

HUBUNGAN KECEMASAN MATEMATIKA DENGAN *SELF-REGULATED LEARNING* MAHASISWA UIN SYEKH WASIL KEDIRI

Zuraidah¹, Wahyu Niengseh², Dwi Rahmawati³, Poppy Nabila Vindiani⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Tadris Matematika, Fakultas Tarbiyah, UIN Syekh Wasil Kediri

email: Zuraidahmalang@gmail.com¹, whyayu23@gmail.com², rdwi37849@gmail.com³,
poppyhariadi@gmail.com⁴

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan matematika dan *self-regulated learning* pada mahasiswa Tadris Matematika UIN Syekh Wasil Kediri. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Sampel penelitian terdiri atas 34 mahasiswa angkatan 2023 yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui angket kecemasan matematika dan angket *self-regulated learning* berbentuk skala Likert, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan SPSS. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan matematika dan *self-regulated learning*. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan matematika dipengaruhi oleh faktor lain di luar kemampuan regulasi diri, sehingga diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih komprehensif untuk mengelola aspek afektif mahasiswa dalam pembelajaran matematika.

Kata Kunci: Kecemasan Matematika, *Self-Regulated Learning*, Mahasiswa, Pendidikan Matematika.

Abstract

This study aims to examine the relationship between mathematics anxiety and self-regulated learning among students of the Mathematics Education Program at UIN Syekh Wasil Kediri. A quantitative approach with a correlational method was employed. The sample consisted of 34 students from the 2023 cohort selected through voluntary sampling. Data were collected using mathematics anxiety and self-regulated learning questionnaires based on a Likert scale and analyzed using Pearson Product Moment correlation with SPSS. The results revealed no significant relationship between mathematics anxiety and self-regulated learning. These findings suggest that mathematics anxiety is influenced by factors beyond students' self-regulation abilities. Therefore, more comprehensive instructional strategies that address affective aspects are required to support students' learning experiences in mathematics education.

Keywords: *Mathematics Anxiety, Self-Regulated Learning, University Students, Mathematics Education*

PENDAHULUAN

Matematika memainkan peran sentral dalam pendidikan calon guru, khususnya bagi mahasiswa program Tadris Matematika yang dipersiapkan sebagai pendidik matematika di tingkat sekolah menengah. Sebagai disiplin ilmu yang mendasari berbagai bidang sains, teknologi, rekayasa, seni, dan kehidupan sehari-hari, penguasaan matematika tidak hanya diperlukan untuk pemahaman konseptual yang mendalam, tetapi juga untuk mengembangkan kemampuan mengajar yang efektif, inovatif, dan percaya diri. Di era digital saat ini, di mana matematika menjadi fondasi bagi teknologi seperti kecerdasan buatan, analisis data besar, dan pemodelan komputasional, calon guru matematika harus mampu tidak hanya menyampaikan konsep-konsep dasar, tetapi juga mengintegrasikannya dengan aplikasi praktis yang relevan dengan kehidupan siswa. Namun, fenomena kecemasan matematika (*mathematics anxiety*) sering kali menjadi penghambat utama bagi mahasiswa calon guru matematika, terutama di perguruan tinggi di Indonesia, dimana tekanan akademik, kurikulum yang padat, dan pengalaman belajar masa lalu yang negatif semakin memperburuk kondisi ini. Kecemasan ini tidak hanya memengaruhi prestasi pribadi mahasiswa, tetapi juga berpotensi di *transfer* ke siswa mereka di masa depan, menciptakan siklus negatif dalam pendidikan matematika nasional.

Kecemasan matematika didefinisikan sebagai perasaan tegang, cemas, khawatir, dan tidak nyaman yang muncul saat menghadapi tugas-tugas matematika, yang dapat mengganggu performa kognitif, konsentrasi, dan prestasi akademik secara keseluruhan (Ashcraft & Kirk, 2001; Ramirez et al., 2016). Fenomena ini sering kali berakar dari pengalaman negatif di masa kecil, seperti kegagalan berulang dalam ujian matematika,

stereotip gender terkait kemampuan matematika, atau pengajaran yang kurang mendukung di sekolah dasar dan menengah. Secara psikologis, kecemasan matematika melibatkan komponen afektif (seperti rasa takut), kognitif (seperti pikiran negatif tentang kemampuan diri), dan fisiologis (seperti detak jantung yang meningkat saat mengerjakan soal matematika). Penelitian mutakhir menunjukkan bahwa kecemasan ini cukup prevalen di kalangan mahasiswa perguruan tinggi di Indonesia, termasuk mahasiswa teknik, calon guru sekolah dasar, dan calon guru matematika. Misalnya, studi pada mahasiswa teknik Indonesia menemukan bahwa hambatan pembelajaran daring selama pandemi COVID-19 meningkatkan kecemasan matematika, yang berdampak negatif pada prestasi dan motivasi belajar mereka. Di kalangan calon guru sekolah dasar, kecemasan matematika akademik dan pedagogis juga tinggi, dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan konten matematika dan pedagogi pengajaran, serta keyakinan matematis yang negatif (Pahmi, 2025). Penelitian lain pada mahasiswa calon guru matematika menunjukkan tingkat kecemasan sedang hingga tinggi, terutama terkait evaluasi, tugas matematika kompleks, dan pengajaran mikro daring, dimana mahasiswa sering merasa tidak percaya diri dalam menyampaikan materi (Rizta & Antari, 2019). Selain itu, studi fenomenologis di Indonesia mengungkap bahwa kecemasan ini tidak hanya akademik, tetapi juga pedagogis, dimana calon guru khawatir tentang kemampuan mereka dalam mengajar matematika kepada siswa, terutama di sekolah dasar di wilayah seperti Lampung dan Jawa. Di wilayah seperti Kalimantan Timur, keyakinan matematis (*mathematical beliefs*) juga berkorelasi kuat dengan kecemasan, di mana mahasiswa dengan pandangan bahwa matematika adalah subjek yang sulit cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi. Keyakinan metakognitif juga memainkan peran, di mana mahasiswa dengan kesadaran metakognitif rendah lebih rentan terhadap kecemasan ini.

Di sisi lain, *self-regulated learning* (SRL) menjadi faktor kunci dalam mengatasi tantangan belajar di perguruan tinggi, khususnya bagi mahasiswa semester menengah seperti semester 5 yang mulai menghadapi mata kuliah lanjutan. SRL melibatkan proses aktif di mana mahasiswa mengatur motivasi intrinsik, strategi kognitif, metakognitif, dan perilaku mereka untuk mencapai tujuan belajar secara mandiri. Komponen SRL mencakup tahap *forethought* (perencanaan dan penetapan tujuan), *performance* (pelaksanaan dan monitoring diri), serta *self-reflection* (evaluasi dan penyesuaian). Penelitian terkini menekankan bahwa SRL dapat mengurangi kecemasan matematika dengan meningkatkan strategi metakognitif, seperti pemantauan kemajuan belajar, dan *perseverance* dalam menghadapi kesulitan matematika (Ety & Harahap, 2025). Di konteks Indonesia, SRL

terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa Tadris Matematika selama pembelajaran daring, seperti melalui penggunaan platform Zoom atau Google Classroom, di mana mahasiswa belajar mengatur waktu dan sumber daya mereka sendiri. Studi di universitas seperti Bung Hatta dan Undana menunjukkan variasi tingkat *SRL* pada mahasiswa pendidikan matematika, dengan fokus pada materi seperti kalkulus diferensial, di mana *SRL* tinggi berkaitan dengan kreativitas matematis dan literasi matematika. Pendekatan seperti pendidikan matematika realistik juga dapat meningkatkan *SRL*, membantu siswa mengklasifikasikan strategi pemecahan masalah secara mandiri. Selain itu, *SRL* berinteraksi dengan faktor lain seperti *self-concept* dan *resilience* matematis, di mana mahasiswa dengan *SRL* kuat cenderung lebih tahan terhadap kegagalan belajar.

Secara teoritis, kecemasan matematika dan *SRL* saling terkait secara negatif, di mana kecemasan tinggi dapat menghambat proses *SRL*, seperti perencanaan, monitoring, dan regulasi emosi, sehingga menurunkan efikasi diri, motivasi, dan prestasi akademik (Gabriel & Buckley, 2020). Sebaliknya, *SRL* yang kuat dapat menjadi buffer terhadap kecemasan dengan meningkatkan *self-efficacy*, strategi coping, dan metakognisi, sehingga mahasiswa lebih mampu mengelola emosi negatif saat belajar matematika (Rozgonjuk et al., 2020; Ety & Harahap, 2025). Penelitian meta-analisis menunjukkan hubungan negatif moderat antara kecemasan matematika dan *SRL*, di mana *SRL* mendukung performa matematika yang lebih baik, meskipun dipengaruhi oleh faktor seperti memori kerja dan struktur tujuan kelas.

Urgensi penelitian ini semakin relevan di konteks UIN Syekh Wasil Kediri, sebuah institusi pendidikan Islam yang menekankan integrasi nilai keislaman dalam pembelajaran matematika, seperti konsep tauhid dalam pemahaman pola alam semesta melalui matematika. Mahasiswa Tadris Matematika semester 5 berada pada fase transisi menuju praktik lapangan, di mana kecemasan matematika dapat memengaruhi kemampuan mengajar mereka nanti, termasuk dalam mengintegrasikan nilai-nilai Islam ke dalam kurikulum matematika sekolah. Meskipun studi tentang kecemasan matematika pada siswa sekolah banyak dilakukan di Indonesia, penelitian spesifik pada mahasiswa Tadris Matematika di Perguruan Tinggi Keagamaan Islam Negeri (PTKIN) masih terbatas, terutama yang mengaitkan dengan *SRL* dan konteks keislaman.

Berdasarkan latar belakang tersebut, beberapa masalah yang teridentifikasi adalah tingkat kecemasan matematika mahasiswa Tadris Matematika yang cenderung sedang hingga tinggi, dipengaruhi oleh pengalaman negatif sebelumnya, evaluasi ketat, kompleksitas mata kuliah lanjutan, serta faktor eksternal seperti pembelajaran daring

(Pahmi, 2025; Rizta & Antari, 2019). Selain itu, variasi kemampuan *self-regulated learning* pada mahasiswa semester 5 masih bervariasi, dengan beberapa mahasiswa kurang mandiri dalam mengatur belajar mereka, terutama di tengah transisi ke pembelajaran lebih kompleks dan integratif (Ety & Harahap, 2025). Hubungan antara kecemasan matematika dan *self-regulated learning* belum banyak dieksplorasi secara empiris pada konteks lokal mahasiswa Tadris Matematika di UIN Syekh Wasil Kediri, padahal faktor ini berpotensi mempengaruhi prestasi akademik, kesiapan mengajar, dan bahkan kontribusi mereka dalam reformasi pendidikan matematika berbasis nilai Islam.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kecemasan matematika dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa Tadris Matematika semester 5 UIN Syekh Wasil Kediri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan matematika dengan *self-regulated learning* pada mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri. Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoritis dengan memperkaya kajian psikologi pendidikan matematika, khususnya dalam memahami interaksi antara faktor afektif seperti kecemasan dan kognitif-motivasional seperti SRL di kalangan calon guru matematika di Indonesia (Gabriel & Buckley, 2020; Rozgonjuk et al., 2020; Ety & Harahap, 2025). Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi bahan evaluasi bagi dosen dan program studi Tadris Matematika UIN Syekh Wasil Kediri dalam merancang intervensi, seperti pelatihan *SRL* berbasis teknologi, workshop pengelolaan kecemasan, atau integrasi pendekatan metakognitif dalam kurikulum, sehingga meningkatkan kualitas pembelajaran, kesiapan mengajar mahasiswa, dan akhirnya kualitas pendidikan matematika di sekolah-sekolah Islam (Pahmi, 2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena data penelitian berupa skor numerik yang diperoleh dari hasil pengisian angket, sedangkan jenis korelasional digunakan karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-regulated learning* dengan kecemasan matematika mahasiswa tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel yang diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi keeratan serta arah hubungan antara *self-regulated learning* sebagai variabel bebas dan kecemasan matematika sebagai variabel terikat pada mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program

Studi Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri. Sampel penelitian terdiri atas 34 mahasiswa yang mengisi angket penelitian melalui Google Form. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, mengingat tidak seluruh anggota populasi berpartisipasi dalam pengisian instrumen. Jumlah sampel tersebut dinilai memadai untuk analisis korelasional karena memenuhi ketentuan ukuran sampel minimal dalam penelitian kuantitatif korelasional.

Instrumen penelitian berupa dua angket, yaitu angket *self-regulated learning* dan angket kecemasan matematika, yang disusun dalam bentuk skala *Likert* empat tingkat. Angket kecemasan matematika terdiri atas 15 pernyataan yang mencerminkan respons emosional mahasiswa terhadap pembelajaran matematika, seperti rasa takut, cemas, gugup, serta perasaan nyaman saat mengikuti pembelajaran. Angket *self-regulated learning* juga terdiri atas 15 pernyataan yang mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan mengendalikan proses belajarnya secara mandiri, meliputi aspek perencanaan belajar, motivasi diri, strategi belajar, pengelolaan waktu, serta evaluasi diri dalam pembelajaran matematika. Pernyataan dalam dua angket ini disusun dalam bentuk pernyataan positif dan negatif. Untuk pernyataan negatif, skor diberikan secara berurutan dari 1 hingga 4, sedangkan untuk pernyataan positif skor diberikan secara terbalik. Skor masing-masing variabel diperoleh melalui penjumlahan seluruh skor item pada setiap responden. Skor total inilah yang digunakan sebagai data utama dalam analisis statistik, karena skor total dianggap mewakili tingkat *self-regulated learning* dan kecemasan matematika mahasiswa secara komprehensif.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan angket kepada mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023. Seluruh data yang masuk kemudian direkap dan dikonversi ke dalam bentuk numerik sebelum dianalisis menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*. Analisis data dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal sebagai prasyarat penggunaan uji korelasi Pearson. Tahap kedua adalah uji linearitas yang bertujuan untuk memastikan bahwa hubungan antara *self-regulated learning* dan kecemasan matematika bersifat linear. Uji linearitas dilakukan melalui menu *Compare Means* dengan melihat nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity*. Tahap terakhir adalah uji korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat keeratan hubungan antara kedua variabel penelitian.

Pengambilan keputusan dalam uji statistik didasarkan pada nilai signifikansi

dengan taraf kepercayaan 95 persen ($\alpha = 0,05$). Apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05, maka hipotesis nol diterima yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan kecemasan matematika mahasiswa. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka hipotesis alternatif diterima yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu partisipasi responden bersifat sukarela, identitas responden dijaga kerahasiaannya, serta data digunakan semata-mata untuk kepentingan akademik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kecemasan matematika adalah perasaan tegang, cemas, dan takut yang dapat mengganggu seseorang saat belajar atau mengerjakan matematika. Kecemasan ini dapat membuat mahasiswa kesulitan memahami konsep matematika dan menyelesaikan tugas matematika (Pujiastuti 2020). *Self-regulated learning* (SRL) adalah kemampuan mahasiswa untuk mengatur dan mengontrol pikiran, perasaan, serta perilakunya sendiri agar dapat mencapai tujuan belajar (Sestani et al., 2022). SRL meliputi kemampuan mahasiswa dalam merencanakan, memantau, dan mengevaluasi proses belajarnya secara mandiri. Penelitian ini melibatkan 34 mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri sebagai responden. Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner untuk mengukur dua variabel utama, yaitu kecemasan matematika dan kemampuan belajar mandiri (*self-regulated learning*).

Hasil analisis data penelitian diawali dengan uji prasyarat. Data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansinya lebih dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansinya kurang dari 0,05, maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	Kolmogorov-Smirnov	Sig.
Kecemasan Matematika	34	0,147	0,060
Self-regulated Learning	34	0,136	0,115

Berdasarkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, nilai signifikansi variabel kecemasan matematika sebesar 0,060 dan variabel *self-regulated learning* sebesar 0,115. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Penelitian ini menggunakan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* yang menunjukkan

bahwa data berdistribusi normal, sehingga analisis selanjutnya dapat dilakukan dengan uji parametrik *Pearson Product Moment*.

Dua variabel dikatakan memiliki hubungan linear jika nilai signifikansinya lebih dari 0,05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka kedua variabel tersebut tidak memiliki hubungan linear (Sari et al., n.d.).

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	N	F	Sig. Linierity	Sig. Deviation from Linearity
Kecemasan Matematika dan Self-regulated Learning	34	1,872	0,189	0,035

Berdasarkan hasil uji linearitas menggunakan ANOVA, diperoleh nilai signifikansi linearitas sebesar 0,189 ($> 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara self-regulated learning dan kecemasan matematika bersifat linear. Oleh karena itu, syarat untuk menggunakan analisis korelasi Pearson sudah terpenuhi dan analisis dapat dilanjutkan ke tahap uji korelasi.

Selanjutnya, hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara self-regulated learning dengan kecemasan matematika pada mahasiswa. Hipotesis ini diuji menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment. Jika nilai p lebih dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel tidak signifikan atau tidak ada hubungan. Sebaliknya, jika nilai p kurang dari 0,05, maka hubungan tersebut signifikan atau terdapat hubungan. Hasil pengujian hipotesis disajikan sebagai berikut.

Tabel 3. Korelasi *Pearson Self-Regulated Learning* dengan Kecemasan Matematika

	Kecemasan matematika	Self-regulated Learning
Kecemasan Matematika		
Pearson Correlation	1	0,182
Sig. (1-tailed)		0,152
N	34	34
Self-regulated Learning		
Pearson Correlation	0,182	1
Sig. (1-tailed)	0,152	
N	34	34

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,182. Nilai ini berada pada rentang 0,00–0,20, sehingga termasuk dalam kategori korelasi yang sangat lemah. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Zuraidah, 2022) yang juga menemukan hubungan yang lemah ($r = 0,22986$) antara literasi matematis keislaman dan tipe

kepribadian Keirsey. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,152 pada uji satu arah (one-tailed). Jika menggunakan uji dua arah (two-tailed), nilai signifikansinya menjadi 0,304. Karena nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05, maka hipotesis nol diterima dan hipotesis alternatif ditolak. Artinya, tidak ada hubungan yang signifikan antara kemampuan belajar mandiri (*self-regulated learning*) dengan kecemasan matematika pada mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara *self-regulated learning* dan kecemasan matematika sangat lemah, dengan nilai korelasi Pearson sebesar $r = 0,182$ dan nilai signifikansi $p = 0,304$ (lebih besar dari 0,05). Berdasarkan kriteria (Mustafa, 2023), nilai tersebut termasuk kategori korelasi sangat lemah, sehingga hubungan kedua variabel tidak signifikan secara statistik. Hal ini berarti kemampuan mahasiswa dalam mengatur proses belajarnya tidak memiliki hubungan yang berarti dengan tingkat kecemasan matematika yang dialami.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Huwae et al., 2024) yang membahas hubungan antara *self-regulated learning* dan kecemasan mahasiswa kepaniteraan. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan tingkat kecemasan mahasiswa kepaniteraan klinik di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Rizkyani et al., 2020) yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *self-regulated learning* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Kimia selama pandemi Covid-19, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,409$ dan tingkat signifikansi 0,001.

Tidak ditemukannya hubungan antara *self-regulated learning* dan kecemasan matematika bisa disebabkan oleh beberapa hal. Pertama kecemasan matematika merupakan masalah yang cukup kompleks dan tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan mengatur belajar. Faktor lain seperti perasaan terhadap matematika, pengalaman belajar matematika sebelumnya, anggapan bahwa matematika itu sulit, dukungan dari lingkungan sekitar, serta cara dosen mengajar juga dapat memengaruhi kecemasan matematika mahasiswa. Menurut (Zuraidah et al., 2020), kecemasan matematika berpengaruh negatif terhadap kemampuan belajar matematika siswa, karena kondisi cemas dapat menghambat proses berpikir, pemahaman konsep, serta kinerja kognitif siswa dalam menyelesaikan masalah matematika. Lebih lanjut, Zuraidah menegaskan bahwa kecemasan matematika sering dipicu oleh rendahnya rasa percaya diri dan keterbatasan kemampuan matematika

yang dimiliki siswa, sehingga berdampak pada rendahnya hasil belajar matematika.

Kedua, mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini kemungkinan sudah memiliki kemampuan *self-regulated learning* yang cukup baik. Mahasiswa dengan kemampuan ini mampu merencanakan kegiatan belajar, menentukan tujuan belajar, dan memotivasi diri sendiri. Saat menghadapi kesulitan dalam belajar matematika, mereka merasa bisa mengatasinya dengan strategi yang tepat, sehingga tidak mudah merasa cemas terhadap matematika. Sebaliknya, kecemasan matematika yang tinggi pada sebagian mahasiswa kemungkinan dipengaruhi oleh faktor lain di luar kemampuan regulasi diri mereka. (Farah et al., 2019) menyebutkan regulasi diri dalam belajar adalah cara siswa mengatur strategi belajarnya sendiri. Jika siswa memiliki konsep diri yang positif, mereka akan lebih percaya pada kemampuannya, sehingga dapat membantu siswa mengatur dan mengendalikan proses belajarnya dengan lebih baik.

Ketiga, konteks pembelajaran di universitas Islam seperti UIN Syekh Wasil Kediri mungkin memberikan nuansa yang berbeda dalam hal pendekatan pembelajaran dan strategi coping terhadap kecemasan akademik. Nilai-nilai religius dan dukungan komunitas kampus mungkin memberikan mekanisme coping alternatif yang tidak tertangkap dalam variabel *self-regulated learning*. Penelitian (Wisnu et al., 2020) pada mahasiswa di Universitas Kristen menunjukkan bahwa religiusitas berperan dalam membantu mengelola kecemasan matematika, meskipun hubungan tersebut tidak selalu signifikan. Lingkungan kampus Islam yang memiliki nilai-nilai religius kemungkinan bisa menjadi sumber dukungan psikologis tambahan bagi mahasiswa, sehingga membantu mereka mengelola kecemasan matematika, meskipun tingkat *self-regulated learning* yang dimiliki berbeda-beda.

Keempat, ada kemungkinan terdapat variabel lain yang berperan sebagai mediator atau moderator tetapi tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti efikasi diri matematika, pengalaman belajar matematika sebelumnya, persepsi terhadap kemampuan matematika, serta dukungan dari teman dan keluarga. Variabel-variabel tersebut diduga memiliki pengaruh yang lebih besar dalam menjelaskan kecemasan matematika dibandingkan dengan *self-regulated learning*. Penelitian (Sholikhah et al., 2023) menunjukkan bahwa kecemasan matematika pada mahasiswa hanya muncul pada waktu-waktu tertentu, baik dari segi perilaku, fisik, maupun cara berpikir. Kecemasan ini paling banyak terlihat pada sikap (*attitude*), yaitu saat mahasiswa merasa takut dan kurang percaya diri ketika melakukan praktik mengajar. Keterbatasan penelitian ini yaitu penelitian ini hanya dilakukan pada satu institusi yaitu UIN Syekh Wasil Kediri, sehingga hasil mungkin tidak

dapat digeneralisasi ke populasi mahasiswa yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, hubungan antara self-regulated learning dan kecemasan matematika sangat lemah, dengan nilai korelasi Pearson sebesar $r = 0,182$ dan nilai signifikansi $p = 0,304$ (lebih besar dari 0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dan kecemasan matematika mahasiswa Tadris Matematika angkatan 2023 UIN Syekh Wasil Kediri. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan mengendalikan proses belajarnya secara mandiri tidak secara langsung berkaitan dengan tingkat kecemasan yang mereka rasakan terhadap pembelajaran matematika. Hal ini mengindikasikan bahwa kecemasan matematika merupakan fenomena yang bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti pengalaman belajar sebelumnya, efikasi diri matematika, pendekatan pembelajaran dosen, serta faktor psikologis dan lingkungan akademik. Oleh karena itu, upaya untuk mengurangi kecemasan matematika mahasiswa tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan self-regulated learning, tetapi perlu didukung oleh pendekatan pembelajaran yang lebih komprehensif dan memperhatikan aspek afektif mahasiswa secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Ashcraft, M. H., & Kirk, E. P. (2001). *The Relationships Among Working Memory, Math Anxiety, and Performance*. 130(2), 224–237. <https://doi.org/10.1037//0096-3445.130.2.224>
- Ety, L., & Harahap, S. (2025). *How does self-regulated learning affect students' mathematics anxiety?* 10(1), 1–15.
- Farah, M., Suharsono, Y., Prasetyaningrum, S., Psikologi, F., & Malang, U. M. (2019). *Konsep Diri Dengan Regulasi Diri Dalam Belajar*. 07(02), 171–183.
- Gabriel, F., & Buckley, S. (2020). *The impact of mathematics anxiety on self-regulated learning and mathematical literacy*. <https://doi.org/10.1177/0004944120947881>
- Huwae, L. B., Agustin, R. D., Saija, A. F., & B, J. B. (2024). *Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Kecemasan Pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura*. 11(1), 100–107.
- Mustafa, P. S. (2023). Tinjauan Literatur Analisis Uji R Berganda dan Uji Lanjut dalam

- Statistik Inferensial pada Penelitian Pendidikan Jasmani. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(5), 571–593. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7758162>
- Pahmi, S. (2025). *From learning to teaching: A study of mathematics academic and pedagogical anxiety in prospective elementary education teachers*. 21(6).
- Ramirez, G., Chang, H., Maloney, E. A., Levine, S. C., & Beilock, S. L. (2016). Journal of Experimental Child On the relationship between math anxiety and math achievement in early elementary school: The role of problem-solving strategies. *JOURNAL OF EXPERIMENTAL CHILD PSYCHOLOGY*, 141, 83–100. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2015.07.014>
- Rizkyani, A. M., Feronika, T., & Saridewi, N. (2020). *Hubungan Antara Self Regulated Learning Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Di Masa Pandemi Covid-19*. 12(2), 252–258.
- Rizta, A., & Antari, L. (2019). *Tingkat Mathematics Anxiety Pada Mahasiswa Calon*. 13(1), 9–20.
- Rozgonjuk, D., Kraav, T., Mikkor, K., Orav-Puurand, K., & Täht, K. (2020). Mathematics anxiety among STEM and social sciences students: the roles of mathematics self-efficacy, and deep and surface approach to learning. *International Journal of STEM Education*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40594-020-00246-z>
- Sari, A. R., Husnawati, H. Al, Suryono, J., Marzuki, & Mulyapradana, A. (n.d.). *Metode Penelitian Kualitatif*.
- Sestani, R. A., Septiana, A. C., Puspita, X., Setiawan, P., & Muhid, A. (2022). *Edukasi Literasi Digital untuk Meningkatkan Self Regulated Learning pada Mahasiswa*. 6(2), 202–211. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i2.5299>
- Sholikhah, H., Rohmah, I., Alfi, B., Septiyani, N. F., & Shinta, T. (2023). *Mathematics Anxiety (MA) Calon Guru Matematika*. 1(2), 1–7.
- Wisnu, A., Purnomo, A., Loekmono, J. T. L., Kristen, U., Wacana, S., Kristen, U., & Wacana, S. (2020). *Hubungan religiusitas, depresi, dan kecemasan Matematika Mahasiswa*. 10(2), 121–134. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i2.6232>
- Zuraidah. (2022). *Analisis Literasi Matematis Keislaman Mahasiswa Tadris Matematika Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Keirse*. 11(2).
- Zuraidah, Sari, T. H. N. I., & Yuniarti, S. (2020). *Akademik Siswa Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas Viii Smp Negeri 7 Balikpapan*. 6, 1–7.