementasikan media musik klasik Mozart dalam proses pembelajaran matematika sehingga dapat menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika. Pada dasarnya interaksi siswa dengan media pembelajaran adalah salah satu strategi penyampaian yang sangat penting di dalam proses pembelajaran.

Dalam proses pembelajaran di kelas berkaitan erat dengan kompetensi guru, siswa, kurikulum, beserta sarana dan prasarana pendukungnya. Dalam proses belajar mengajar, peran media sangat beraneka ragam dan merupakan bagian dari komponen yang memiliki peranan penting. Guru diharapkan dapat mengetahui dan memahami bahkan menggunakan media dalam pembelajaran agar suasana pembelajaran di dalam kelas dapat menjadikan siswa tidak cepat bosan, gelisah, tegang, dan cemas sehingga siswa merasa nyaman dan proses pembelajaran dapat berjalan lancar dan menjadi lebih efektif. Penggunaan media musik klasik Mozart sangat membantu bagi siswa dalam proses pembelajaran, media musik klasik Mozart ini dapat di integrasikan dalam proses pembelajaran salah satunya pada pelajaran matematika. Pentingnya media musik klasik Mozart ini di dalam pembelajaran agar siswa lebih relaks, tidak bosan dan tidak tegang dalam proses pembelajaran. Karena biasanya siswa merasa gelisah, cemas dan merasa jenuh di dalam proses pembelajaran seakan - akan mereka mengemban beban yang berat pada waktu mengikuti pembelajaran matematika di dalam kelas.

Seperti yang kita ketahui bahwa matematika adalah suatu pelajaran yang dianggap sulit oleh siswa. Siswa menganggap bahwa matematika adalah suatu pelajaran yang menakutkan dimana matematika sebagai ilmu yang kering, abstrak, teoritis, penuh dengan lambang-lambang dan rumus yang sulit (Kamarullah, 2017). Menurut Masruroh (2015) adanya pandangan negatif siswa tentang matematika yang dianggap pelajaran sulit, akan menimbulkan kecemasan pada saat pembelajaran matematika maupun pada saat tes/ujian. Pandangan tersebut dapat muncul karena karakteristik matematika yang

bersifat abstrak, logis dan sistematis dan penuh dengan lambang, rumus yang membingungkan serta anggapan tersebut dapat diperburuk dengan kondisi pembelajaran yang tidak menyenangkan di masa lalu atau masa kini.

Menurut Astuti (2016) kecemasan siswa terhadap matematika dapat dikategorikan pada jenis *state anxiety* yaitu sesuatu reaksi emosi yang bersifat sementara dan timbul pada situasi tertentu yang dianggap seseorang sebagai suatu ancaman. Biasanya siswa yang mengalami kecemasan matematika akan merasa dirinya dihadapkan pada suatu realitas yang dapat menimbulkan perasaannya menjadi tertekan dan merasa tegang. Siswa yang mengalami kecemasan akan menganggap menghadapi matematika adalah sebuah ancaman dan mereka menyangka akan terjadi sesuatu hal – hal yang pastinya tidak menyenangkan ketika belajar matematika.

Menurut Susanti dan Rohmah (2011) kecemasan matematika dapat muncul pada diri siswa sedini mungkin ketika mereka duduk dibangku kelas empat sekolah dasar (SD) dan puncaknya berada di sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA). Seperti yang diungkapkan oleh Saifudin dan wijaya (2016) bahwa masalah kecemasan remaja pada usia 13 - 15 tahun pada umumnya seusia jenjang SMP (Sekolah Menengah Pertama) adalah karena kesulitan belajar. Kesulitan belajar adalah suatu kondisi dimana remaja tidak menunjukkan prestasi yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Pada usia tersebut sangat rentan mengalami kecemasan karena memasuki periode remaja awal dimulai dengan permulaan pubertas dan berkembangnya stabilitas emosional pada diri mereka. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa masalah yang dihadapi oleh siswa SMP (Sekolah Menengah Pertama) adalah faktor kesulitan belajar. Faktor tersebut dapat memicu kecemasan pada diri siswa, ketika mereka merasa tidak mampu menunjukkan prestasi yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Apalagi terhadap pelajaran matematika, yang menurut pandangan sebagian besar siswa adalah pelajaran yang sulit, abstrak, penuh dengan rumus – rumus yang membingungkan. Hal inilah yang membuat siswa merasa cemas ketika menghadapi pelajaran matematika.

Menurut Alexander & Martray (dalam Astuti, 2016) dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran matematika, ada 3 titik kegiatan dimana siswa mengalami kecemasan matematika yaitu kecemasan saat melaksanakan pembelajaran matematika, kecemasan terhadap tes/ujian matematika dan kecemasan terhadap tugas - tugas dan perhitungan numerical matematika. Dari tiga kegiatan tersebut, gejala - gejala kecemasan matematika

yang dialami siswa dapat muncul dan terdeteksi secara psikologis, fisiologis, dan aktivitas sosial atau sikap tingkah lakunya. Berlandaskan pada teori sebelumnya aspek-aspek yang terdapat dalam kecemasan matematika yaitu fisiologis meliputi kondisi jasmani serta fungsi tubuh. Misalnya badan berkeringat ketika akan berhadapan dengan matematika, denyut jantung meningkat atau bahkan mengalami ketegangan, aspek kognitif berkaitan dengan pola pikir siswa dalam pembelajaran matematika misalnya muncul-muncul pemikiran yang negatif, sulit berkonsentrasi, aspek afektif yang berasal dari emosi dan dari dalam diri. Misalnya takut apabila terlihat bodoh, takut mendapatkan nilai jelek, ragu akan kemampuan diri sendiri. Biasanya siswa akan merasa lebih rendah ketika mendapatkan hasil yang rendah dibanding teman-teman yang lain (Whyte & Anthony, 2012). Aspek-aspek inilah yang menjadi acuan dalam penelitian ini dapat dirubah ataupun dikurangi dengan menggunakan musik klasik Mozart.

Menurut dari Yuspitarsi (2020) kecemasan siswa sebelum ujian/ulangan dapat menggambarkan pengalaman subjektif dari kekhawatiran atau ketegangan selama penilaian tes, dimanifestasikan dalam kognitif, afektif dan fisiologis. Dalam situasi ini siswa merasakan reaksi emosional yang tidak menyenangkan, yang disebabkan karena kurangnya penguasaan materi dan kurangnya konsep pembelajaran. Berdasarkan hasil penelitiannya di SMP Negeri 1 Ciruas, siswa mengalami penurunan kecemasan setelah mendapatkan perlakuan dengan mendengarkan media musik klasik Mozart selama 30 menit saat siswa mengerjakan ulangan. Menurut Rizki (2018) Pemberian musik klasik Mozart adalah salah satu cara secara nonverbal dengan mendengarkan melodi-melodi yang memiliki irama dan frekuensi-frekuensi 5000-8000 Hz Bentuk musik klasik yang diberikan yaitu *Canon in-D Pachelbel's* dan *Symphony no.40 in G Minoryang* diputarkan saat siswa mengerjakan soal – soal matematika selama 20 – 30 menit membuat gejala - gejala kecemasan matematika yang dialami oleh siswa yang meliputi aspek kognitif, afektif dan fisiologis dapat mengalami penurunan. Musik klasik mozart dapat menjadikan suasana bahagia, bersemangat dan membuat siswamemiliki motivasi. Dengan irama dan frekuensi itulah yang membuat subjek menjadi lebih tenang sehingga mampu mengurangi kecemasan yang dirasakan.

Hal ini juga sejalan, berdasarkan penelitian Susanti dan Rohmah (2011) yang menyatakan bahwa pada saat siswa mendengarkan musik klasik Mozart sambil mengerjakan soal matematika dapat memberikan efek positif bagi siswa, yaitu merasakan tenang dan dapat berpikir jernih saat belajar menggunakan musik klasik. Mereka tidak lagi merasakan

jantung berdebar kencang dan justru lebih fokus saat belajar matematika. Hal tersebut dibuktikan pada Tempo yang lembut dan tampak megah pada musik jenis *Symphony no.40 in G Minor* karya Mozart memberikan energi positif dan efek semangat bagi subyek. Selain itu, subyek merasa tenang pada musik *Canon in-D Pachelbel's* yang bertempo lambat. Subyek berpendapat setelah mendengarkan lagu tersebut, kejenuhan dan perasaan yang kacau melebur seketika dan berganti dengan perasaan seimbang serta damai. Menurut Potter & Perry (dalam Hayati, 2017) bahwa ada pengaruh waktu pemberian terapi musik terhadap penurunan tingkat kecemasan yaitu durasi pemberian terapi musik selama 10 – 15 menit dapat memberikan efek relaksasi, sedangkan pemberian musik selama 15 – 20 menit dapat memberikan efek stimulasi dan selama 30 menit dapat memberikan efek sebagai terapi.

Berdasarkan lima sumber data yang sudah dikumpulkan dan dianalisis oleh peneliti, bahwa cara menggunakan media musik klasik Mozart dapat diberikan oleh guru pada kegiatan inti pembelajaran yaitu ketika siswa mengerjakan tugas matematika, berdiskusi kelompok, dan pada saat ulangan matematika. Karena pada kegiatan tersebut dapat terdeteksi gejala - gejala kecemasan siswa baik aspek kognitif, afektif dan fisiologisnya. Dengan mendengarkan musik klasik Mozart yang memiliki frekuensi 5000 – 8000 Hz pada jenis musik *Symphony no.40 in G Minor* dan *Canon in-D Pachelbel's* yang diputarkan saat siswa melaksanakan kegiatan inti pembelajaran dapat memberikan efek positif bagi siswa yaitu berupa perasaan tenang, relaks dan lebih bersemangat dalam belajar matematika.

2. Pengaruh penggunaan media musik klasik mozart terhadap kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika.

Menurut KBBI (2008 : 849), pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti mengartikan bahwa pengaruh adalah suatu daya atau dampak yang timbul dari sesuatu perubahan dan apa yang telah dirasakan oleh seseorang atau benda setelah mendapatkan suatu stimulus sehingga dapat mempengaruhi si penerima stimulus tersebut. Maka disini peneliti mencoba menjelaskan kembali tentang dampak atau efek akibat pengaruh dari penggunaan media musik klasik Mozart sehingga dapat menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika. Jamalus (Kustap, 2008 : 15) berpendapat bahwa musik adalah karya seni

bunyi yang berbentuk lagu atau komposisi musik yang mengungkapkan pikiran dan perasaan penciptanya melalui unsur-unsur musik yaitu irama, melodi, harmoni, bentuk dan struktur lagu dan ekspresi sebagai satu kesatuan. Terapi musik berdampak positif untuk mengatasi stress dan mengurangi kecemasan karena rangsangan musik dapat mengaktifkan jalur-jalur spesifik didalam beberapa area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku dan emosional. Dengan mendengarkan musik, sistem limbik ini teraktivasi sehingga kekebalan tubuh meningkat dan merangsang pengeluaran endorphin dan serotonin yaitu sejenis morfin alami dalam tubuh sehingga individu yang mendengarkannya menjadi rileks, dan saat keadaan relaks kecemasan menjadi menurun (Djohan,2005 : 48).

Menurut Cambell (2001) bahwa musik klasik karya Mozart sering menjadi acuan untuk terapi musik. Karena hampir semua musik klasik karya Mozart memiliki nada - nada dengan frekuensi tinggi, rentang nada yang begitu luas, dan tempo yang dinamis, sehingga mampu merangsang dan memberi daya kepada daerah - daerah kreatif dan motivatif dalam otak yang dapat menggugah daya konsentrasi sehingga membuat seseorang yang mendengarnya merasa relaks, tenang dan damai. Selaras dengan hal tersebut pada hasil penelitian Susanti dan Rohmah (2011) menunjukkan bahwa adanya pengaruh musik klasik mozart terhadap penurunan kecemasan siswa dalam pelajaran matematika pada siswa kelas XI yaitu pada musik klasik Mozart yang bertempo lambat dapat menurunkan kecemasan siswa saat mengerjakan soal matematika sambil mendengarkan musik. Musik dengan tempo lambat dapat memberikan efek positif bagi tubuh, terutama memperlambat detak jantung yang cepat sehingga dapat menenangkan pikiran seseorang yang kacau dan dapat berkonsentrasi. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* menunjukkan adanya penurunan skor yang signifikan antara pretest dan posttest pada kelompok eksperimen (KE) dengan $p = 0,014$ yang mengindikasikan musik klasik efektif dalam menurunkan kecemasan matematika pada siswa.

Hal yang serupa juga ditemukan pada hasil penelitian Rizki (2018) bahwa mendengarkan musik klasik Mozart dengan frekuensi 5000 – 8000 Hz yang terdapat pada musik klasik Mozart jenis *Canon in D Pachelbels* dan *Symphony no. 40 in G minor* yang diperdengarkan selama 20 – 30 menit dapat memberikan efek terapi untuk menurunkan kecemasan matematika pada siswa SD. Hal ini dibuktikan pada saat pelaksanaan intervensi efek dari musik dapat memberikan dampak positif bagi subyek yang mendengarnya,

musik klasik Mozart dapat menjadikan suasana bahagia, bersemangat dan membuat subyek menjadi lebih tenang sehingga mampu mengurangi kecemasan yang dirasakan. Dari hasil penelitian saifudin dan pandu (2016) juga menyatakan pengaruh dari musik klasik dapat menurunkan kecemasan remaja tingkat SMP yang disebabkan karena faktor kesulitan belajar. Hasil penelitiannya menunjukkan lebih dari sebagian (79,4%) remaja tingkat SMP yang telah diberikan terapi musik klasik terjadi penurunan kecemasan. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengujian statistik yang menunjukkan terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan remaja (13-15 tahun) dengan nilai Z yang didapat sebesar -4,026 dan tingkat signifikansi 0,000 ($P < 0,05$). Hal yang serupa juga ditemukan pada hasil penelitian Rahayu (2016) bahwa dengan pemberian terapi musik instrumental dapat menurunkan kecemasan siswa SMP pada pelajaran matematika. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitiannya dari 38 siswa, sebanyak 31 siswa (86,11%) mengalami penurunan kecemasan matematika. Begitupun pada hasil penelitian Yupitasari, dkk (2020) yang menyatakan bahwa penggunaan musik klasik Mozart dapat mengurangi kecemasan siswa SMP menjelang ujian/tes. Dari 68 siswa SMP yang memiliki tingkat kecemasan tinggi. Setelah diberikan treatment didapatkan hasil pretest 12,55 dalam kategori tinggi, dan posttest 7,852 dalam kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan perubahan hasil sebelum dan sesudah diberikan perlakuan terapi musik klasik Mozart.

Berdasarkan hasil sumbet data yang peneliti kumpulkan dan analisis ternyata penggunaan musik klasik Mozart dapat menurunkan kecemasan siswa dalam menghadapi pelajaran matematika. Hal tersebut dibuktikan dengan penurunan skor dan adanya perbedaan signifikansi antara kecemasan siswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan setelah mendengarkan musik klasik Mozart serta efek dari musik klasik Mozart dapat dirasakan oleh subyek berupa rasa tenang dan relaks, sehingga dapat menurunkan kecemasan matematika siswa.

Kesimpulan

Dari berbagai penjelasan yang telah peneliti kemukakan di atas, berdasarkan hasil penyatuan dari beberapa teori dan pendapat - pendapat para ahli yang peneliti peroleh dari berbagai sumber baik dari buku, jurnal, skripsi, dan beberapa penelitian relevan lainnya yang dapat mendukung penelitian ini yaitu tentang penggunaan media musik klasik Mozart untuk menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika.

Sehingga berdasarkan analisis yang telah peneliti lakukan, maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Cara penggunaan media musik klasik Mozart untuk menurunkan kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika adalah pada saat melakukan proses pembelajaran matematika, guru dapat memutar musik pada kegiatan inti pembelajaran yaitu pada saat siswa mengerjakan tugas soal matematika, berdiskusi kelompok dan pada saat siswa mengerjakan ulangan. Karena pada saat melakukan kegiatan ini, gejala - gejala kecemasan matematika yang dialami oleh siswa dapat terdeteksi secara kognitif, afektif maupun fisiologisnya. Pada aspek gejala – gejala kecemasan tersebutlah dapat dirubah dan dikurangi dengan mendengarkan musik klasik Mozart selama 20 – 30 menit pada jenis *Symphony no.40 in G Minor* dan *Canon in-D Pachelbel's*. Karena tempo yang lembut dan megah pada jenis musik *Symphony no.40 in G Minor* dapat memberikan energi positif dan efek semangat bagi subyek (siswa). Sedangkan pada jenis musik *Canon in-D Pachelbel's* yang memiliki tempo yang lambat, dapat membuat kejenuhan, dan perasaan yang kacau melebur seketika dan berganti dengan perasaan seimbang serta damai. Sehingga membuat siswa dapat menjadi relaks dan tenang ketika mengerjakan soal matematika dan dapat berkonsentrasi dengan baik.

2. Pengaruh dari penggunaan media musik klasik Mozart terhadap kecemasan siswa SMP dalam menghadapi pelajaran matematika adalah dengan menggunakan musik selama proses pembelajaran dapat mengurangi kecemasan, memberikan ketenangan dan menyegarkan pikiran, meningkatkan intelegensi/konsentrasi, memunculkan rasa semangat, mengurangi rasa stress, dan menurunkan ketegangan. Hal ini dapat ditimbulkan dari efek mendengarkan musik klasik Mozart selama proses pembelajaran. Efek ini dapat terjadi akibat dari stimulasi gelombang alfa yang dihasilkan dari frekuensi musik klasik Mozart sekitar 5000 – 8000 Hz yaitu pada jenis musik *Symphony no.40 in G Minor* dan *Canon in-D Pachelbel's* karya Mozart dapat memberikan efek relaksasi serta dapat menghasilkan hormon serotonin dan endorfin. Dari pengaruh hormon tersebutlah yang dapat membuat relaksasi pada tubuh siswa sehingga dapat memperbaiki suasana hati, relaks, menyenangkan, dan dapat mengurangi kecemasan siswa ketika mengikuti pembelajaran matematika. Hal ini ditunjukkan pada sumber data yang dianalisis peneliti bahwa terjadi penurunan skor kecemasan pada kelompok eksperimen, yaitu semula siswa memiliki tingkat kecemasan kategori tinggi mengalami penurunan menjadi kategori sedang setelah

diberikan perlakuan dari mendengarkan musik klasik Mozart pada saat proses pembelajaran matematika.

Daftar Pustaka

- Anita, I. W. 2014. *Pengaruh Kecemasan Matematika (Mathematics Anxiety) Terhadap Kemampuan Koneksi Matematis Siswa SMP*. Jurnal Ilmiah Program Studi Matematika. Vol 3 (1) : 125 -132
- Astuti, D. 2016. *Anxiety : Apa dan Bagaimana*. Jurnal Pendidikan Matematika : 495-499.
- Aunurrofiq, M & Iwan Junaedi. 2017. *Kecemasan Matematik Siswa Dalam Menyelesaikan Soal -Soal Pemecahan Masalah*. UJMER. Vol 7 (2) : 157 -166.
- Campbell, D. 2001. *Efek Mozart, Memanfaatkan Kekuatan Musik Untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, Dan Menyehatkan Tubuh*. Jakarta : Penerjemah T. Hermaya, Gramedia Pustaka.
- Ekawati, A. 2015. *Pengaruh Kecemasan Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas VII SMPN 13 Banjarmasin*. Jurnal Pendidikan Matematika. Vol 1 (3) : 164-169.
- Hayati, F. 2017. *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Wanita Menopause Di Wilayah Pisangan, Ciputat Timur, Tangerang Selatan*. Skripsi. Ilmu Keperawatan. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Kamarullah. 2017. *Pendidikan Matematika Di Sekolah Kita*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Matematika. Vol 1(1) : 21 - 32.
- Kidd, J. S. 2003. *The Effects Of Relational Teaching And Attitudes On Mathematics Anxiety*. thesis. North Carolina : Department of Mathematics, Science and Technolohy Education.
- Maloney. dkk. 2013. *Mathematics anxiety and stereotype threat : shared mechanisms, negative sonsequences and promising interventions*. Research in Mathematics Education. Vol 15 (2) : 115 - 128.
- Masruroh, Laili. 2015. *Pengaruh Kecemasan Siswa Pada Matematika Terhadap Hasil Belajar Matematika di SMP*. Jurnal Pendidikan Matematika STKIP Sidoarjo. Vol 3 (2) : 175 – 185.
- Mestika, Zed. 2004. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta : Yayasan Bogor Indonesia.
- Merdekawati, P. H. 2018. *Efektivitas Penggunaan Musik Klasik Sebagai Pengiring Pembelajaran Matematika Siswa Kelas IV SD Panggudi Luhur Yogyakarta*. Skripsi. Pendidikan Matematika. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Miles, Huberman dan Saldana. 2014. *Qualitative Data Analysis*. America : SAGE Publication
- Prakoso, Yans Al dkk. 2017. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Hasil dan Aktivitas Belajar Matematika Siswa Kelas VII di SMPN 2 Kota Bengkulu*. Jurnal Penelitian Pembelajaran Matematika Sekolah (JP2MS).Vol. 1(1) : 1-10
- Rahayu, Christina Susi. 2016. *Efektivitas Musik Instrumental Dalam Menurunkan Kecemasan Matematika Bagi Siswa Kelas VIII A SMPN Pangudi Luhur 1 Klaten Pada Materi Sistem Persamaan Linier Dua Variabel*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Matematika. Yogyakarta : Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Rahman, Ulfiani. dkk. 2015. *Pengaruh Kecemasan Dan Kesulitan Belajar Matematika Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas X MA Negeri 1 Watampone Kabupaten Bone*. Jurnal Matematika dan Pembelajaran (Mapan). Vol 3 (1) : 86 - 102.

- Rizki, A. R. 2018. *Perbedaan Kecemasan Matematika Ditinjau Dari Pemberian Musik Klasik Mozart*. Skripsi. Psikologi. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Saputra, Paulus Roy. 2014. *Kecemasan Matematika dan Cara Menguranginya (Mathematics Anxiety and How to Reduce It)*. Pythagoras. Vol 3 (2) : 75 -84.
- Siagian, Muhammad Daud. 2016. *Kemampuan Koneksi Matematika Dalam Pembelajaran Matematika*. MES (Journal Of Mathematics Education And Science). Vol 2(1). 58 - 67.
- Sugiatno, dkk. 2017. *Tingkat Dan Faktor Kecemasan Matematika Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Jurnal Pendidikan dan Khatulistiwa. Vol 16 (10) : 1-12.
- Saifudin, Moh. dan Pandu Wijaya. 2016. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja (13 - 15 Tahun) di SMP Negeri 2 Kecamatan Baureno Kabupaten Bojonegoro*. Journals Of Ners Community. Vol 7 (1) : 1-14.
- Sumaryanta. dkk. 2019. *Pemetaan Hasil Ujian Nasional Matematika*. Indonesian Digital Journal of Mathematics and Education . Vol 6 (1): 1-15
- Suparjo, Veronica Puspitaningrum. 2007. *Studi Deskriptif Kecemasan Siswa SMP Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika*. Skripsi. Psikologi. Yogyakarta.: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Sariyasa, S. F & I.N. Suparta. 2014. *Tingkat Kecemasan Dan Apresiasi Matematika Ditinjau Dari Gender Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri Sekecamatan Poco Ranaka Barat, Kabupaten Manggarai Timur Ajaran 2013/2014*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Matematika Indonesia. Vol 3 (1) : 1-12.
- Susanti, Dewi Winja & Faridah Ainur Rohmah. 2011. *Efektivitas Musik Klasik Untuk Menurunkan Kecemasan Matematika*. Jurnal Humanitas. Vol 8 (2) : 130 – 141.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional
- Wicaksono, Arief Budi & M. Saufi. 2013. *Mengelola Kecemasan Siswa Dalam Pembelajaran Matematika*. Jurnal Seminar Nasional Pendidikan Matematika. Vol 1 (2) : 1-6.
- Yupitasari, Risa. dkk. 2020. *The Effect of Using Music Classic (Mozart) towards Student Anxiety Before The Exams*. Journal of Family Sciences. Vol 05 (1) : 47 - 56.
- Whyte, Julie & Glenda Anthony. 2012. *Math Anxiety : The Fear Factor In The Mathematics Classroom. New Zealand of Teachers Work*. Vol 9 (1) : 6 -15.