

**KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN IMPLIKASINYA BAGI
BIMBINGAN DAN KONSELING**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Bidang Keilmuan Bimbingan dan Konseling



oleh
Dhea Fathiyyah Nahdah
NIM 1906338

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2024

LEMBAR HAK CIPTA

**KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN IMPLIKASINYA BAGI
BIMBINGAN DAN KONSELING**

oleh

Dhea Fathiyyah Nahdah

1906338

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan

© Dhea Fathiyyah Nahdah

Universitas Pendidikan Indonesia

Januari 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang,

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruh atau sebagian dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan judul **“Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Pendidikan dan Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling”** ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Desember 2023



Dhea Fathiyyah Nahdah

NIM 1906338

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN
DHEA FATHIYYAH NAHDAH
1906338

KECEMASAN AKADEMIK MAHASISWA ANGKATAN 2022
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN IMPLIKASINYA BAGI
BIMBINGAN DAN KONSELING

disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

Pembimbing I



Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd.
NIP 196611151991022001

Pembimbing II



Dr. Nandang Budiman, M.Si.
NIP 197102191998021001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M. Pd.
NIP 19771014 2001122001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah Swt. yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Pendidikan dan Implikasinya Bagi Bimbingan Dan Konseling” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana Pendidikan dalam bidang ilmu Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Isi dari skripsi terdiri dari lima bab, pada bab I menyajikan pendahuluan yang terdiri dari latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian. Bab II menyajikan kajian Pustaka yang terdiri dari perilaku, kecemasan, kecemasan akademik, pengukuran kecemasan akademik, Upaya mereduksi dan manajemen kecemasan akademik dalam konteks Bimbingan dan Konseling, mahasiswa awal, bantuan bagi mahasiswa mengalami kecemasan akademik, Bimbingan dan Konseling di perguruan tinggi, kajian penelitian relevan dan posisi penelitian peneliti. Bab III menyajikan prosedur penelitian yang terdiri dari desain penelitian, subjek penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, uji coba alat ukur, prosedur penelitian, analisis data. Bab IV menyajikan dan memaparkan hasil penelitian, pembahasan penelitian dan implikasi bagi Bimbingan dan Konseling. Bab V menyajikan kesimpulan dan rekomendasi.

Karya tulis berupa skripsi yang ditulis dengan kesungguhan dan merupakan karya terbaik yang telah penulis susun. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam skripsi, kritik serta saran sangat penulis butuhkan untuk penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi yang telah disusun dapat menjadi manfaat bagi diri sendiri, khalayak umum dan peneliti selanjutnya.

Bandung, Desember 2023

Penulis

Dhea Fathiyyah Nahdah

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas Rahmat, hidayah serta pertolongan-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi. Penulis mendapatkan dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak dalam penyusunan skripsi, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan baik. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang sangat berperan dalam penyusunan skripsi.

1. Dr. Yusi Riksa Yustiana, M.Pd. selaku dosen pembimbing skripsi I skripsi dan Dr. Nandang Budiman, M.Si. selaku Dosen Pembimbing skripsi II dan Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan, arahan, semangat dan bimbingan yang bermanfaat untuk penulis dalam penyusunan skripsi.
2. Dr. Ipah Saripah, M.Pd selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI dan yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi.
3. Seluruh dosen program studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan serta ilmu pengetahuan selama menempuh studi.
4. Drs Sudayat Nurdin Akhmad, M.Pd selaku Dosen program studi bimbingan dan konseling yang telah memberikan bimbingan dan ilmu mengenai pengolahan data penelitian dalam penyelesaian skripsi.
5. Staf program studi Bimbingan dan Konseling (ibu Fiji, Bapak Dian) yang telah banyak memberikan dukungan serta kemudahan dalam hal administrasi selama masa perkuliahan.
6. Dekan, Wakil Dekan, Staf dan mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah banyak membantu dalam proses pelaksanaan skripsi.
7. Kementrian Agama yang telah memberikan kesempatan beasiswa PBSB sehingga penulis berkesempatan berkuliah di UPI dengan program studi Bimbingan dan Konseling.
8. Kedua orang tua Bapak Ade Supriyadi, Ibu RR Roswulandari dan kakak Maulana Naufal Naziih serta adik Maulana Nayif Nashif yang telah memberikan dukungan serta doa dan ridho yang dipanjatkan untuk penulis.

9. Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2022 yang telah membantu berpartisipasi dalam pelaksanaan skripsi.
10. Rekan CSSMoRA UPI khususnya Angkatan 2019 yang telah kebersamai dan memberikan dukungan dalam perkuliahan ini.
11. Rekan seperjuangan Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 khususnya Indah Nur Ilahi dan Sekar Larasati Pratiwi yang memberikan dukungan dan kebersamai selama menempuh studi.

Pihak-pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas segala dukungan, doa dan bantuan dalam menempuh studi sampai penyelesaian skripsi. Semoga seluruh kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik oleh Allah Swt.

Bandung, Desember 2023



Dhea Fathiyyah Nahdah

NIM 1906338

ABSTRAK

Dhea Fathiyah Nahdah (2023). “Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Ilmu Pendidikan dan Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling”.

Keadaan kecemasan mahasiswa yang berlebihan dalam menghadapi seluruh tanggung jawab dan kewajiban dalam proses pembelajaran serta perubahan lingkungan belajar pada keadaan tertentu yang terjadi pada dirinya dan kemampuannya. Kecemasan dapat memberikan dampak positif bagi mahasiswa untuk sadar dan termotivasi. Namun apabila kecemasan tersebut melebihi batas wajar maka akan memberikan dampak yang negatif dan merugikan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran kecemasan akademik dan menginformasi tentang kecemasan akademik melalui media BK. Peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan jenis deskriptif dengan subjek 385 mahasiswa. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dari kecemasan akademik oleh Ottens (1991) yaitu pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, perhatian yang menunjukkan arah yang salah, distress secara fisik, perilaku yang kurang tepat. Data diperoleh dengan menyebar instrumen berupa kuesioner yang dilakukan uji validitas dengan nilai signifikansi $>0,05$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,845. Hasil penelitian tersebut menunjukkan kecemasan akademik mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Angkatan 2022 Universitas Pendidikan Indonesia secara umum sebagian besar pada kategori tidak cemas dan sebagian kecil berada pada kategori cemas serta hasil uji beda Non Parametrik antar program studi didapati terdapat perbedaan dengan *Kruskal Wallis* dan *Mann Whitney*. Implikasi dari penelitian ini berupa informasi media BK berupa poster mengenai kecemasan akademik dan pengembangan pada setiap aspek kecemasan akademik.

Kata kunci: Kecemasan Akademik, Mahasiswa

ABSTRACT

Dhea Fathiyyah Nahdah (2023). "Academic Anxiety of 2022 Faculty of Education Students and Its Implications for Guidance and Counseling".

Students' greater anxiety in the situation of facing all responsibilities and obligations in the learning process as well as changes in the learning environment in certain circumstances that occur to them and their abilities. Anxiety can have a positive impact on students being aware and motivated. However, if this anxiety exceeds reasonable limits, it will have negative and detrimental impacts. This research aims to describe the picture of academic anxiety and provide information about academic anxiety through BK media. Researchers used quantitative methods with a descriptive type with 385 students as subjects. The instrument used was a questionnaire on academic anxiety by Ottens (1991), namely a pattern of anxiety that causes mental activity, attention that points in the wrong direction, physical distress, inappropriate behavior. Data was obtained by distributing instruments in the form of questionnaires which were tested for validity with a significance value of >0.05 and a reliability coefficient of 0.845. The results of this research show that the academic anxiety of students at the Faculty of Education Class of 2022 at the Indonesian University of Education, in general, is mostly in the not anxious category and a small number are in the anxious category and the results of the Non-Parametric difference test between study programs were found to be different from Kruskal Wallis and Mann Whitney. The implication of this research is in the form of BK information media in the form of posters regarding academic anxiety and development in every aspect of academic anxiety.

Keywords: Academic Anxiety, Students

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA KECEMASAN AKADEMIK DAN BIMBINGAN DAN KONSELING	9
2.1 Kecemasan.....	9
2.1.1 Pengertian Kecemasan.....	9
2.1.2 Aspek-aspek kecemasan	11
2.1.3 Jenis-jenis kecemasan	11
2.1.4 Faktor-faktor kecemasan	12
2.2 Kecemasan Akademik.....	12
2.2.1 Definisi Kecemasan akademik.....	12
2.2.2 Karakteristik Kecemasan Akademik.....	15
2.2.3 Komponen Kecemasan Akademik.....	16
2.2.4 Faktor-faktor kecemasan akademik	19
2.3 Mahasiswa Tingkat Awal	19
2.4 Media Bimbingan dan Konseling	22
2.5 Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi.....	25
2.6 Upaya Bantuan Kecemasan Akademik Dalam Konteks Bimbingan dan Konseling.....	30

2.7 Pengukuran Kecemasan Akademik.....	34
2.8 Penelitian Terdahulu.....	35
2.9 Posisi Penelitian Peneliti.....	37
2.10 Peta Konsep Penelitian/Kerangka Berpikir.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Desain Penelitian	39
3.2 Subjek Penelitian	39
3.3 Populasi dan Sampel	40
3.4 Instrumen Penelitian.....	41
3.4.1 Definisi Operasional Variabel.....	41
3.4.2 Kisi-Kisi Instrumen	42
3.5 Uji Coba Alat Ukur	42
3.5.1 Uji Profesional Judgement	42
3.5.2 Uji Keterbacaan	43
3.5.3 Uji Validitas	43
3.5.4 Uji Reliabilitas	44
3.6 Prosedur Penelitian	45
3.7 Analisis Data	46
3.7.1 Verifikasi Data	46
3.7.2 Penyekoran Data.....	46
3.7.3 Kategorisasi Data.....	47
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	48
4.1 Hasil Penelitian	48
4.1.1 Gambaran Umum Responden.....	48
4.1.2 Nilai Rata-Rata Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 FIP	49
4.1.3 Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 FIP.....	50
4.1.4 Kecemasan Akademik Berdasarkan Program Studi di FIP	51
4.1.5 Hasil Uji Beda Kecemasan Akademik Antar Program Studi di FIP	53
4.2 Implikasinya bagi Media Bimbingan dan Konseling.....	57
4.2.1 Evaluasi Media Bimbingan dan Konseling.....	59
4.3 Pembahasan	59
4.3.1 Gambaran Umum Responden.....	59
4.3.2 Rata-rata dan Distribusi Frekuensi Kecemasan Akademik Mahasiswa Angkatan 2022 FIP	60

4.3.3 Perbandingan Kecemasan Akademik Antar Program Studi di FIP	66
4.3.4 Media Poster Bimbingan dan Konseling	72
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....	75
5.1 Simpulan	75
5.2 Rekomendasi	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Mahasiswa.....	40
Tabel 3. 2 Sampel Penelitian.....	41
Tabel 3. 3 Aspek dan Indikator Instrumen.....	42
Tabel 3. 4 Uji Validitas Instrumen.....	43
Tabel 3. 5 Kriteria Koefisien Reliabilitas	44
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas	45
Tabel 3. 7 Pola Skor Opsi Alternatif Respons	47
Tabel 3. 8 Pengkategorian Skor	47
Tabel 3. 9 Interpretasi kategori Kecemasan Akademik	47
Tabel 4. 1 Program Studi Responden.....	48
Tabel 4. 2 Jenis Kelamin Responden	49
Tabel 4. 3 Usia Responden.....	49
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kecemasan Akademik Mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Ilmu Pendidikan.....	50
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Kecemasan Akademik Berdasarkan Aspek.....	51
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Kecemasan Akademik berdasarkan Program Studi	51
Tabel 4. 7 Uji Non Parametrik Kruskal-Wallis Kecemasan Akademik.....	53
Tabel 4. 8 Hasil Uji Non Parametrik Mann-Whitney Antar Program Studi.....	53
Tabel 4. 9 Hasil Uji Non Parametrik Mann-Whitney Tidak Ada Beda Antar Program Studi	54
Tabel 4. 10 Hasil Uji Non Parametrik Mann-Whitney Ada Beda Antar Program Studi	55
Tabel 4. 11 Layanan Bimbingan dan Konseling.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Pengembangan Aspek Perhatian Menunjukkan ke Arah yang Salah	58
Gambar 4. 2 Pengembangan Aspek Pola Kecemasan yang Menimbulkan Aktivitas Mental	58
Gambar 4. 3 Kecemasan Akademik Secara Umum	58
Gambar 4. 4 Pengembangan Aspek Distress Secara Fisik	59
Gambar 4. 5 Pengembangan Aspek Perilaku yang Kurang Tepat	59

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir.....	38
-----------------------------------	----

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, P., & Savira, S. I. (2022). Perbedaan Kecemasan Akademik Ditinjau Dari Angkatan Masuk Pada Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian*, 9(3).
- Ainun, H. J., & Nur'aeni, N. A. (2020). Academic Anxiety In Students: A Systematic Review. *Book Chapter*.
- Ali, E. S., Kurniawati, Y., & Nurwanti, R. (2015). Peran Impostor Syndrome Dalam Menjelaskan Kecemasan Akademis Pada Mahasiswa Baru. *Mediapsi*, 1(1), 1-9. [10.21776/Ub.Mps.2015.001.01.1](https://doi.org/10.21776/Ub.Mps.2015.001.01.1)
- Amelia, Dea. (2016). *Studi Deskriptif Mengenai Kecemasan Akademik pada Mahasiswa yang Mengontrak Mata Kuliah Usulan Penelitian di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung*. Undergraduate thesis, Universitas Kristen Maranatha.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93-99.
- Arruda, ES, Bidu, NS, Damasceno, RS, & Rodrigues, RLA (2020). Assessment of anxiety levels in academics at a private college. *Scientia Medica* , 30 (1), e35209. <https://doi.org/10.15448/1980-6108.2020.1.35209>
- Astuti, I., Wicaksono, L., Maryuni, S., & Putri, A. (2022). Identifikasi Permasalahan Pada Mahasiswa Universitas Tanjungpura (Studi Penyusunan Program Layanan Bimbingan Dan Konseling Mahasiswa Universitas Tanjungpura). *Jurnal Education And Development*, 10(3), 643-649.
- Aylward, J., Hales, C., Robinson, E., & Robinson, O. J. (2019). *Translating a rodent measure of negative bias into humans: the impact of induced anxiety and unmedicated mood and anxiety disorders*. *Psychological Medicine*, 1–10. doi:10.1017/s0033291718004117
- Azyz, A. N. M., Huda, M. Q., & Atmasari, L. (2019). School well-being dan kecemasan akademik pada mahasiswa. *Happiness (Journal of Psychology and Islamic Science)*, 3(1), 18-35.
- Bachri, S., Cholid, Z., & Rochim, A. (2017). Perbedaan Tingkat Kecemasan Pasien Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Pencabutan Gigi Di RSGM FKG Universitas Jember. *Pustaka Kesehatan*, 5(1), 138-144.
- Bandura, A. (1995). *Self-Efficacy in Changing Societies*. Self-Efficacy in Changing Societies. New York: Cambridge University Press.

- Basri, A. S. H. (2010). Peran media dalam layanan bimbingan konseling islam di sekolah. *Jurnal Dakwah: Media Komunikasi Dan Dakwah*, 11(1), 23-41.
- Basri, A. S. H. (2018). Urgensi Penggunaan Teknologi Media dalam Implementasi Bimbingan dan Konseling di Sekolah. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 1(1), 83-107.
- Bee, S. P. Z. (2022). *Pengaruh kecemasan akademik terhadap agresivitas siswa Di MTS Miftahul Ulum Kanigoro Kabupaten Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Bhansali, Reena & Trivedi, Kunjan. (2008). Is Academic Anxiety Gender Spesifik: Studi Banding, *Jurnal Ilmu Sosial*. 1-3, 17(1). 10.1080/09718923.2008.11892627
- Burnham, Sue. (1997) *Emosi dalam Kehidupan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Bustaman, Djumhana. (2001). *Integrasi Psikologi Dengan Islam: Menuju Psikologi Islami*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cassady, J. C., Pierson, E. E., & Starling, J. M. (2019). *Predicting Student Depression With Measures of General and Academic Anxieties*. *Frontiers*
- Corey, G. (2011). *Theory And Practice Of Counseling And Psychotherapy*. Edisi Ke-9. Monterey, Cali- Fornia: Brooks/Cole Publishing Company.
- Dhema, A. M. (2023). Konsep diri dengan kecenderungan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Journal of Indonesian Psychological Science*, 3(1), 298-309.
- Drummond, R. J. & J. K. D. (2010). *Assessment Procedures For Counselors and Helping Professionals*. Pearson.
- Efendi. (2013). Pengembangan Media Blog Dalam Layanan Informasi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal BK UNESA*. 1, (1) 1-20.
- Esterina, B. D. (2012). Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, Yogyakarta.
- Fahrianti, F., & Nurmina, N. (2021). Perbedaan Kecemasan Mahasiswa Baru Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1297-1302.
- Faradilla, F., Latifah, L., Aisy, R. N. R., & Antika, R. (2023). Tingkat Konsentrasi Belajar Mahasiswa Pada Volume Suara. *Parade Riset Mahasiswa*, 1(1), 553-562.

- Farooqui , Y.N., Ghani , R., & Spielberger , C.D. (2012). Gender differences in test anxiety and academic performance of medical students . *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences* , 2 (2), 38-43. <https://doi.org/10.5923/j.ijpbs.20120202.06>
- Fatmahendra, I., & Nugraha, S. (2019). Hubungan kecemasan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Bandung.
- Febri, D., & Samsudin. (2020). *Bimbingan Konseling*. CV Brimedia Global
- Fitroni, M. A., & Supriyanto, A. (2020). Permasalahan yang dihadapi mahasiswa baru dalam menjalani kehidupan di Universitas Negeri Malang. In *Seminar Nasional Arah Manajemen Sekolah Pada Masa Dan Pasca Pandemi Covid-19*.
- Fransiska, E. A., Putri, T. H., & Ligita, T. (2023). Faktor yang Memengaruhi Tingkat Kecemasan Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 87-94.
- Gio, P. U. (2018). *Statistika Nonparametrik dengan SPSS, Minitab dan R*. USU Press
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Perawatan*. Gunung Mulia.
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep belajar dan pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 17(1), 66-79.
- Hartanto, D., Bhakti, C. P., & Kurniasih, C. (2021). Urgensi Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Univeritas Ahmad Dahlan* (1).
- Hartono, A., & Sunarto. (2013). *Perkembangan peserta didik*. Rineka Cipta.
- Haslianti, H. (2019). Pengaruh Kebisingan Dan Motivasi Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4).
- Havighurst, R. J. (1961). *Human Development And Education*. New York: David Mckay Company.
- Hayat, A. (2017). Kecemasan Dan Metode Pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam Dan Humaniora*, 12(1).
- Hidayahtillah, N. (2022). Kecenderungan Perfectionist, Fear of Failure, dan Academic Anxiety pada Mahasiswa di Kota Makassar (Doctoral dissertation).
- Hikmawati, Fenti. (2016). *Bimbingan Dan Konseling*. Rajawali Pers.

- Holmes, D. S. (1991). *Abnormal Psychology*. New York: Harper Collins.
- Hooda, M., & Saini, A. (2017). Academic Anxiety: An Overview. *Educational Quest*, 8(3), 807-810. 10.5958/2230-7311.2017.00139.8.
- Hurlock, E.B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Idham, A. F. (2016). *Efektivitas Mendengarkan Murottal Al-Quran Dalam Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa* (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Indah, Cahyo. N. (2014). Perilaku Penemuan Informasi Mahasiswa Baru (Studi Deskriptif Tentang Perilaku Pencarian Informasi Mahasiswa Baru Dalam Menunjang Kebutuhan Informasi Akademis). *Journal Unair*, 3(1).
- Iqbal, S., & Nasir, M. (2015). Strategies of University Students to Cope with Academic Anxiety. *Journal of Arts and Social Sciences*, 2(2), 13-20.
- Irsan, I. (2013). Persepsi Mahasiswa Perpustakaan UIN Alauddin Makassar Tentang Ilmu Perpustakaan dan Profesi Pustakawan. *Khizanah al-Hikmah: Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan*, 1(2), 147-156.
- Istiantaro, D. (2018). Identifikasi Faktor Penyebab Kecemasan Akademik Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 3 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. No. 10, 626-636.
- Jalal, N. M., Piara, M., & Irdianti, I. (2022). Psikoedukasi Non Pelatihan melalui Media Poster untuk Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian pada Peserta Didik. *Dikmas: Jurnal Pendidikan Masyarakat dan Pengabdian*, 2(2), 337-344.
- Joseph, M. C. (2017). Penerapan Terapi Penerimaan Dan Komitmen Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Narapidana Menjelang Pembebasan Bersyarat Di Lapas X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 1(2), 239-247.
- Kaplan, H.I, Grebb, Ba, And Sadock, B. (2010). *Klinis., Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri* (I. M. Dr Wiraguna (Ed). Bina Rupa Aksara.
- Kasih, F. (2019). Bimbingan Dan Konseling di Perguruan Tinggi dalam Menjawab Tantangan Era Revolusi Industri 4.0. *Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI*, 15-22.
- Kemendikbud. (2020). *Statistik Pendidikan Tinggi Tahun 2022*. Jakarta: Setditjen Dikti.

- Khan, T. M., Ejaz, M. A., & Azmi, S. (2009). Evaluation of communication apprehension among first year and final year pharmacy undergraduates. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 3(6), 1885–1890
- Kifli, I., Sunawan, S., & Jafar, M. (2019). Cognitive behavior group counseling to reduce academic anxiety. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8(2), 119-124.
- Kusumastuti, D. (2020). Kecemasan Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi Uma*, 12(1), 22-33. [10.31289/Analitika.V12i1.3110](https://doi.org/10.31289/Analitika.V12i1.3110)
- Lamarre, C., & Marcotte, D. (2021). Anxiety and dimensions of perfectionism in first year college students: The mediating role of mindfulness. *European Review of Applied Psychology*, 71(6), 100633. doi:10.1016/j.erap.2021.100633
- Levine, Gavrielle. (2008). Pendekatan Foucaultian Terhadap Kecemasan Akademik, Studi Pendidikan: *Jurnal Asosiasi Studi Pendidikan Amerika*, 44:1, 62-76, Doi:10.1080/00131940802225101
- Marquina, RJ, Gómez, L., Salas, C., Santibañez, S. and Rumiche, R. (2016). Procrastination in university students from Metropolitan Lima. *Peruvian Journal of Obstetrics and Nursing*, 12(1), 11-22.
- May, R. (1996). *The Meaning Of Anxiety*. Ww Norton & Company.
- Milgram, N., & Toubiana, Y. (1999). Academic anxiety, academic procrastination, and parental involvement in students and their parents. *British Journal of*
- Mofatteh M. (2020). Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS public health*, 8(1), 36–65. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2021004>
- Mohebi, S., & Sharifirad, G., Dkk. (2012). Pengaruh Pelatihan Ketegasan Terhadap Kecemasan Akademik Siswa. 62.
- Mukholil, M. (2018). Kecemasan dalam Proses Belajar. *Ekspone*, 8(1), 1-8.
- Mulyana, A., Nurdin, F. S., & Nurfatwa, D. (2022). Prokrastinasi akademik, emotion focused coping, dan kecemasan pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 68-78.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 75-83.
- Nasution, H. S., & Abdillah, A. (2019). *Bimbingan Konseling: Konsep, Teori Dan Aplikasinya*.

- Neliwati, S. A. (2018). *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Kajian Teori Dan Praktek)*. Cv. Widya Puspita, Medan.
- Nevid S, Jeffry Dkk. (2003). Psikologi Abnomal. Erlangga.
- Novitria, F., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Perbedaan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Jurusan Psikologi Ditinjau Dari Jenis Kelamin.
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *Ijip: Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, 2(1), 1-22.
- Nursalim, M 2013. Pengembangan Media Bimbingan dan Konseling. Jakarta. Akademia Permata.
- Oetomo, P. F., Yuwanto, L., & Rahaju, S. (2017). Faktor Penentu Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Emerging Adulthood Tahun Pertama Dan Tahun Kedua. *Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set*, 8(02), 67-77.
- Ottens, A. J. (1991). *Coping With Academic Anxiety*. Rosen Publishing Group.
- Papilaya, J. O., & Huliselan, N. (2016). Identifikasi Gaya Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(1), 56-63.
- Porras M. M.Ortega F. H. (2021) Procrastination, test anxiety and academic performance in university students. *Interdisciplinaria*, 38 (2).
- Prawitasari, E. J. (2012). Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu. Jakarta: Erlangga.
- Purwanti, I. Y., & Munawaroh, I. (2019). SEFT Based Individual Counseling to Reduce the Academic Anxiety. *KnE Social Sciences*, 430-437
- Putra, A. H. (2022). Bimbingan dan konseling di perguruan tinggi pada era society 5.0. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sosial*, 1(1), 128-136.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *Schoolid: Indonesian Journal Of School Counseling*, 3(2), 35-40.
- Rahani, S. (2020). *Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Ditinjau Dari Perbedaan Demografi Pada Mahasiswa Di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Ramadhan. F. A., Sukohar. A., & Saftarina. F. (2019). Perbedaan Derajat Kecemasan Antara Mahasiswa Tahap Akademik Tingkat Awal Dengan Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Jurnal Medula*, 9(1).

- Rhoudhotun Najah, Utang. (2021) *Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Insomnia Pada Mahasiswa Baru Angkatan 2020 Prodi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Iain Salatiga*.
- Rodin, R., & Nurrizqi, A. D. (2020). Tingkat Literasi Digital Mahasiswa Jurusan Ilmu Perpustakaan Dalam Pemanfaatan E-Resources UIN Raden Fatah Palembang. *Pustakaloka*, 12(1), 72-89.
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55-62.
- Saman, A., Umar, N. F., Bakhtiar, M. I., & Harum, A. (2021). Pemanfaatan aplikasi canva untuk membuat media bimbingan dan konseling bagi MGBK Kabupaten Gowa. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 270-276.
- Santrock, J.W. (2011). *Remaja (Edisi Kesebelas): Jilid 1*. Erlangga.
- Sayekti, R. (2018). Trend Pemilihan Pendidikan Ilmu Perpustakaan. *Libraria*, 6(2), 281.
- Septian, D., Narendra, A. P., & Hermawan, A. (2021). Pola pencarian informasi mahasiswa Program Studi Perpustakaan dan Sains Informasi UKSW menggunakan teori Ellis. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 9(2), 233-250.
- Shangal M., Hana M., & Patrick B. (2018). Kecemasan Akademik Dan Pengaruhnya Terhadap Kinerja Akademik. *Jurnal Internasional Penelitian Saat Ini*. 10(06), 70017-70026.
- Sharf, R. S. (2016). *Theories of Psychotherapy & Counseling: Concepts and Cases(6thEdition)*. California, USA: Brooks/Cole, Cengage Learning.
- Sj, D. F. Z., & Suherman, M. M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Kota Bandung. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(3), 111-116.
- Sobur, A. (2003). *Psikologi Umum*. Pustaka Setia.
- Soehardjono, L. & Endang W.G. 1988. *Kecemasan pada Anak dan Remaja*. Majalah Anima: Media Psikologi Indonesia.
- Spielberger, C. (1983). *State Trait Anxiety*. Mind Garden Inc.
- Sunawan. (2019). *Modul 2 Materi Bidang Layanan Bimbingan dan Konseling*. Kementerian Pendidikan dan kebudayaan.

- Vitasari, P., Wahab, M. N., Othman, A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2010). The Relationship between Study Anxiety and Academic Performance among Engineering Students. *International Conference on Mathematics Education Research*, 490–497
- Wakhyudin, H., & Putri, A. D. S. (2020). Analisis kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Wasis: jurnal ilmiah pendidikan*, 1(1), 14-18.
- Widiyastuti, W. S. (2023). Penggunaan Media Poster Dalam Layanan Bimbingan Konseling Untuk Membantu Peserta Didik Merencanakan Karir. *Shine: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 3(2), 49-55.
- Yahya, M., & Bahri, S. (2016). Identifikasi Masalah-Masalah Yang Dialami Mahasiswa Fakultas Teknik Dan Ekonomi Unsyiah. *Jurnal Suloh: Jurnal Bimbingan Konseling Fkip Unsyiah*, 1(1).
- Yusuf, S. (2012). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, S., & M., Nani., S. (2020). *Bimbingan dan Konseling di Perguruan Tinggi*. PT Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, Syamsu. (2017). *Bimbingan Dan Konseling Perkembangan: Suatu Perkembangan Komprehensif*. PT Refika Aditama.
- Zaini, A., Dianto, M., & Mulyani, R. R. (2020). Pentingnya penggunaan media bimbingan dan konseling dalam layanan informasi. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang* (126-131).