

HUBUNGAN ANTARA KECEMASAN DAN MOTIVASI BELAJAR PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA)

The Relationship Between Anxiety and Learning Motivation Among High School (SMA) Students

Viona Grace & Sandy Kartasasmita

Universitas Tarumanagara

viona.705210032@stu.untar.ac.id; sandik@fpsi.untar.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Nov 23, 2024	Dec 7, 2024	Dec 19, 2024	Dec 24, 2024

Abstract

Education has an important role in developing students' abilities, but significant changes in the education system, such as curriculum changes, and academic requirements often put pressure on students so that it can trigger anxiety and have an impact on students' learning motivation. This study aims to determine the relationship between anxiety and learning motivation in high school students. The method used was a quantitative method involving 206 high school student participants based on purposive sampling. This study used the spearman corellation method and the results showed that there was no relationship between anxiety and learning motivation of high school students. The correlation test results obtained an r value of -0.017 and $p\ 0.814 > 0.05$. The results of the difference test using mann whitney and obtained there are differences in anxiety based on gender and differences in learning motivation based on grade level. The results of this study are expected to be useful for future researchers in conducting research with similar variables and useful for teachers to develop learning methods that can reduce student anxiety and can increase student learning motivation.

Keywords: Anxiety, Motivation to learn, Students

Abstrak: Pendidikan memiliki peran penting dalam pengembangan kemampuan siswa, akan tetapi adanya perubahan signifikan dalam sistem pendidikan, seperti perubahan kurikulum, dan persyaratan akademik sering kali memberikan tekanan tersendiri bagi siswa sehingga dapat memicu kecemasan dan berdampak pada motivasi belajar siswa. Pada penelitian yang dilakukan ini bertujuan mengetahui hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa sekolah menengah atas. Metode yang digunakan yaitu metode kuantitatif yang melibatkan 206 partisipan siswa sekolah menengah atas berdasarkan *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan metode *spearman correlation* dan didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar siswa SMA. Hasil uji korelasi didapatkan nilai $r -0.017$ dan $p 0.814 > 0.05$. Hasil uji beda menggunakan *mann whitney* dan didapatkan terdapat perbedaan kecemasan berdasarkan jenis kelamin dan perbedaan motivasi belajar berdasarkan tingkatan kelas. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian dengan variabel serupa serta bermanfaat bagi para guru untuk mengembangkan metode belajar yang dapat mengurangi rasa cemas siswa dan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

Kata Kunci: Kecemasan, Motivasi belajar, Siswa

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat siswa dapat belajar, berkembang, serta mengasah bakat dan kemampuan. Guru dan siswa berkolaborasi dalam proses pembelajaran untuk mencapai hasil yang optimal. Namun, dunia pendidikan telah mengalami berbagai perubahan signifikan dalam beberapa tahun terakhir, seperti perubahan kurikulum, sistem ujian akhir, serta persyaratan yang semakin kompleks untuk masuk ke universitas impian. Semua perubahan ini, meski bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan, sering kali menjadi tekanan tersendiri bagi siswa sekolah menengah atas (SMA). Perubahan-perubahan ini dapat berdampak positif maupun negatif bagi siswa. Menurut Setiawati (2022), dampak positif dari perubahan kurikulum adalah penyesuaian materi pembelajaran dengan perkembangan zaman. Namun, di sisi lain, dampak negatifnya dapat berupa penurunan prestasi dan motivasi belajar siswa, yang mengindikasikan perlunya perhatian khusus terhadap dampak psikologis yang ditimbulkan oleh perubahan-perubahan ini.

Siswa SMA tergolong dalam kategori fase perkembangan remaja yang merupakan masa peralihan, biasanya ditandai dengan adanya perubahan psikologis dan biologis sehingga menyebabkan timbulnya gejala perubahan berbagai macam sikap, perasaan dan emosi yang berdampak pada perasaan ketidaknyamanan sehingga mengharuskan siswa untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi (Manurung & Siagian, 2020). Kondisi emosi remaja khususnya pada siswa SMA mudah terguncang disebabkan oleh rasa cemas dalam

mengikuti pembelajaran sehari-hari, menghadapi ulangan harian, ujian akhir sekolah dan seleksi masuk perguruan tinggi (Hidayati, et. Al., 2022). Selain itu, Suarti et al (2020) mengungkapkan bahwa siswa SMA biasanya mengalami permasalahan emosional yang tidak stabil karena menghadapi tuntutan akademik yang lebih tinggi. Rasa cemas dalam menghadapi pembelajaran akademik merupakan hal yang biasa terjadi apabila masih dapat dikendalikan, namun bila sudah tidak terkendali maka kecemasan tersebut dapat berdampak pada kemampuan belajar (Wati & Subroto, 2023).

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mencatat bahwa kecemasan termasuk dalam gangguan jiwa yang sering terjadi, tercatat 200 juta orang lebih di seluruh dunia yang mengalami gangguan kecemasan. Dalam *factors Study* (GBD) 2019 melaporkan bahwa pada tahun 2019, terdapat dua gangguan kesehatan mental utama yang banyak terjadi dalam kategori kesehatan mental global, yaitu depresi dan kecemasan (Rani et al., 2022). Kementerian Kesehatan melaporkan pada tahun 2020, terdapat 18.373 individu di Indonesia yang mengalami gangguan kecemasan (Delianna dalam Nadila & Fajariyah, (2023)). Hal ini juga didukung oleh data dari Perhimpunan Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Indonesia (PDSKJI), yang mencatat peningkatan gangguan kecemasan hampir setiap tahun, dengan prevalensi 68,8% pada tahun 2020, 76,1% pada tahun 2021, dan 75,8% pada tahun 2022 (T. Vos et al., 2019, dalam Wijaya et al., 2022).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Khoshaim et al. (2020) dalam Dinata et al. (2021) menemukan terdapat 35% siswa mengalami kecemasan tingkat sedang sampai tinggi. Sementara itu, Faize dan Husain (2020) menemukan bahwa sekitar 8,2% siswa mengalami kecemasan pada tingkat tinggi. Suarti et al (2020) menyebutkan bahwa siswa yang mengalami cemas diakibatkan oleh perasaan tidak yakin terhadap kemampuan diri dalam menghadapi pembelajaran dan menyelesaikan tugas yang di diberikan, selain itu juga tingkat kecemasan siswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor aspek kognitif seperti kemampuan belajar siswa, aspek afektif menyangkut perasaan siswa, lingkungan keluarga seperti tuntutan untuk mendapat nilai yang baik, lingkungan sekolah seperti lingkup pertemanan dan interaksi dengan guru, status sosial, serta persaingan prestasi di sekolah. Faktor dan gejala tersebut secara tidak langsung dapat berdampak pada motivasi belajar siswa. kecemasan pada siswa perlu diperhatikan agar tidak mempengaruhi menurunnya motivasi belajar. Motivasi belajar siswa sangat diperlukan karena merupakan salah satu aspek penting dalam menumbuhkan semangat belajar siswa untuk mendapatkan hasil terbaik (Suarti et al., 2020).

Motivasi belajar merupakan sikap yang mendorong siswa untuk belajar dengan tujuan meningkatkan hasil belajar dengan baik serta dorongan psikologis siswa guna memahami suatu hal baru berupa kemampuan, pengetahuan, keterampilan dan inisiatif (Vivin et al., 2019). Beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa yaitu lingkungan belajar, kemampuan, aspirasi serta kondisi siswa tersebut (Akmalia dan Ulfah, 2021). Lingkungan belajar yang mendukung seperti dihormati dan dihargai oleh sesama rekan sehingga dapat menciptakan perasaan diterima. Rendahnya motivasi belajar siswa disebabkan oleh karena guru belum dapat menerapkan pembelajaran yang inovatif, kurangnya interaksi dua arah antara siswa dan guru serta guru tidak dapat menilai tingkat motivasi siswa Akmalia dan Ulfah (2021). Suarti et al (2020) mengungkapkan ciri siswa yang tidak termotivasi dalam hal belajar juga biasanya menunjukkan gejala cemas seperti gelisah, berkeringat, jantung berdebar, serta sulit berkonsentrasi.

Siswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi memiliki kemungkinan hilangnya motivasi belajar. Pendapat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo dan Dasari (2022) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif kecemasan matematika dengan motivasi belajar, yaitu jika tingkat kecemasan matematika tinggi, maka tingkat motivasi belajar akan rendah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pane et al. 2022 menemukan bahwa jika skor kecemasan tinggi, maka kinerja motivasi belajar akan menurun. Kirkland (dalam Vivin et al (2019)) mengungkapkan bahwa apabila kecemasan siswa berada pada taraf tinggi, maka motivasi belajar akan rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Fikriyani et al. 2020 juga memiliki kesamaan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa kecemasan berkorelasi negatif dengan motivasi belajar, jika nilai kecemasan tinggi maka motivasi belajar siswa rendah dan sebaliknya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Akmalia dan Ulfah (2021) terdapat perbedaan hubungan yang menemukan adanya hubungan positif antara kecemasan matematika dan motivasi belajar berdasarkan gender bahwa tingkat kecemasan siswa perempuan cenderung lebih tinggi di ikuti dengan tingginya motivasi belajar. Sebaliknya, tingkat kecemasan siswa laki-laki lebih rendah di ikuti dengan rendahnya motivasi belajar. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Febryliani (2021) berbeda dengan penelitian lainnya yang mendapatkan hasil uji korelasi bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan matematika dan motivasi siswa.

Berdasarkan penelitian terdahulu, banyak ditemukan hasil yang menunjukkan terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar, sangat jarang ditemukan hasil yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar siswa. Topik

yang membahas mengenai kecemasan dan motivasi belajar sudah banyak ditemukan, namun kebanyakan membahas pada spesifik mata pelajaran tertentu seperti matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam. Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMA secara umum dan tidak berpacu hanya pada mata pelajaran tertentu.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif *non-eksperimen*. Pada penelitian ini akan meneliti hubungan antara dua variabel yaitu variabel kecemasan dan variabel motivasi belajar pada siswa SMA. Dengan menggunakan metode kuantitatif, hasil pengolahan data akan menunjukkan apakah terdapat hubungan dari variabel kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMA. Proses pengambilan data penelitian menggunakan kuesioner dalam bentuk *Google Form* yang berisi alat ukur berupa *Hamilton Anxiety Scale* (HAM – A) untuk mengukur kecemasan dan *Academic Motivation Scale* (AMS) untuk mengukur motivasi belajar. Pada awal sebelum melakukan pengisian kuesioner, partisipan diberikan *informed consent* sebagai bentuk persetujuan pengambilan data yang bersifat rahasia untuk kebutuhan penelitian. Kemudian dari data yang telah didapatkan, peneliti akan melakukan pengolahan data menggunakan IBM *Statistical Product and Service Solutions* versi 25 (SPSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Variabel Penelitian

a. Gambaran Data Variabel Kecemasan

Gambaran data variabel kecemasan menggunakan skala likert 0 sampai 4 dengan nilai terendah 0 dan nilai tertinggi 5 serta *mean* hipotetik alat ukur 2.00 dan *mean* empirik 1.33. Berdasarkan hasil pengolahan data, pada dimensi psikis diperoleh *mean* empirik lebih kecil dari *mean* hipotetik sebesar 1.33 sehingga disimpulkan bahwa partisipan dalam penelitian ini memiliki kecemasan psikis yang cenderung tidak terlalu tinggi. Pada dimensi somatik diperoleh *mean* empirik 0.94 yang lebih kecil dari *mean* hipotetik, sehingga disimpulkan bahwa partisipan pada penelitian ini memiliki kecemasan

somatik yang rendah. Dari hasil yang didapatkan, disimpulkan bahwa pada variabel kecemasan, partisipan secara umum memiliki tingkat kecemasan rendah.

Tabel 1. *Gambaran Data Variabel Kecemasan*

Sub Dimensi	Minimum	Maximum	Mean Empirik	Std. Deviation
Kecemasan	0	4	1.33	0.689
Psikis	0	4	1.33	0.689
Somatik	0	4	0.94	0.732

Pada alat ukur *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HAM-A) membagi tingkatan kecemasan menjadi 4. Jika total nilai < 17 tergolong dalam kecemasan ringan, 18-24 maka tergolong kecemasan sedang, 25-30 maka tergolong dalam kecemasan berat, dan jika total nilai lebih dari 30 maka tergolong dalam tingkat kecemasan sangat berat. Partisipan terbanyak dalam penelitian ini merupakan golongan kecemasan ringan dengan jumlah sebanyak 124 partisipan (60.2%) dan jumlah partisipan paling sedikit merupakan golongan kecemasan sangat berat sebanyak 11 partisipan (5.3%). Frekuensi partisipan berdasarkan golongan tingkat kecemasan lebih lengkap dapat dilihat melalui tabel 2.

Tabel 2. *Frekuensi Kategori Tingkatan Variabel Kecemasan*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Kecemasan Ringan	124	60.2
Kecemasan Sedang	59	28.6
Kecemasan Berat	12	5.8
Kecemasan Sangat Berat	11	5.3
Total	206	100.0

b. Gambaran Data Variabel Motivasi Belajar

Gambaran data variabel motivasi belajar menggunakan skala likert dengan nilai 1 dan nilai tertinggi 6, *mean* hipotetik 3.5 dan *mean* empirik alat ukur 4.55. Dari hasil pengolahan data yang dilakukan, pada sub dimensi motivasi intrinsik didapatkan nilai *mean* empirik lebih besar dari pada *mean* hipotetik yaitu 4.82 sehingga disimpulkan bahwa siswa SMA memiliki motivasi intrinsik yang baik dalam hal belajar. Pada sub dimensi motivasi intrinsik di dapati nilai *mean* empirik sebesar 4.93 yang lebih besar dari nilai *mean* hipotetik sehingga disimpulkan bahwa siswa SMA memiliki motivasi

ekstrinsik yang cukup baik dalam hal mendukung semangat belajarnya. Pada sub dimensi terakhir yaitu amotivasi didapati bahwa nilai *mean* empirik lebih kecil yaitu 2.49 dari pada *mean* hipotetik sehingga dapat dikatakan bahwa siswa SMA memiliki motivasi belajar yang baik. Secara keseluruhan dari data yang didapatkan, siswa SMA memiliki motivasi belajar yang baik terkhusus pada motivasi ekstrinsik yang terlihat signifikan lebih tinggi dari pada motivasi intrinsik. Untuk data lebih lengkap dapat dilihat melalui tabel 3 berikut.

Tabel 3. *Gambaran Data Variabel Motivasi Belajar*

Sub Dimensi	Minimum	Maximum	Mean Empirik	Std. Deviation
AMS	1	6	4.55	0.719
Motivasi Intrinsik	1	6	4.82	0.911
Motivasi Ekstrinsik	1	6	4.93	0.779
Amotivasi	1	6	2.49	1.540

2. Analisis Data Utama

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas data menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan nilai signifikansi $p > 0.05$ maka dikatakan data berdistribusi normal. Pada hasil pengolahan data uji normalitas data yang dilakukan, didapatkan bahwa hasil $p = 0.00 < 0.05$ sehingga didapatkan hasil bahwa data yang didapatkan berdistribusi tidak normal.

Tabel 4. *Hasil Uji Normalitas One Sample Kolmogorov-Smirnov*

N	206
Asymp Sig. (2 tailed)	0.000

b. Analisis Hipotesis

Berdasarkan dari hasil uji normalitas, di dapatkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga untuk melakukan uji korelasi menggunakan *Spearman correlation*. Hasil uji korelasi di dapatkan nilai $r -0.017$ dan $p 0.814 > 0.05$. Maka disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dengan motivasi belajar siswa SMA.

Tabel 5. Hasil uji hipotesis antara kecemasan dan motivasi belajar

Variabel	R	p	Keterangan
Kecemasan dan motivasi belajar	-0.017	0.814	Tidak terdapat hubungan.

3. Analisis Data Tambahan

a. Uji Beda Kecemasan berdasarkan Jenis kelamin

Dalam melakukan uji beda, peneliti menggunakan *Mann Whitney* karena hasil pengolahan data berdistribusi tidak normal serta hanya terdapat 2 data yang akan di uji. Dari hasil pengolahan uji beda, di dapatkan nilai *mean* 109.09 dari 119 partisipan berjenis kelamin perempuan dan nilai *mean* sebesar 95.85 dari partisipan berjenis kelamin laki-laki, selain itu hasil z score menunjukkan nilai -1.578 dan $p\ 0.114 < 0.05$ sehingga berdasarkan hasil data yang diperoleh disimpulkan bahwa tingkat kecemasan siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dan terdapat perbedaan gejala kecemasan signifikan siswa perempuan dan laki-laki.

Tabel 6. Hasil uji beda kecemasan berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean	Jumlah	p	z
Laki-laki	95.85	87	0.114	-1.578
Perempuan	109.09	119		

b. Uji Beda Kecemasan Berdasarkan Tingkatan Kelas

Peneliti menggunakan analisis *Mann Whitney* dalam melakukan pengolahan data uji beda berdasarkan tingkatan kelas. Hasil mean siswa kelas 11 di dapatkan nilai sebesar 89.07 dan *mean* siswa kelas 12 sebesar 107.08, nilai z sebesar -1.736 dan nilai $p\ 0.083 > 0.05$. Dari hasil uji beda yang didapatkan, di simpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan antara siswa kelas 11 dan siswa kelas 12.

Tabel 7. Hasil uji beda kecemasan berdasarkan tingkatan kelas

Tingkatan Kelas	Mean	Jumlah	p	z
11	89.07	41	0.083	-1.736
12	107.08	165		

c. Uji Beda Motivasi Belajar Berdasarkan Jenis Kelamin

Selain melakukan uji beda pada variabel kecemasan, peneliti juga melakukan uji beda pada variabel motivasi belajar berdasarkan jenis kelamin. Hasil uji beda di dapatkan nilai *mean* sebesar 111.88 pada siswa laki-laki dan 97.37 pada siswa perempuan, selain itu juga di dapatkan nilai *z* -1.727 dan nilai *p* $0.084 > 0.05$ sehingga di tarik kesimpulan bahwa tidak terdapat perbedaan motivasi belajar siswa dilihat dari jenis kelamin.

Tabel 8. Hasil uji beda motivasi belajar berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean	Jumlah	p	z
Laki-laki	111.88	87	0.084	-1.727
Perempuan	97.37	119		

d. Uji Beda Motivasi Belajar Berdasarkan Tingkatan Kelas

Peneliti juga melakukan uji beda pada variabel motivasi belajar berdasarkan tingkatan kelas yang terdiri dari kelas 11 dan 12. Hasil uji di dapatkan nilai *mean* sebesar 80.34 pada siswa kelas 11 dan nilai *mean* sebesar 109.25 pada siswa kelas 12, selain itu juga di dapatkan nilai *z* sebesar -2.783 dan nilai *p* $0.005 < 0.05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat di tarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara motivasi belajar siswa kelas 11 dan 12 dengan nilai *mean* siswa kelas 12 lebih tinggi dari siswa kelas 11.

Tabel 9. Hasil uji beda kecemasan berdasarkan tingkatan kelas

Tingkatan Kelas	Mean	Jumlah	p	z
11	80.34	41	0.083	-1.736
12	109.25	165		

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil uji korelasi yang dilakukan, hasil di dapatkan nilai *r* -0.017 dan *p* $0.814 > 0.05$ sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMA . Peneliti mendapatkan hasil yang berbeda dengan kebanyakan hasil penelitian terdahulu yang menyatakan kecemasan dan motivasi belajar memiliki hubungan baik negatif maupun positif. Namun, masih terdapat penelitian yang

menunjukkan hasil uji korelasi bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar.

Hasil uji korelasi dari penelitian yang dilakukan menjawab hipotesis penelitian dengan menerima H0 bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMA. Hal ini disebabkan karena 60,2% partisipan yang terlibat tergolong dalam kecemasan ringan.

Hasil uji korelasi dari penelitian yang dilakukan menjawab hipotesis penelitian dengan menerima H0 bahwa tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan motivasi belajar pada siswa SMA. Selain hasil uji hipotesis, peneliti juga melakukan uji beda antara variabel kecemasan dilihat dari jenis kelamin dan tingkatan kelas. Hasil uji didapatkan bahwa terdapat perbedaan signifikan siswa perempuan memiliki kecemasan lebih tinggi di banding dengan siswa laki-laki, namun tidak terdapat perbedaan kecemasan berdasarkan tingkatan kelas. Selain itu juga peneliti melakukan uji beda motivasi belajar siswa berdasarkan jenis kelamin dan tingkatan kelas. Hasil uji didapatkan bahwa tidak terdapat perbedaan motivasi belajar berdasarkan jenis kelamin, namun terdapat perbedaan signifikan motivasi belajar siswa berdasarkan tingkatan kelas bahwa siswa kelas 12 memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa kelas 11.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmalia, R., & Ulfah, S. (2021). Kecemasan dan Motivasi Belajar Siswa SMP Terhadap Matematika Berdasarkan Gender di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Cendekia Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(3), 2285–2293. <https://doi.org/10.31004/cendekia.v5i3.846>
- Alam, I., Kharisma, P. A., & Arunita, Y. (2022). Kecemasan Remaja Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(2), 329-336. <https://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/1071/685>
- Andyani, N. A., Herawati, E., Sulistyani, S., & Agustina, T. (2021). HUBUNGAN KECEMASAN DAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN PRESTASI BELAJAR MAHASISWA FK UMS MASA PANDEMI COVID-19. *Proceeding of the URECOL*, 172–177. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/download/1319/1286>
- Arini, D. P. (2021). Emerging Adulthood : Pengembangan teori Erikson mengenai teori psikososial pada abad 21. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(01), 11–20. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i01.1377>
- Fathan, F., Pomalato, S. W. D., & Husain, A. K. (2020). Pengaruh Model Pembelajaran dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar IPS. *PEDAGOGIKA*, 10(1), 34–43. <https://doi.org/10.37411/pedagogika.v10i1.101>

- Febrianti, S., Monika, & Tasdin, W. (2023). Peran Career Adaptability Terhadap Career Anxiety Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 3(2), 91-100. <https://doi.org/10.24912/jmmpk.v3i2.23757>
- Febrylani, I. (2021). Hubungan Kecemasan Matematika dan Self-Regulated Learning terhadap Motivasi Siswa Sekolah Menengah Atas dalam Pembelajaran Matematika pada Kelas Virtual. *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(3), 2302-2312.
- Fikriyani, N., Lestari, S. M. P., Fitriani, D., & Utari, E. M. (2020). Hubungan efikasi diri dan kecemasan dengan motivasi belajar pada mahasiswa. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 2(2), 224–231. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i2.413>
- Limarta, S. F., Tiatri, S., & Beng, J. T. (2023). PARENTS' PERCEPTIONS OF EARLY CHILDHOOD MOTIVATION IN MASTERING MANDARIN: PRELIMINARY STUDY FOR PROGRAM DEVELOPMENT. *International Journal of Application on Social Sciences and Humanities*, 1(1), 108–115. <https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i1.25696>
- Melliasany, N., & Perceka, A. L. (2021b). Tingkat Kecemasan dan Motivasi Belajar Mahasiswa Keperawatan dalam Menghadapi Uji Kompetensi Exit Exam. *Jurnal Imiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(2), 255. <https://doi.org/10.23887/jipp.v5i2.33407>
- Nadila, S. S., & Fajariyah, N. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche pada siswi di SDI Teladan Al-Hadiyah 1 Jakarta Selatan. *MAHESA: Malabayati Health Student Journal*, 3(2). <http://dx.doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9419>
- Natalia, K., & Kurniawati, M. (2023). The Role of COVID-19 Media Exposure to Panic Buying with Anxiety as Mediator. *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 340-346. <https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i1.25815>
- Natarezwa, M. K. R., & Heng, P. H. (2023). The Relationship Between Learning Motivation and Academic Procrastination in Final Year Students in the Covid-19 Endemic Era. *Rivayat: Educational Journal of History and Humanities*, 6(4), 2336-2344. <https://doi.org/10.24815/jr.v6i4.34570>
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan kecemasan (anxiety disorder) pada anak usia dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 119-134.. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>
- Pati, W. C. B., Sirajuddin, M. S., & Apriawal, J. (2022). Pelatihan Regulasi emosi untuk menurunkan kecemasan pada remaja di Kabupaten Konawe (SMAN 1 Anggaber). *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 22–27. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v3i1.47>
- Prasetyo, F., & Dasari, D. (2023). Studi Literatur: Identifikasi Kecemasan Matematika dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *RANGE Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(2), 240–253. <https://doi.org/10.32938/jpm.v4i2.3649>
- R, F. C., & Hastuti, R. (2023). ANALISIS KORELASI ANTARA SENSE OF SCHOOL BELONGING DENGAN MOTIVASI AKADEMIK SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS. *AL-IRSYAD*, 13(2), 113. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v13i2.18198>

- Ramdan, I. M. (2019b). Reliability and Validity test of the Indonesian version of the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) to measure work-related stress in nursing. *Jurnal NERS*, 14(1), 33. <https://doi.org/10.20473/jn.v13i2.10673>
- Rani, E. N., Sulistiawan, I., Yunita, R. D., Ifsyaussalam, R. A., & Ariyani, V. (2022). Pentingnya Self Love Serta Cara Menerapkannya Dalam Diri. *Science and Education Journal (SICEDU)*, 1(2), 480-486. <https://doi.org/10.31004/sicedu.v1i2.70>
- Setiawati, F. (2022). Dampak kebijakan perubahan kurikulum terhadap pembelajaran di sekolah. *NIZAMULILMI: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(1), 1-17.
- Suarti, N. K. A., Astuti, F. H., Gunawan, I. M., Ahmad, H., & Abdurrahman, A. (2020). Layanan informasi dalam rangka meminimalisir kecemasan akademik siswa. *DOAJ (DOAJ: Directory of Open Access Journals)*. <https://doi.org/10.33394/jpu.v1i2.2836>
- Susanto, C., Hastuti, R., & Tiofanny, J. (2024). Kaitan Motivasi Akademik dan School Well-being Siswa SMA yang Menggunakan Kurikulum Merdeka Belajar. *EDUKATIF JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 6(3), 2498–2506. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i3.6867>
- SWIHASNIKA, C. R. (2019). *Hubungan antara self-efficacy dengan kecemasan menjelang keberangkatan kerja pada calon pekerja migran Indonesia (PMI) wanita di PT. Graba Mitra Balindo Banyumas dan Tegal* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO). <https://repository.ump.ac.id:80/id/eprint/9662>
- Vildayanti, H., Puspitasari, I. M., & Sinuraya, R. K. (2018). Farmakoterapi gangguan anxietas. *Farmaka*, 16(1), 196–213. <https://doi.org/10.24198/jf.v16i1.17446>
- Vivin, V. (2019). Kecemasan dan motivasi belajar. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 8(2), 240–257. <https://doi.org/10.30996/persona.v8i2.2276>
- Wati, L., & Subroto, U. (2023). Hubungan antara tipe kepribadian dengan kecemasan pada mahasiswa di Jakarta. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 7(1), 1-8. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v7i1.23390.2023>
- Yudha, E. S., Kartadinata, S., & Rusmana, N. (2018). MOTIVATION OF STUDENT EXCELLENCE AND GIFTED STUDENT IN SELF-DETERMINATION PERSPECTIVE. *SUSUNAN PANITIA*, 1.