

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kecemasan Akademik**

##### **1. Pengertian Kecemasan Akademik**

Gangguan Kecemasan merupakan kondisi kesehatan mental yang paling umum. Meskipun penyakit ini kurang terlihat dibandingkan dengan skizofrenia, depresi ataupun bipolar, penyakit ini sama melumpuhkannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat bahwa sebesar 13,3% penduduknya mengalami gangguan kecemasan, kecemasan ini merupakan subkelompok gangguan mental yang paling umum dijumpai.<sup>1</sup> Kecemasan diartikan dengan timbulnya perasaan takut tanpa sebab serta tidak didukung oleh situasi. Saat datangnya perasaan cemas ini mengakibatkan timbulnya perasaan tidak nyaman maupun timbulnya perasaan akan terkena musibah dalam diri individu, namun individu tersebut tidak dapat memahami emosi yang membahayakan tersebut muncul.<sup>2</sup> Kecemasan juga diartikan sebagai respon tubuh individu ketika terjadi sesuatu di lingkungan yang membutuhkan perhatian dari individu tersebut. Hal tersebut terjadi akibat adanya serangkaian perubahan biokimia yang ada di dalam otak dan tubuh, seperti peningkatan adrenali (menyebabkan jantung berdetak

---

<sup>1</sup> Alexander Bystritsky, Sahib S. Khalsa., dkk, "Current Diagnosis and Treatment of Anxiety Disorders", *P&T*, January 2013, Vol.38, No.1, 30.

<sup>2</sup> Okta Diferiansyah., dkk, "Gangguan Cemas Menyeluruh", *Jurnal Medula Unila*, Vol.5, No.2, Agustus 2016, 63.

leboh cepat) dan penurunan zat dopamine (zat kimia didalam otak yang membantu mencegah rasa sakit). Keadaan tersebut menghasilkan keadaan perhatian yang meningkat pada sumber kecemasan. Tingkat kecemasan yang tinggi mengakibatkan tubuh individu mempersiapkan untuk melawan ancaman yang dirasakan.<sup>3</sup>

Dalam sebuah lingkungan institusi hal tersebut biasanya dikenal dengan kecemasan akademik. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Valiante dan Pajares yang berpendapat bahwa kecemasan akademik adalah suatu perasaan resah atau muncul perasaan takut dalam individu terhadap suatu hal yang hendak terjadi, perasaan yang muncul itu akan berakibat dalam mengerjakan tugas dan kegiatan yang bermacam-macam dalam lingkungan akademik.<sup>4</sup> Kecemasan akademik dapat terjadi akibat perasaan cemas atau khawatir akan buruknya hasil kerja saat pemberian tugas.<sup>5</sup> Menurut Ottens kecemasan akademik mengacu pada terganggunya pola pemikiran dan respon fisik serta perilaku sebab kemungkinan performa yang ditampilkan oleh individu tidak diterima secara baik ketika tugas akademik diberikan.<sup>6</sup> Kecemasan akademik juga dikaitkan dengan kinerja akademis yang buruk. Tingkat kecemasan

---

<sup>3</sup> Cornell university, *Learning Strategies Center*, "Understanding Academic Anxiety", Iticha New York: 2015.

<sup>4</sup> Fiqih Amalia, "Efikasi Diri dan Kecemasan Akademik Dalam Menghadapi Mata Kuliah Studio Perancangan Arsitektur pada Mahasiswa Jurusan Arsitektur", *Naskah Publikasi UII(Online)*, 2016, 2.

<sup>5</sup> Akta Ririn Aristawati., dkk, Kecemasan Akademik Mahasiwa Menjelang Ujian Ditinjau dari Jenis Kelamin, Sukma; *Jurnal Penelitian Psikologi*, Juni 2020, Vol. 1, No. 1, 74.

<sup>6</sup> Firziani Puti Marsella, Uji Validitas Konstruk pada Instrument Academic Anxiety dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA), UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2014.

akademis yang tinggi dapat berdampak negatif pada memori kerja individu.<sup>7</sup>

Dalam penelitian yang dilakuakn O'Connor, ia mengungkapkan bahwa kecemasan akademik dapat diakibatkan karena latihan yang bersifat rutinitas dan memiliki intensi kondisi yang bagus saat menunjukkan performanya, serta mempertaruhkan sesuatu yang nilainya sangat tinggi, seperti saat unjuk muka dihadapan individu lain. Individu yang merasakan perasaan cemas ini ditunjukkan dengan cara yang berangsur-angsur sejak awal kecemasan tersebut muncul, seperti ketika harus membacakan sesuatu di depan kelas dengan suara yang lantang. Gangguan yang cukup parah pada diri individu dapat diartikan bahwa terjadi suatu kepanikan dan kesulitan untuk melakukan fungsinya secara normal<sup>8</sup>

## 2. Jenis-Jenis Kecemasan Akademik

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Atieq Rehman, ia membagi kecemasan menjadi 3 jenis, antara lain:<sup>9</sup>

### 1) Kecemasan Akademik Berat

Kecemasan akademik berat ini menunjukkan ketakutan yang tidak nyata dalam individu seperti perasaan akan gagal dalam

---

<sup>7</sup> M. Owens, J. Hadwin., dkk, Axienty and depression in academic performance: An exploration of the mediating factors of worry and working memory. *School Psychology International*. Vol 13, 2012, 435.

<sup>8</sup> Amalia Putri Pratiwi , “hubungan antara kecemasan akademis dengan self regulated learning pada siswa RSBI” (Skripsi (Online), UNDIP, Semarang, 2009), 27. Diakses (<http://eprints.undip.ac.id>, diakses tanggal 25 november 2020).

<sup>9</sup> Atieq Ul Rehman, “Academic Enxiety among Higher Education Students of India, Causes and Preventive Measure: An Exploratory Study”, Florida (AS): Modern Scientific Press Company, , *International journal of Modern Social Sciences*, 2016, Vol.5, No.2, 106.

sebagian mata pelajaran yang ada di suatu institusi pendidikan. Seperti perasaan tidak nyaman ketika guru ataupun dosen memasuki kelas. Hal ini menunjukkan bahwa emosi yang negatif lebih mengarah pada penderita kecemasan akademik tingkat berat.

## 2) Kecemasan Akademik Sedang

Kecemasan pada tingkat ini menjadi prasyarat untuk berjalannya lingkungan pembelajaran secara sukses. Hal ini bekerja sebagai pendukung adanya motivasi. Seperti munculnya pikiran jika individu tidak belajar saat akan melaksanakan ujian maka akan mengakibatkan kegagalan. Meskipun tidak pandai tapi saya akan mencoba yang terbaik.

## 3) Kecemasan Akademik Ringan

Kecemasan pada tingkat ini berguna sebagai kekuatan demotivasi pada siswa. Seperti munculnya pikiran bahwa ketika guru memasuki kelas guru tidak akan memarahi muridnya yang kurang disiplin di depan teman sekelasnya. Atau munculnya usaha berlebihan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Sedangkan Freud membagi kecemasan menjadi tiga bagian yang didasarkan pada sumbernya, antara lain:<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Alwisol, *Psikologi Kepribadian*, (Malang: UMM Press: 2014), 22-23.

1) Kecemasan Realistik (*Relistic Anxiety*)

Kecemasan ini menumbuhkan ketakutan akan bahaya kenyataan yang terdapat dalam dunia luar, kecemasan ini menjadi penyebab timbulnya kecemasan neurotic dan moral.

2) Kecemasan Neurotik

Kecemasan ini menumbuhkan rasa takut akan hukuman yang hendak diberikan oleh orang tuanya atau sosok yang ditakuti jika dirinya melakukan sesuatu sesuai naluri dengan caranya sendiri, dan berkeyakinan akan menerima hukuman. Hukuman ataupun sosok yang memberikan hukuman ini sifatnya adalah khayalan semata.

3) Kecemasan Moral

Kecemasan ini tumbuh akibat individu melakukan pelanggaran terhadap standart nilai yang telah diberikan oleh orang tuanya. Kecemasan ini sekilas terlihat mirip namun keduanya memiliki perbedaan dalam hal prinsip, yang terdapat pada tingkat berfikir rasional dan cara memikirkan permasalahan karena adanya energy superego, dalam kecemasan neurotic individu sedang berada pada keadaan distress yang kadangkala panik, sehingga tidak mampu berfikir secara jelas dan energinya akan menyebabkan terhambatnya antara hal yang bersifat khayal dan hal yang bersifat nyata. hal yang bersifat nyata.

### 3. Karakteristik Kecemasan Akademik

Menurut Ottens kecemasan akademik dibagi menjadi empat karakteristik, antara lain:<sup>11</sup>

- 1) Model kecemasan yang mengakibatkan aktivitas mental (*pattern of anxiety engendering mental anxiety*)

Hal ini memberikan dampak yang salah pada siswa mengenai isu yang ada tentang cara menetapkan nilai yang terdapat dalam diri, cara yang baik untuk dapat memberikan motivasi dalam diri dan cara menangani kecemasan yang merupakan pola pikir yang salah, sehingga dapat menyebabkan munculnya kecemasan akademik.

- 2) Perhatian yang menandakan tujuan yang salah (*misdirected attention*)

Individu yang mengalami cemas dalam hal akademik akan membiarkan perhatian yang ada menjadi turun. Perhatian ini ditandai dengan gangguan eksternal, seperti: terganggu oleh individu lainnya, suara yang terdengar bising, jam. Sedangkan, gangguan secara internal, seperti: munculnya perasaan khawatir, lebih suka melamun ataupun merenung, adanya reaksi pada fisik.

- 3) Distrees dalam fisik (*psysiological distress*)

Adanya reaksi dalam tubuh yang ditandai dengan adanya ketegangan otot, detak jantung menjadi cepat, gemetar pada tangan.

---

<sup>11</sup> A.J Ottens, *Coping With Academic Anxiety*, (GoogleBooks)(New York: he Rosen Publishing Group, 1991), 5-7.

Kondisi pada fisik serta emosi dari bentuk kecemasan menjadi tidak terkendalikan.

4) Adanya perilaku yang kurang baik (*inappropriate behaviors*)

Individu yang mengalami kecemasan akademik lebih condong menyatukan sebuah kesulitan. Perilaku ini lebih mengarah pada situasi akademik yang kurang tepat. Individu yang merasakan dirinya cemas juga mengusahakan agar dirinya mampu mengerjakan sebuah ujian ataupun berusaha secepat mungkin mengerjakan soal ujian yang bertujuan untuk terhindar dari kesalahan selama ujian.

#### 4. Gejala Kecemasan Akademik

Setiap individu pernah merasakan gejala kecemasan, namun umumnya hanya sesekali ataupun dalam jangka waktu yang singkat, serta tidak menimbulkan terjadinya suatu masalah. Akan tetapi ketika gejala kecemasan, fisik, perilaku kognitif ini parah, serta kecemasan membahayakan suatu individu dan memiliki dampak yang negatif terhadap pekerjaan atau belajarnya, bersosialisasi dan mengatur tugas sehari-hari, mungkin diluar batas normal. Adapun gejala yang mengindikasikan bahwa individu mengalami kecemasan akademik:<sup>12</sup>

- 1) Kognitif: Pikiran cemas (misalnya: “Saya tidak mampu mengendalikan diri saya”), Prediksi cemas (misalnya: “Saya beranggapan bahwa perkataan saya akan mempermalukan diri saya sendiri”, “saya akan gagal melakukan presentasi”), dan keyakinan

---

<sup>12</sup> Neil A, Danielle Bourdeau, Kate kitchen, Linda Joseph-Massiah, Anxiety disorders: An information guide, *Centre for Addiction and Mental Health*, library And Archives Canada Cataloguing in Publication, 2008, 6.

cemas (misalnya: “hanya orang bodoh dan tidak mampu melakukan sesuatu dengan baik”)

- 2) Fisik: Reaksi fisik yang berlebihan terhadap sesuatu (misalnya: Jantung yang bedebar kencang dan sesak nafas saat dilingkungan yang ramai). Gejala ini sering disalah artikan seperti serangan jantung.
- 3) Perilaku: Menghindari sesuatu yang ditakuti, menghindari aktivitas yang berakibat pada munculnya perasaan cemas.

## 5. Komponen Kecemasan Akademik

Menurut Holmes, kecemasan akademik terdapat 4 komponen, antara lain:<sup>13</sup>

- 1) Komponen Mood (psikologis)

Komponen mood ini terjadi seperti munculnya perasaan cemas, sedih, rasa tegang, gelisah, perasaan tidak aman/prihatin, was-was, gugup, dan takut. Hal tersebut membuat individu merasa kurang tenang dan mudah untuk tersinggung, hal tersebut berkemungkinan akan terjadinya depresi.

- 2) Komponen Kognitif

Pada komponen ini, individu yang merasa cemas memiliki rasa khawatir yang terhadap semua permasalahan yang barangkali akan terjadi, sehingga individu akan kesulitan untuk fokus dan konsentrasi

---

<sup>13</sup> Hanny Isthifa, “Pengaruh Self Efficacy dan Kecemasan Akademis terhadap Self Regulated Learning Mahasiswa fakultas Psikologi UIN Jakarta”, (Skripsi(Online), UIN Jakarta, Jakarta, 2011), 42-43, diakses (<http://repository.uinjkt.ac.id>, diakses tanggal 29 November 2020)



atau takut membuat keputusan, perasaan bimbang, serta akan mengalami kesulitan guna mengingat kembali.

### 3) Komponen Somatik

Dalam komponen ini secara fisik ataupun biologis dibagi menjadi dua bagian, antara lain;

- a) Gejala secara langsung yaitu mudah mengeluarkan keringat, terjadinya sesak napas, detak jantung menjadi cepat, naiknya tekanan darah, pening, otot tubuh menjadi tegang.
- b) Jika cemas yang dirasakan berangsur-angsur dengan waktu yang lama dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah, pusing, tegangnya otot, dan mual.

### 4) Komponen Motorik

Secara motorik ataupun gerakan tubuh, kecemasan ini dapat terlihat dari gangguan tubuh yang dirasakan seseorang, seperti gemetar pada tangan, gagap dalam berbicara, dan sikap yang tergesa-gesa.

## **B. Hasil Belajar**

### **1. Pengertian Hasil Belajar**

Hasil belajar merupakan bentuk gabungan dari dua kata yaitu “hasil” dan “belajar”. Hasil diartikan sebagai suatu pencapaian yang didapatkan karena melakukan suatu kegiatan ataupun proses yang

berakibat pada berubahnya input secara fungsional.<sup>14</sup> Dalam pengertian psikologis, belajar ialah proses berubahnya suatu tingkah laku yang merupakan hasil dari hubungan interaksi terhadap lingkungan di sekitarnya guna terpenuhinya keperluan untuk hidup. Perubahan ini akan bersifat nyata yang mencakup segala aspek tingkah laku yang ada.<sup>15</sup>

Roger mengartikan bahwa belajar ialah suatu proses dalam diri yang berguna agar individu tergerak mengeluarkan segala kemampuan kognitif, efektif, serta psikomotoriknya agar mempunyai berbagai kompetensi intelektual, ketrampilan, dan moral.<sup>16</sup> Sedangkan piaget mengartikan bahwa belajar ialah sebuah hubungan yang terkait proses interaksi yang dilakukan individu terhadap lingkungannya yang selalu berubah dan terjadi secara berkelanjutan.<sup>17</sup> Maka dari penjelasan diatas maka dapat diambil pemahaman bahwa belajar ialah suatu bentuk usaha yang dilakukan untuk dapat mencapai suatu perubahan dari hubungan interaksi yang terjadi didalam lingkungan sekitarnya.

Pada dasarnya hasil belajar ialah suatu kompetensi yang telah dicapai individu setelah menempuh kegiatan pembelajaran.<sup>18</sup> Oemar Hamalik berpendapat bahwa hasil belajar ialah perubahan yang terjadi pada tingkah laku yang terdapat dalam diri individu, perubahan tersebut bisa diamati maupun diukur dengan bentuk pengetahuan, sikap, dan

---

<sup>14</sup> Purwanto, *Evaluasi Hasil Belajar*, (Yogyakarta:Pustaka pelajar, 2011), 44.

<sup>15</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), 2.

<sup>16</sup> Ngalm Purwanto, *Psikologi Pendidikan*, (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000), 84.

<sup>17</sup> Abudin Nata, *Perspektif Islam Tentang Stratregi pembelajaran*, (Jakarta: Kencana, 2011), 101.

<sup>18</sup> Mulyono Abdurrahman, *Pendidikan Bagi Anak Berkesulitan Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 3.

ketrampilan yang dimiliki individu. Perubahan yang ada tersebut dapat dipahami sebagai proses meningkat dan berkembangnya individu menjadi lebih baik dari sebelumnya, dimana awalnya tidak mengetahui menjadi mengetahui.<sup>19</sup>

Adapun pendapat lain bahwa hasil belajar merupakan proses dalam penentuan nilai belajar yang didapat dari penilaian ataupun pengukuran terhadap hasil kinerja siswa dalam pembelajaran. Berdasarkan pemaparan tersebut maka hasil belajar dapat dijadikan sebagai patokan atau tolak ukur untuk mengetahui keberhasilan yang telah dilampaui siswa setelah ikut serta dalam proses belajar mengajar, yang mana tingkat keberhasilan yang telah dilampaui tersebut selanjutnya ditunjukkan dengan skala nilai berupa huruf, kata, maupun simbol.<sup>20</sup> Hasil belajar yang telah dilakukan individu dapat tergambar dari tanggung jawab dalam pelaksanaan tugas yang diberikan kepada dirinya. Serta pada bagian lainnya, hasil belajar dapat dijelaskan menjadi suatu kemampuan puan yang telah didapatkan individu setelah mendapatkan pengalaman dalam pembelajaran.

Berdasarkan pemaparan di atas maka hasil belajar dapat disimpulkan menjadi akhir dari penilaian yang telah dicapai oleh individu selama melaksanakan proses dan pengenalan dalam pembelajaran yang telah dilaksanakan secara berulang dan tersimpan dengan waktu yang cukup lama atau bahkan tidak dapat hilang seterusnya. Karena hasil belajar

---

<sup>19</sup> Oemar Hamalik, *Proses Belajar Mengajar*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2007), 30.

<sup>20</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009), 200.

tersebut dapat membentuk kepribadian dalam diri individu yang selalu berusaha agar dapat mencapai hasil terbaik sehingga berdampak pada berubahnya pola pikir dan menghasilkan perilaku kinerja yang lebih bagus lagi.

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar

Slameto membagi faktor yang mempengaruhi hasil belajar menjadi 2 golongan yaitu faktor intern dan ekstern, sebagai berikut:<sup>21</sup>

### 1) Faktor intern, meliputi:

- a) Faktor jasmani, yaitu faktor kesehatan dan kecacatan yang ada dalam tubuh individu.
- b) Faktor Psikologis, yaitu: tingkat intelegensi, perhatian, minat yang diinginkan, bakat yang dimiliki, motivasi, serta matang dan siapnya untuk mengikuti proses pembelajaran.
- c) Faktor kelelahan, yaitu: terdapat dua kelelahan antara lain kelelahan jasmani dan rohani. Kelelahan jasmani ini terlihat seperti keadaan tubuh yang lemah, lemas dan kelelahan rohani dapat dilihat ketika adanya perasaan bosan dan lesu sehingga hilangnya dorongan ataupun minat guna menghasilkan sesuatu.

### 2) Faktor ekstern, meliputi:<sup>22</sup>

- a) Faktor keluarga, faktor ini merupakan pengaruh dari bagaimana cara orang tua dalam mendidik anaknya, jalinan hubungan dalam keluarga, suasana yang terdapat dalam lingkungan

---

<sup>21</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang* . . . . ., 54-59.

<sup>22</sup> Slameto, *Belajar dan Faktor-Faktor yang* . . . . ., 60-70.

keluarga, keadaan perekonomian dalam keluarga, perhatian yang telah diberikan oleh orang tua kepada anaknya, serta latar belakang budaya yang ada.

- b) Faktor Sekolah, faktor ini meliputi metode pengajaran yang diberikan oleh guru, feedback antara guru dan muridnya, disiplin dalam lingkungan sekolah, alat ataupun bahan pelajaran, lama waktu didalam sekolah, standart pelajaran yang ditekankan, keadaan gedung maupun lingkungan sekolah, metode yang digunakan dalam belajar, serta pekerjaan rumah yang diberikan oleh guru.
- c) Faktor Masyarakat, yaitu: teman dalam lingkungan pergaulan, bentuk kehidupan ataupun perilaku masyarakat yang terdapat di dalam lingkungan individu tersebut.

### **3. Indikator Hasil Belajar**

Dalam suatu pendidikan belajar dapat diartikan berhasil apabila dapat memenuhi tujuan pendidikan itu sendiri, dimana salah satu tujuan pendidikan adalah ketercapaian hasil belajar peserta didik yang secara umum dibagi menjadi 3 aspek yaitu:<sup>23</sup>

#### 1) Aspek Kognitif

Pembagian aspek ini digolongkan menjadi 6 tingkatan. Antara lain:

---

<sup>23</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*. . . . ., 202-204.

- a) Pengetahuan, dalam aspek ini individu diminta kembali agar dapat mengingat satu maupun lebih mengenai fakta yang bersifat mudah.
  - b) Pemahaman, dalam aspek ini individu dihadapkan pada pembuktian mengenai pemahaman sederhana antara fakta maupun konsep yang ada
  - c) Penggunaan ataupun penerapan, dalam aspek ini individu ditekankan agar mempunyai kemampuan guna memberikan seleksi yang bersifat generalisasi ataupun abstrak (konsep, hukum, dalil, dll) dengan tepat guna diterapkan dalam situasi baru dan diterapkannya secara benar.
  - d) Analisis, dalam aspek ini individu ditekankan untuk mampu memberikan analisis relasi atau situasi yang kompleks maupun konsep yang mendasar.
  - e) Sintesis, pada aspek ini ditekankan pada kemampuan individu untuk dapat menggabungkan komponen pokok kedalam susunan yang baru.
  - f) Evaluasi, pada aspek ini menekankan pada penerapan pengetahuan serta kemampuan yang dipunyai guna memberikan penilaian pada suatu kasus.
- 2) Aspek Afektif

Aspek ini mengarah pada perhatian, sikap, *reward*, nilai-nilai, perasaan, afeksi, maupun emosi.

### 3) Aspek Psikomotor

Aspek ini lebih condong mengarah pada ketrampilan, melakukan manipulasi pada benda ataupun melakukan tindakan yang membutuhkan pengkoordinasian dengan badan maupun saraf. Menurut Kibler, Barket, Miles menjelaskan mengenai aspek psikomotor mencakup gerak tubuh yang jelas terlihat, keselarasan antara gerak yang telah dikoordinasikan, keperluan komunikasi nonverbal, dan serta ketrampilan untuk berbicara.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Dimiyati dan Mudjiono, *Belajar dan Pembelajaran*. . . . ., 205.

### **C. Kerangka Berfikir**

Kecemasan akademik didefinisikan sebagai perasaan gelisah, khawatir, resah yang terdapat dalam diri individu, kecemasan ini berakibat terhadap hasil belajar individu. Kecemasan pada masa pandemi dianggap wajar namun apabila kecemasan ini berkepanjangan mengakibatkan gangguan psikologi, fisik maupun kognitif. Kecemasan ini menimbulkan rasa tidak tenang, ketakutan yang berlebih, perilaku yang kurang baik, bahkan dapat membuat bahaya diri sendiri maupun orang disekitarnya.

Hasil belajar merupakan suatu proses penentuan nilai dalam sebuah pembelajaran yang diukur dari ketrampilan dalam pembelajaran, pengetahuan dalam pembelajaran, sikap dalam pembelajaran itu sendiri. Dalam proses mendapatkan hasil belajar itu sendiri dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor intern yang meliputi jasmani, psikologis dan kelelahan, maupun faktor ekstern yang meliputi keluarga, sekolah ataupun masyarakat.

Kecemasan akademik ini dianggap memiliki hubungan dengan hasil belajar. Karena ketika seseorang mengalami kecemasan akademik yang dapat mengganggu proses belajarnya, maka akan berakibat pada menurunnya hasil belajar individu itu sendiri. Jika seseorang memiliki kecemasan akademik yang sedang dan tidak mengganggu proses belajarnya, maka dapat membantu meningkatkan hasil belajarnya.



Tabel 2.1

**Kerangka berfikir Kecemasan Akademik dengan Hasil Belajar**