

**Analisis bibliometrik: Penelitian Kecemasan Akademik tahun  
2014 – 2024**

Mohammad Rifki A<sup>1</sup>, Amien Wahyudi<sup>2</sup>

Bimbingan Dan konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan, Universitas Ahmad  
Dahlan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta

[mohammad2100001084@webmail.uad.ac.id](mailto:mohammad2100001084@webmail.uad.ac.id)<sup>1</sup>, [amien.wahyudi@bk.uad.ac.id](mailto:amien.wahyudi@bk.uad.ac.id)<sup>2</sup>

**Abstrak**

Sopan pembelajaran di sekolah dapat terlaksana karena ke strukturan Pendidikan salah satu struktur yang sangat penting adalah peserta didik. perlu di tingkatkan lagi terkait value dari peserta didik dengan berbagaimacam cara contihnya bimbingan konseling. Pada penelitian ini berfokus pada analisis data bibliometric terhadap kecemasan akademik. Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan hasil yaitu penelitian yang mengarah pada kecemasan akademik sudah banyak tetapi apabila di hubungkan dengan eficiency masih jarang maka dari itu untuk penelitian selanjutnya akan di tambahkan pengaruhnya terhadap sef efficiency

**Kata kunci:** *kecemasan akademik*

**1. Pendahuluan**

Proses pembelajaran di sekolah merupakan kegiatan yang menghubungkan dengan peserta didik dan dikaitkan dengan hasil belajar. Proses belajar siswa juga berkaitan dengan permasalahan akademik siswa, seperti: Disiplin akademik siswa, perilaku prokrastinasi akademik, kecemasan akademik, stres akademik, dll. Masalah-masalah tersebut merupakan hal yang lumrah terjadi di kalangan pelajar dan merupakan hal yang lumrah jika dihadapi oleh pelajar.(Gianasari, 2020)

Masalah kecemasan akademik merupakan hal yang dialami oleh semua siswa, seperti takut terhadap mata pelajaran yang tidak disukai atau cemas menunggu hasil ujian, Kecemasan terjadi karena siswa takut atau khawatir akan terjadi sesuatu. Hasil pembelajaran paling diharapkan yaitu diperoleh melalui ujian yang dilakukan sekolah. Salah satu alasan mengapa siswa takut adalah ujian (Komara & Saputra, 2023).

Secara umum semua siswa pernah mengalami kecemasan, terutama kecemasan menghadapi ujian, namun ada banyak faktor berbeda yang mendasari kecemasan tersebut. Seiring dengan pergantian menteri dan kabinet, peraturan pendidikan juga berubah,

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”  
Sabtu, 27 Juli 2024

peraturan sekolah sepanjang hari dan ujian berbasis komputer meningkatkan kecemasan siswa.

Kecemasan adalah respons normal terhadap situasi yang menantang seperti perubahan, pengalaman baru, dan pencarian identitas serta makna hidup. Dalam konteks yang sehat, kecemasan dapat memberi motivasi untuk lebih berhati-hati dan efisien dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Peran konselor sangat penting dalam membantu siswa mengelola kecemasan akademik melalui layanan bimbingan dan konseling. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah manajemen diri, yang mencakup strategi untuk membantu siswa mengatur waktu dan tugas mereka dengan lebih efektif. Ini membantu siswa mengenali dan mengatasi kebiasaan menunda-nunda dalam tugas-tugas akademik. (Irman, 2015)

Kecemasan merupakan kondisi yang umum di alami oleh individu, kecemasan sering terjadi pada anak di usia sekolah di karenakan pada usia itu siswa mengalami masa peralihan menuju remaja yang mempengaruhi perubahan sikap individu. Kecemasan yang biasa terjadi pada siswa SMA adalah kecemasan akademik, yaitu keresahan berlebih pada sesuatu yang berhubungan dengan kegiatan akademik.

Sedangkan menurut Bandura kecemasan akademik merupakan kekhawatiran siswa yang muncul dikarenakan siswa merasa ragu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menyelesaikan tugas tugas yang di berikan sekolah. Ciri ciri siswa yang mengalami kecemasan akademik dapat dilihat secara jelas seperti merasa kebingungan disaat mengerjakan tugas, mengalami kepanikan, dan ketakutan untuk melakukan sesuatu. Adapun faktor yang mendasari siswa bisa mengalami kecemasan akademik yaitu perubahan lingkungan, tekanan dari orang tua, dan ketidak yakinan pada kemampuan diri, serta kebiasaan belajar siswa. (AYU, 2021)

Oleh karena itu, agar tingkat kecemasan belajar siswa dapat menurun dalam mengembangkan kemampuannya di sekolah. Maka siswa perlu diberikan arahan melalui bimbingan konseling dengan menggunakan teknik bermain peran atau role playing. Dengan diterapkannya teknik role playing dalam metode pembelajaran di sekolah, siswa diharapkan mampu menguasai materi pelajaran yang disampaikan oleh guru sehingga

# PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling

“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”

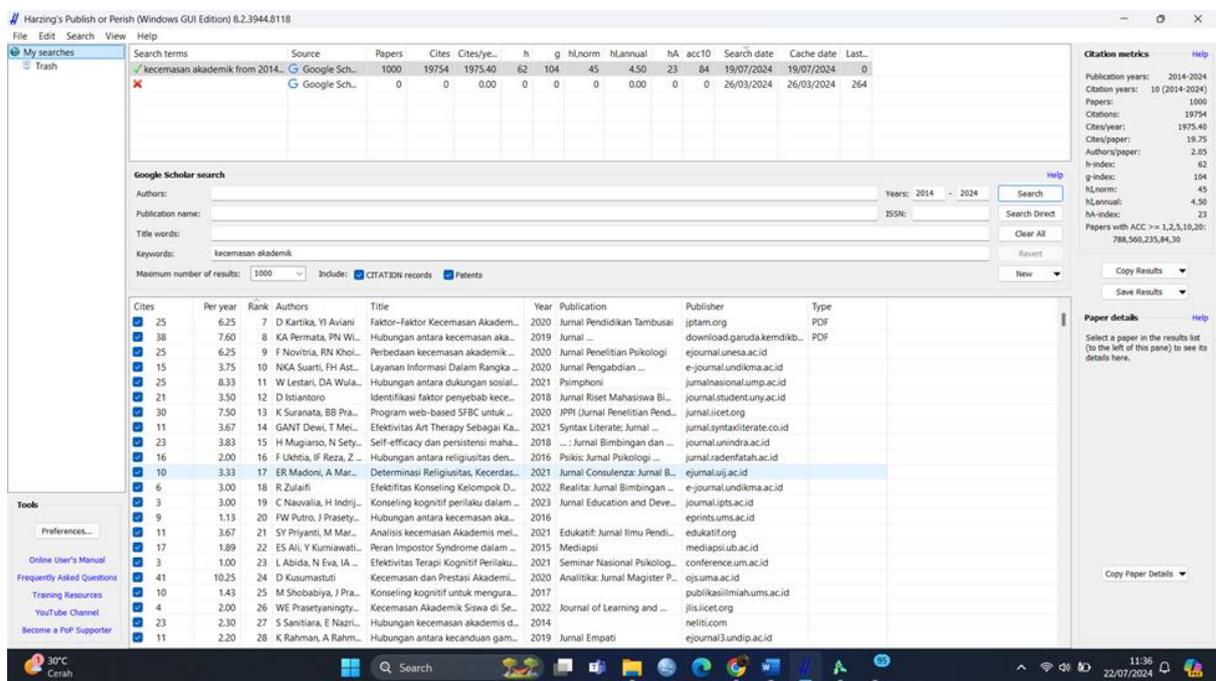
Sabtu, 27 Juli 2024

siswa lebih merasa percaya diri dalam proses belajar mengajar di sekolah. Namun apabila siswa telah berhasil mengantisipasi dan mengatasi gejala-gejala kecemasan, maka perasaan ini akan menjadi sumber motivator, seperti yang diutarakan oleh Corey (dalam Nurmelly, 2013) bahwa kecemasan adalah suatu keadaan tegang yang memotivasi kita untuk berbuat sesuatu.

## 2. Metode

Studi ini menggunakan data publikasi nasional yang diperoleh dari *google scholar search* melalui aplikasi *Publish or Perish*. Rentang artikel yang dianalisis yakni publikasi pada tahun 2014 hingga 2024 dengan memasukkan keyword kecemasan akademik dan disimpan dalam bentuk CSV. Analisis yang digunakan yakni berbantuan *VosViewer*.

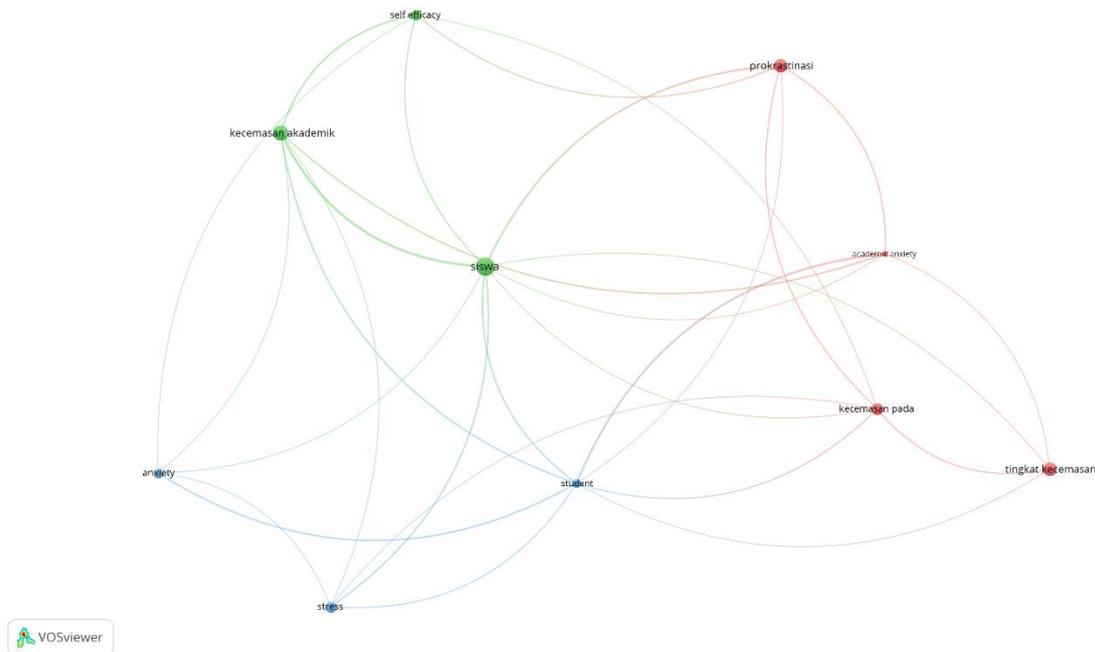
## 3. Hasil dan Pembahasan



Gambar 1. Proses dari pengumpulan data bantuan *Publish or Perish*

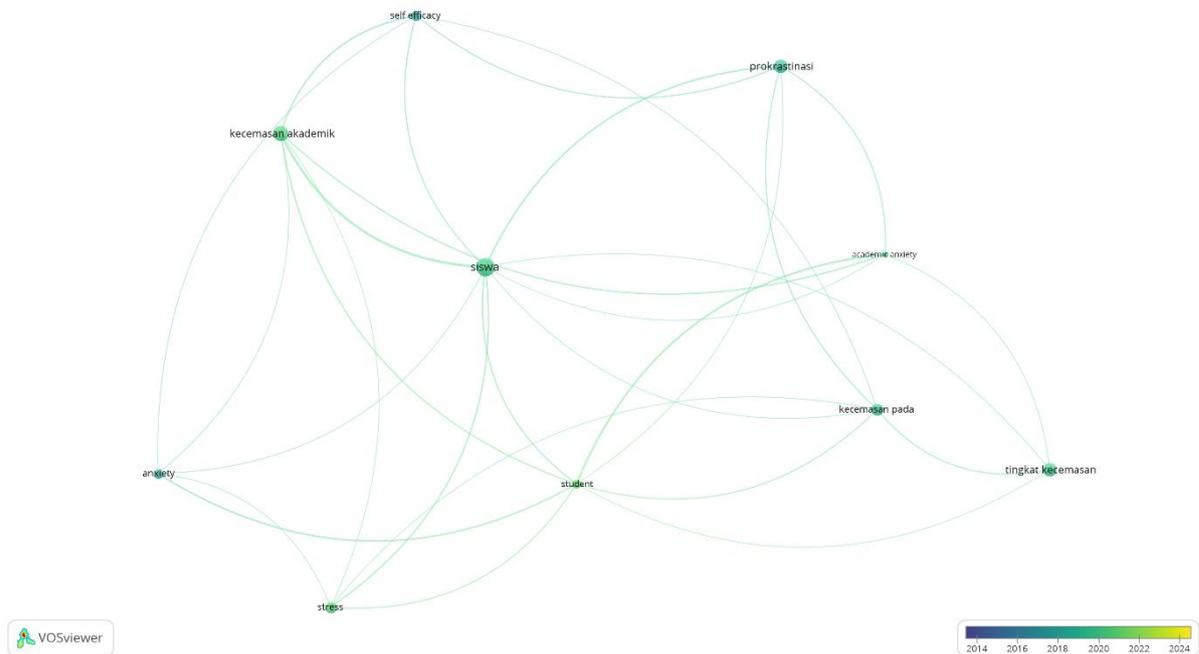
Berdasarkan hasil analisis di atas, menyatakan bahwa terdapat beberapa topik yang berhubungan dengan fokus penelitian terhadap Kecemasan akademik, seperti yang tercantum di bawah ini:

dia



**Gambar 2.** Hasil dari analisis bibliometrik topik penelitian

Berdasarkan data yang ditampilkan, dapat disimpulkan bahwa topik kecemasan akademik masih relevan dalam konteks siswa, self-efficacy, dan prokrastinasi. Peneliti menafsirkan bahwa studi sebelumnya lebih fokus pada kecemasan akademik pada siswa dan aspek terkait seperti self-efficacy dan prokrastinasi. Topik-topik yang tidak terlihat dalam gambar mungkin menunjukkan bahwa penelitian yang mengkaji topik tersebut masih terbatas, atau hubungannya dengan kecemasan akademik belum sepenuhnya jelas. Untuk melihat distribusi tahun publikasi dari jurnal-jurnal yang digunakan sebagai data, dapat dilihat pada gambar berikut:



**Gambar 3.** Hasil analisis berdasarkan tahun pencarian

Berdasarkan dari tabel diatas bahwa penelitian yang terbaru berkaitan dengan burnout akademik yang berada pada warna hijau muda. Terdapat beberapa kategori dalam hasil analisis ini diantaranya: Kategori 1 : kecemasan akademik siswa, belajar siswa, self efficacy dan stress ; Kategori 2 : prokrastinasi ; Kategori 3 : tingkat kecemasan ; Kategori 4 : anxiety ; Kategori 5 : academic anxiety.

Untuk melihat jumlah sitasi terbanyak dari jurnal yang dijadikan dalam data penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 1. Jumlah 5 artikel terbanyak disitasi

No	Jumlah sitasi	Judul penelitian	Nama pengarang	Tahun terbit
1.	696	Konsep stres akademik siswa	M barseli, I Ifdil, N Nikmarijal	2017
2.	297	Pengaruh kecemasan matematika terhadap kemampuan koneksi matematis siswa smp	IW Anita	2014

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"  
Sabtu, 27 Juli 2024

3.	218	Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian pada siswa kelas IX di MtsAl Hikmah Brebes	H Permana, F Harahap, B Astuti	2016
4.	185	Hubungan stres akademik siswa dengan hasil belajar	M Baeseli, R Ahmad, I Ifdil	2018
5.	82	Integritas dan kecemasan akadeemik dalam menghadapi ujian nasional pada siswa	T Firmanto, A Alsa	2016

Berdasarkan hasil di atas bisa di simpulkan dari adanya 1000 artikel yang telah di dapat dan di analisis menggunakan aplikasi publish or perish, yang memiliki sitasi terbanyak yaitu M barseli, I Ifdil, N Nikmarijal di tahun 2017 yang berjudul Konsep stres akademik siswa. Dengan hasil penelitian ini dapat di jadikan landasan untuk peneliti meneliti lebih lanjut mengenai topik tersebut secara komperhensif, hal ini di harapkan agar permasalahan peserta didik dapat terselesaikan melalui penerapan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat study yang telah di lakukan mengenai topik ini yaitu kcemasan akademik dan adanya hubungan lain dengan prokrastinasi akademik. Pada study ini peneliti memiliki keterbatasan dalam menganalisis karena sumber berasal hanya menggunakan googele scholar. Untuk penelitian lebih lanjut peneliti akan menggunakan alat yang lrbih proper lagi. Agar riset ini menjadi lebih sempurna akan di lakukan tinjauan ulang yang berkaitan dengan kecemasan akademik supaya guru BK di sekolah dapat lebih baik lagi dalam menerapkan layanan untuk peserta didik.

#### Daftar Pustaka

Komara, I. B., & Saputra, W. N. E. (2023). Implementasi bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan Self-Regulated Learning (SLR) siswa.

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”  
Sabtu, 27 Juli 2024

*Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad*

*Dahlan* (Vol 3, pp. 1050-1058).

Adityawarman, L. P. (2020). Peran Bimbingan Kelompok Dalam Perencanaan Karir

Siswa. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 165–177.

Al Khair, M. R. (2023). *Efektivitas Teknik Role Playing Melalui Layanan Bimbingan*

*Kelompok Untuk Mengurangi Academic Burnout Siswa Kelas VIII SMP Negeri*

*1 Darul Imarah* [PhD Thesis, UIN Ar-Raniry]. [https://repository.ar-](https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/34407/)

[raniry.ac.id/id/eprint/34407/](https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/34407/)

Anggraini, M. (2017). *EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN*

*TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN PERKEMBANGAN*

*BAHASA PADA ANAK DI KELOMPOK BERMAINAN KUNTUM MELATI*

*KEDATON BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018* [PhD

Thesis, UIN Raden Intan Lampung].

<http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/2432>

Ardimen, A., Neviyarni, N., Firman, F., Gustina, G., & Karneli, Y. (2019). Model

bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah. *Ta'dibuna: Jurnal*

*Pendidikan Islam*, 8(2), 278–298.

Arumiyah, S., Djannah, M., & Habsy, B. A. (2018a). Manfaat bimbingan kelompok

dalam mengatasi kesulitan belajar pada siswa sekolah menengah kejuruan.

*Jurnal Thalaba Pendidikan Indonesia*, 1(2), 140–153.

Astuti, N. W., Yuline, Y., & Wicaksono, L. (n.d.). Analisis pemahaman fungsi

bimbingan konseling pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 3 Pontianak.

*Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 9(2). Retrieved

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"  
Sabtu, 27 Juli 2024

May 27, 2024, from

<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/39329>

AYU, I. P. (2021). *PENGARUH KONSELING KOGNITIF PERILAKU DENGAN TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF TERHADAP PENURUNAN KECEMASAN AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK DI SMAN 1 BANDAR SRIBAWONO LAMPUNG TIMUR* [PhD Thesis, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG].

<http://repository.radenintan.ac.id/14413/>

DWIRANDY, N. B. (2012). *Kecemasan Akademik ditinjau dari Kepercayaan Diri* [PhD Thesis, Unika Soegijapranata Semarang].

<http://repository.unika.ac.id/5722/1/08.40.0100%20Nathania%20Beatrice%20Dwiriandy%20COVER.pdf>

Els, V., Brouwers, M., & Lodewyk, R. B. (2021). Quality of work life: Effects on turnover intention and organisational commitment amongst selected South African manufacturing organisations. *SA Journal of Human Resource Management, 19*. <https://doi.org/10.4102/sajhrm.v19i0.1407>

Fadillah, G. F. (2013a). Meningkatkan Pengendalian Diri Penerima Manfaat Melalui Bimbingan Kelompok Di Balai Rehabilitasi Mandiri. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application, 2*(1).

<https://journal.unnes.ac.id/sju/jbk/article/view/2121>

Fatimah, H., Ardini, F. M., & Fikriyani, D. N. (2023). Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assertive Training untuk Meningkatkan Self Esteem siswa. *JCOSE Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 6*(1), 28–36.

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"  
Sabtu, 27 Juli 2024

- Fitriani, E., & Zulfikar, E. (2018a). Manfaat bimbingan kelompok dalam meningkatkan etika komunikasi siswa. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 1(2), 67–72.
- Gianasari, D. S. (2020). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tindak Kecurangan Akademik Mahasiswa Pendidikan Akuntansi Universitas Sebelas Maret Melalui Kecemasan Akademik*. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/81105/>
- Gragnano, A., Simbula, S., & Miglioretti, M. (2020). Work–life balance: Weighing the importance of work–family and work–health balance. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(3), 907.
- Hanan, H. A. (2017). Meningkatkan Motivasi Belajar Bimbingan konseling Siswa Kelas VIII. C Melalui Bimbingan Kelompok Semester Satu Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 3(1), 62–72.
- Handayani, S., & Khairi, M. (2022). Study on the Role of Quality of Work Life and Leadership on Employee Performance. *International Journal of Service Science, Management, Engineering, and Technology*, 1(1), 24–27.
- Hartanti, J. (2022c). *Bimbingan kelompok*. Duta Sablon.  
<https://repository.unipasby.ac.id/id/eprint/3932/1/BIMBINGAN%20KELOMPOK%20Dr.%20JAHJU%20HARTANTI,%20M.%20Psi.%20.pdf>
- Hasanah, I., Sa'idah, I., Fakhriyani, D. V., & Aisa, A. (2022b). *Bimbingan Kelompok: Teori dan Praktik*. Duta Media Publishing.  
<http://repository.iainmadura.ac.id/745/>

## PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling  
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk  
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"  
Sabtu, 27 Juli 2024

- Irawanto, D. W., Novianti, K. R., & Roz, K. (2021). Work from home: Measuring satisfaction between work–life balance and work stress during the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Economies*, 9(3), 96.
- Irman, I. (2015). Pengelolaan kecemasan akademik siswa melalui pelatihan regulasi emosi. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 6(2), 62–71.
- Ishtifa, H. (2011). *Pengaruh self-efficacy dan kecemasan akademis terhadap self-regulated dan learning mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/1790>
- Kelliher, C., Richardson, J., & Boiarintseva, G. (2019). All of work? All of life? Reconceptualising work-life balance for the 21st century. *Human Resource Management Journal*, 29(2), 97–112. <https://doi.org/10.1111/1748-8583.12215>
- Kurniawan, D. E., & Pranowo, T. A. (2018). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodrama Sebagai Upaya Mengatasi Perilaku Bullying di Sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(1), 50–60.
- Laely, N., Wicaksono, A. S., & Puspitaningrum, N. S. E. (2022). Pengaruh Kecemasan Akademik Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Negeri 8 Surabaya. *Psikosains: Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 17(1), Article 1. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v17i1.4566>