

Analisis Faktor Kecemasan dalam Keterampilan Menyimak terhadap Proses Belajar Anak Kelas VI tingkat Sekolah Dasar saat Menghadapi Ujian Akhir Sekolah

Riris Nurkholidah Rambe, Ardila Sari, Dwika Aulia Fitrah Panjaitan, Nur Aisyah Dalimunthe, Liza Umami, Wilda Rahmayani Ritonga

Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

*E-mail : ririsnurkholida@uinsu.ac.id, sariardila56@gmail.com dwikaaulia4@gmail.com
aisyahdalimunthe81@gmail.com lizaumamilbs03@gmail.com
wildarahmayaniritonga@gmail.com*

Abstrak

Secara umum, kecemasan bisa membuat gangguan hubungan interpersonal dan mengakibatkan seseorang jadi kacau pikirannya. Faktor kecemasan pastinya akan mengganggu siswa dalam pembelajaran baik itu menyimak, membaca menulis, menghafal dan lainnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah faktor kecemasan pada anak SD dalam menghadapi ujian akhir sekolah dapat mengganggu keterampilan menyimak siswa. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian pustaka (*library research*). Berbagai data yang didapatkan berasal dari kajian pustaka yang dilakukan penulis yang diperoleh dalam berbagai buku-buku dan jurnal-jurnal lalu di olah dan di analisa berdasarkan hasil referensi yang didapatkan, lalu dikembangkan dengan argumen dari penulis supaya menghasilkan tujuan dari penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak sering cemas ketika menghadapi ujian akhir.

Kata kunci: Sekolah Dasar, Anak, Ujian Akhir Sekolah, Kecemasan

Abstract

In general, anxiety can disrupt interpersonal relationships and cause a person to become confused. The anxiety factor will certainly interfere with students in learning, be it listening, reading, writing, memorizing and others. The purpose of this study was to find out whether the anxiety factor in elementary school children in facing school final exams can interfere with students' listening skills. The research method used is library research. The various data obtained came from a literature review conducted by the author which was obtained in various books and journals and then processed and analyzed based on the reference results obtained, then developed with the author's arguments in order to produce the objectives of this study. The results of this study indicate that children are often anxious when facing final exams.

Pendahuluan

Suatu proses yang sangat penting adalah pendidikan, yang dilakukan untuk keberlangsungan hidup manusia baik dimasa ini maupun masa depan. Dalam sebuah negara, pendidikan itu adalah salah satu modal untuk mencapai kemajuan dan perkembangan negaranya. Dengan pendidikan diharapkan terciptanya generasi baru yang berkualitas dari segi apa pun untuk berkembangnya hidup berbangsa dan negara. Dalam sistem pertahanan sebuah Negara dan kemajuan suatu bangsa dari bangsa lain yang berperan penting adalah pendidikan. Seperti di negara Indonesia yang memiliki cukup banyak penduduk. Pendidikan pada instansi formal dalam kementerian pendidikan merupakan suatu hal yang wajib dilaksanakan di Indonesia yaitu Sekolah Dasar (SD) yang wajib adanya guru sebagai peranan penting.

Kewajiban dan tugas guru di Sekolah Dasar (SD) adalah memberikan informasi berupa ilmu pengetahuan tentang sebuah pelajaran bagi muridnya yang menerima pengetahuan tersebut. Pada tingkatan awal, murid Sekolah Dasar pastinya akan diberi pengetahuan mengenai calistung (baca, tulis, hitung). Kemampuan membaca, menulis, dan berhitung sangat penting dan berguna dalam kehidupan sehari-hari. Pada tingkat tinggi yaitu kelas 6 SD, siswa pastinya dihadapkan kepada ujian akhir sekolah bahkan ujian nasional untuk melanjutkan pendidikan ke tingkat SMP.

Semangat Siswa SD pastinya selalu berubah-ubah untuk belajar dalam jangka waktu pendek atau pun panjang. Guru perlu membuat strategi pembelajaran dan menyusun proses belajar mengajar dengan sangat baik dapat menambah semangat belajar serta kebiasaan menyimak murid. Kebiasaan menyimak pembelajaran diharapkan harus segera diperhatikan karena berkaitan pada seluruh proses belajar siswa secara langsung. Terkhusus pada kelas awal atau kelas 1 dengan

keberhasilan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah sangat ditentukan oleh pemahaman pelajaran mereka, salah satu pendukungnya yaitu dengan fokus menyimak pembelajaran dengan baik.

Menyimak merupakan mengikuti segala kegiatan pembelajaran dengan baik dan fokus atas sekelilingnya. Menyimak adalah suatu konsep dasar yang ada dalam pembelajaran SD, dikarenakan menyimak berperan penting untuk siswa. Pada saat siswa menyimak informasi dengan baik dan fokus, maka materi yang disampaikan guru pastinya akan membuat siswa lebih paham. Bukan hanya menyimak guru yang menjelaskan, namun menyimak setiap proses pembelajaran dikelas, baik itu guru, siswa lain, membaca serta kegiatan responsif lainnya.

Untuk menghadapi ujian akhir sekolah, tentunya para siswa harus semakin giat belajar agar hasil yang diperoleh juga maksimal. Beberapa hal pastinya akan membuat siswa merasa cemas akan hasil tersebut. Hampir setiap siswa memiliki kecemasan akan ujian akhir sekolah, karena mereka dituntut untuk terampil dengan baik. Dengan demikian, kecemasan tersebut tidak menutup kemungkinan akan mengganggu anak dalam proses pembelajaran seperti menyimak pembelajaran dikelas. Adanya gangguan anak saat menyimak pembelajaran merupakan keadaan yang membuat siswa terhambat dalam belajar, penyebabnya dikarenakan ada faktor-faktor penyebabnya yang mengakibatkan siswa merasa kesulitan serta tidak dapat mengikuti pembelajaran dengan fokus. Hambatan atau gangguan tersebut merupakan sebuah keadaan yang bisa membuat pengaruh kepada siswa sehingga tidak dapat mencapai keberhasilan belajar sehingga tujuan pembelajaran pun tidak tercapai. Adanya hambatan dapat terjadi dikarenakan ada faktor-faktor yang mempengaruhinya seperti faktor internal

(dari dalam) dan faktor eksternal (dari luar atau lingkungan).

Menurut Hall dan Lindzey (1993), kecemasan merupakan ketegangan yang dihasilkan dari ancaman-ancaman terhadap keamanan, baik nyata maupun hanya imajinasi belaka. Pada umumnya kecemasan dapat mengganggu hubungan interpersonal dan menyebabkan pikiran menjadi kacau. Faktor kecemasan pastinya akan mengganggu siswa dalam pembelajaran baik itu menyimak, membaca, menulis, menghafal dan lainnya. Siswa terkhususnya kelas 6 SD tentunya akan berpikir bagaimana caranya pada saat ujian akhir sekolah bisa mendapatkan hasil yang baik karena hal tersebut menentukan sekolah lanjut mereka.

Menurut (Kasiyun, 2015) berpendapat bahwa ada empat hal kemampuan penting yang perlu dimiliki oleh semua orang dalam pembelajaran, yaitu menyimak, berbicara, membaca, dan menulis. Kecemasan merupakan perasaan tidak menyenangkan yang terdiri atas respon-respon psikofisiologis terhadap antisipasi bahaya yang tidak nyata atau terbayangkan, secara nyata. Dari pembahasan diatas, maka atas dasar itu penelitian ini menganalisis faktor kecemasan terhadap keterampilan menyimak dalam belajar anak SD kelas 6 saat menghadapi ujian akhir sekolah, untuk mengetahui apakah faktor kecemasan pada anak SD dalam menghadapi ujian akhir sekolah dapat mengganggu keterampilan menyimak siswa.

Metode Penelitian

Pengembangan penelitian merupakan kegiatan pengumpulan, pengolahan, analisis, dan penyajian data yang dilakukan secara sistematis dan objektif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode Kajian Pustaka yakni dengan cara menelusuri berbagai sumber referensi untuk mendapatkan data yang benar dalam menjelaskan topik pembahasan. Alasannya

adalah bahwa untuk dapat menjawab permasalahan yang telah dipaparkan dalam pendahuluan tersebut diatas sangat membutuhkan analisa yang sangat mendalam untuk memperoleh jawaban dari apa yang telah dirumuskan dalam pendahuluan di atas.

Jenis penelitian ini adalah penelitian Pustaka (library research). Data yang diperoleh dari hasil referensi-referensi penulis didapatkan dalam berbagai buku-buku dan jurnal-jurnal yang di olah dan di Analisa berdasarkan hasil referensi yang didapatkan, kemudian dikembangkan dengan imajinasi dari penulis agar dapat menghasilkan sebuah tujuan dari penulisan ini.

Kajian Teori

A. Pengertian Keterampilan Menyimak

Secara teoritis pengertian dari menyimak ialah mendengar atau mendengarkan. Mendengarkan disebut juga dengan reseptif pasif yang terjadi karena seseorang memiliki indra pendengaran (telinga). Jadi, seseorang bisa mendengar kapan saja tanpa sengaja maupun disengaja dengan apa yang telah ia dengar bisa melalui bunyi maupun lisan.

Menyimak ialah suatu kegiatan dalam mendengarkan seseorang dengan penuh perhatian dan memberikan pemahaman, baik secara lisan maupun tulisan. Menyimak juga dapat menghasilkan informasi yang sangat bermakna dari seseorang dengan apa yang telah ia dengar sehingga membangun kemampuan berbicara seseorang.

Keterampilan menyimak ialah suatu bentuk keterampilan secara bahasa dalam mendengarkan seseorang serta menghasilkan informasi secara tepat dan jelas, dalam menyimpan dan mengambil informasi yang relevan dengan komunikasi (memori) dan interpretasi (berfikir). Semakin besar daya ingat seseorang dalam

menyimak maka akan semakin besar pula daya serap informasi atau pengetahuan yang ia peroleh.

Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi keterampilan menyimak ialah sebagai berikut :

1. Faktor fisik
 - a. Ukuran gizi yang sangat minim
 - b. Sering kelelahan
 - c. Ruangan yang terlalu panas, lembab dan dingin
 - d. Seseorang dalam keadaan bingung (tidak fokus)
 - e. Suara keributan dari jalan atau sekolah
2. Faktor sikap
 - a. Pembicara harus pandai memilih topik yang disenangi oleh penyimak.
 - b. Penampilan berbicara yang mengasikkan membuat siswa merasa tidak jenuh.
 - c. Pembicara harus memahami karakter penyimak sehingga dapat menarik perhatian dan minat siswa.
 - d. Pokok – pokok dalam pembicaraan yang telah disetujui oleh penyimak secara seksama dapat di simak dengan penuh perhatian.
3. Faktor psikologis
 - a. Kurangnya simpati dan empati dari pembicara
 - b. Memiliki keegoisan yang tinggi
 - c. Kebosanan atau tidak ada perhatian dari subjek
4. Faktor jenis kelamin
Pria :
 - a. Objektif
 - b. Aktif
 - c. Analisis
 - d. Rasional
Wanita :
 - a. Subjektif
 - b. Pasif
 - c. Sensitif

- d. Mudah terpengaruh
5. Faktor lingkungan
 - a. Kurangnya interaksi antara orang lain sangat mempengaruhi kemampuan dalam memperoleh informasi yang bermakna.

B. Pengertian Kecemasan

Kecemasan diartikan sebagai sebuah sikap yang diakibatkan oleh stres atau tekanan terhadap tubuh seseorang sehingga menyebabkan efek kondisi yang berbahaya (sakit) yang merugikan diri sendiri.

Kecemasan ialah suatu kondisi dimana seseorang merasa sangat khawatir terhadap dirinya serta respon nyata, takut, dan cemas berlebihan terhadap suatu peristiwa yang di alaminya sehingga perasaan merasa tidak nyaman.

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam gangguan kecemasan, terhadap proses belajar anak antara lain :

- a. Gejala fisik, ialah seorang anak tidak mampu dalam mengerjakan sebuah tugas yang diberikan oleh guru karena merasa gugup dan merasa tidak percaya diri
- b. Gejala kognitif, ialah seorang anak takut hasil yang diberikan tidak sesuai apa yang ia inginkan, dan seorang anak takut hasil tersebut menjadi bahan tertawaan.
- c. Gejala perilaku, ialah seorang anak berdiam diri ketika di suruh oleh guru tidak mau mengerjakan soal yang diberikan oleh guru takut merasa gagal.

C. Orientasi Pelaksanaan Ujian Akhir Sekolah

Pelaksanaan ujian akhir Sekolah membuat siswa menjadi cemas

terhadap hasil yang telah dipelajarinya, seperti ujian harian, ujian akhir sekolah, ujian tengah semester, dan ujian akhir semester. Setiap harinya mereka merasa cemas, maka terkadang siswa harus mampu mengutamakan pendidikan untuk mendapatkan hasil yang di capai.

Kecemasan sangat berpengaruh terhadap proses pelaksanaan ujian akhir Sekolah dalam perkembangan pendidikan, pembelajaran, dan konsentrasi. Orientasi tujuan penguasaan berfokus untuk mendapatkan pemahaman dan menghasilkan pengetahuan baru terhadap siswa, yang menitikberatkan pada cara berfikir siswa, berkaitan dengan prestasi akademik yang dicapai karena tuntutan lingkungan sekitar dan atau tidak ingin terlihat gagal.

D. Pengaruh Kecemasan Belajar Pada Anak

Ada Beberapa hal yang sangat berpengaruh dalam kecemasan terhadap proses belajar pada anak yaitu :

1. Faktor internal
 - a. Minat, kurangnya minat siswa dapat berpengaruh dalam proses pembelajaran dan pembelajaran berjalan secara tidak efektif.
 - b. Persepsi, kemampuan berbicara yang tidak baik dapat berpengaruh dalam menangkap informasi yang jelas
 - c. Fisik, kondisi fisik yang menurun dapat menghambat kemampuan dalam menyimak dalam proses pembelajaran
 - d. Psikologis, kondisi psikologis yang tidak baik dapat menghambat perkembangan terhadap siswa.
2. Faktor eksternal

- a. Lingkungan, lingkungan yang tidak baik membuat siswa menjadi kurang baik dan tidak aktif dalam belajar.
- b. Bahan ajar, ketika guru tidak mempersiapkan bahan ajar maka guru kurang mampu dalam menyampaikan sebuah materi.
- c. Guru, guru sangat berperan aktif dalam proses pembelajaran dan sangat berpengaruh karena guru sebagai fasilitator, dan guru harus mampu mengola kelas pembelajaran yang efektif dan efisien.
- d. Sarana dan prasarana, keterbatasan yang kurang dalam teknologi membuat guru harus lebih aktif dan kreatif.

Hasil dan Pembahasan

1. Keterampilan Menyimak

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah di teliti bahwasanya keterampilan menyimak adalah bentuk keterampilan secara bahasa dalam mendengarkan seseorang serta menghasilkan informasi yang bermakna dari seseorang secara tepat dan jelas. Dalam menyimpan dan mengambil informasi yang relevan dengan komunikasi dan interpretasi. Semakin besar daya ingat seseorang maka akan semakin besar daya serap informasi yang diperoleh.

Pada masalah yang timbul dalam pembelajaran keterampilan menyimak ini yaitu gangguan kecemasan dalam belajar pada anak, serta hal yang diteliti yaitu orientasi pelaksanaan ujian akhir sekolah yang dilakukan masa kini.

2. Gangguan Kecemasan Belajar Pada Anak

Gangguan kecemasan sosial adalah gangguan kecemasan yang paling umum pada manusia, termasuk anaka usia dini. Orang dengan gangguan kecemasan sosial memiliki: pikiran negatif tentang pendapat orang lain atau tentang dirinya, Hal ini menimbulkan kecemasan pada individu yang mengalami penyakit. Gangguan kecemasan sosial tidak hanya menyerang orang muda dan orang dewasa, tetapi juga karena stimulasi yang tidak tepat pada anak usia dini.

Gangguan Kecemasan Sosial Anak Usia Dini adalah suatu kondisi di mana anak-anak merasa takut Berinteraksi dengan orang lain di lingkungan yang bisa berbahaya bagi anak-anak khawatir ditolak atau dikritik secara negatif oleh orang lain. Seorang anak Tidak hanya orang dengan gangguan kecemasan sosial yang pemalu, tetapi anak-anak juga sangat takut dipermalukan sehingga anak selalu menghindari hal-hal yang harus dilakukan. Adapun factor anak yang menyebabkan kecemasan yaitu : factor seperti struktur otak, factor keturunan dan pola asuh yang diberikan oleh orang tua dan juga factor lingkungan.

3. Orientasi Ujian Akhir Sekolah

Hal yang mempengaruhi motivasi pada pembelajaran perkembangan pendidikan, atensi, konsentrasi, dan performa yaitu kecemasan. Yang dimana dalam hal ini untuk memprediksi hasil belajar siswa digunakan teori orientasi tujuan belajar. Ada 2 jenis orientasi tjuan belajar menurut Dweck, Legget dan Elliot yaitu :

- a. Learning goal orientation atau tujuan penguasaan, adalah lebih memfokuskan diri untuk mendapatkan pengetahuan atau materi dan juga menguasai keterampilan baru.
- b. Performance goal orientation atau orientasi

tujuan performa, adalah hal yang lebih menunjukkan diri yang lebih berkompeten dihadapan siswa lainnya.

Pada pendidikan terdapat tugas dalam menyiapkan sumber manusia yang berkualitas untuk mencapai pembangunan Negara. Salah satunya yaitu dengan cara meningkatkan pendidikan di Indonesia melalui ujian. Pada dasarnya kebanyakan siswa merasa cemas sebelum menghadapi ujian, selain itu ujian adaalh hal yang ditakuti oleh para siswa disebabkan siswa takut akan tidak lulus dalam ujian tersebut. Kecemasan yang berlebihan akan berpengaruh pada kehidupan akademik siswa seperti sulitnya berkonsentrasi dan ini akan menyebabkan efek yang buruk terhadap cara belajar siswa.

4. Pengaruh kecemasan belajar pada anak

Kecemasan adalah salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan adanya rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas. Kecemasan dengan intesitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi. Apabila intesitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu terhadap keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan. mengatakan bahwa banyak faktor-faktor pemicu timbulnya kecemasan pada diri siswa. Target kurikulum yang terlalu tinggi, iklim pembelajaran yang tidak kondusif, pemberian tugas yang padat, serta sistem penilaian ketat dan kurang adil dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan yang bersumber dari faktor kurikulum. Begitu juga, sikap dan perlakuan guru yang kurang bersahabat galak, judes dan kurang kompeten merupakan sumber penyebab

timbulnya kecemasan pada diri Kecemasan dapat membangkitkan motivasi siswa untuk mencapai target belajar atau hasil belajar. Namun, di sisi lain kecemasan yang berlebihan atau tingkat kecemasan tinggi tentu akan mengganggu dalam proses belajar yang mengkhawatirkan akan prestasinya itu sendiri. Untuk itu ada kemungkinan, yaitu: 1) Siswa-siswa yang dengan tingkat kecemasan yang rendah berprestasi lebih baik daripada siswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi sesuai dengan pendapat Spielbelger. 2) tingkat kecemasan yang rendah biasanya mendorong belajar, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi mengganggu proses belajar siswa belajar. 3) siswa-siswa dengan tingkat kecemasan yang rendah lebih merasa aman dalam menghadapi tes daripada siswa yang tingkat kecemasannya tinggi. 4) Bila siswa cukup mengenal jenis tes yang akan dihadapi maka kecemasan akan berkurang. 5) Pada tes-tes yang mengukur daya ingat, siswa-siswa yang cemas memberi hasil-hasil yang lebih baik dari pada siswa yang kurang cemas. 6) Kecemasan terhadap tes bertambah bila hasil tes untuk menentukan tingkat-tingkat siswa.

Kesimpulan

Menyimak merupakan mengikuti segala kegiatan pembelajaran dengan baik dan fokus atas sekelilingnya. Menyimak adalah salah satu konsep dasar dalam pembelajaran sekolah dasar, karena menyimak itu sangat penting untuk siswa. Pada saat siswa menyimak informasi dengan baik dan fokus, maka materi yang disampaikan guru pastinya akan membuat siswa lebih paham. Bukan hanya menyimak guru yang menjelaskan, namun menyimak setiap proses pembelajaran dikelas, baik itu guru, siswa lain, membaca serta kegiatan responsif lainnya.

Selain itu, kecemasan merupakan ketegangan yang dihasilkan dari ancaman-

ancaman terhadap keamanan, baik nyata maupun hanya imajinasi belaka. Pada umumnya kecemasan dapat mengganggu hubungan interpersonal dan menyebabkan pikiran menjadi kacau. Faktor kecemasan pastinya akan mengganggu siswa dalam pembelajaran baik itu menyimak, membaca menulis, menghafal dan lainnya. Siswa terkhususnya kelas 6 SD tentunya akan berpikir bagaimana caranya pada saat ujian akhir sekolah bisa mendapatkan hasil yang baik karena hal tersebut menentukan sekolah lanjut mereka. Faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan menyimak ialah: 1. Faktor fisik 2. Faktor sikap 3. Faktor psikologis 4. Faktor jenis kelamin 5. Faktor lingkungan.

Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam gangguan kecemasan, terhadap proses belajar anak antara lain:

- a. Gejala fisik, ialah seorang anak tidak mampu dalam mengerjakan sebuah tugas yang diberikan oleh guru karena merasa gugup dan merasa tidak percaya diri
- b. Gejala kognitif, ialah seorang anak takut hasil yang diberikan tidak sesuai apa yang ia inginkan, dan seorang anak takut hasil tersebut menjadi bahan tertawaan.
- c. Gejala perilaku, ialah seorang anak berdiam diri ketika di suruh oleh guru tidak mau mengerjakan soal yang diberikan oleh guru takut merasa gagal

Daftar Pustaka

Anggaraini Vivi, 2019, Stimulasi Keterampilan Menyimak Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini, *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, vol. 3 no.1, hal. 35.

Aryani Sofia, 2021, Roni Rodiyana, dkk. Media Audio Visual Untuk Keterampilan Menyimak Siswa, *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan*, vol. 3, hal. 268.

Dedy Nugraha Aditya, 2020, Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam, *Journal Of Islamic Psychology*, vol. 2 no. 1 (2020), hal. 5.

Hamid Abdul, 2015, Strategi Pembelajaran Menyimak, *Jurnal Pendidikan Bahasa Arab*, vol. 7 no. 2, hal. 1-2

Intan Massitoh Euis, 2021, Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Rendahnya Keterampilan Menyimak, *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan*, vol. 3, hal. 331-332

Juangsih Juju, 2017, Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Keterampilan Menyimak Bahasa Jepang dan Pengejarannya, *Jurnal Ilmu Kependidikan*, vol. 15 no. 2, hal. 13.

Kristina sitompul Lidia, 2021, dkk, Implementasi Teknik Bimbingan Konseling Dalam Mengatasi Gangguan Kecemasan Social Anak Usia Dini, *Jurnal Golden Age*, vol. 5 no. 2 hal. 502.

Marliani Novi, Arif Rahman Hakim, 2015, Pengaruh Metode Belajar Dan Kecemasan Diri Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik, *Jurnal Kajian Pendidikan Matematika*, vol. 01 no. 01, hal. 144-145

Rapi Pabumbun Agnes, 2017 Ambo Dalle, Problematika Pembelajaran Kemampuan Menyimak Bahasa Jerman Siswa Kelas XI SMAN 11 Makassar, *Jurnal Pendidikan Bahasa Asing dan Sastra*, vol. 1 no. 2, hal. 88.

Saeful Anwar Agus, dkk, 2022, Penerapan Hipnoterapi Terhadap Kecemasan Belajar Matematika Dengan Pembelajaran Jarak Jauh Pada Siswa Sekolah Dasar, *Jurnal Cakrawala Pendas*, vol. 8 no.1, hal. 309.