JPIM: Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisipliner
Vol. 03, No. 01, Tahun 2026, Hal. 213-219, ISSN: 3089-0128 (Online)

Hubungan *Self Academic Concept* dengan *Anxiety Academic* pada Mahasiswa Surabaya

Ahmad Syafiudin Ramadhani[1], Vania Ardelia[2]
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya
ahmad.22032@mhs.unesa.ac.id[1], vaniaardelia@unesa.ac.id[2]

Article Info

Article history:
Received May 16, 2026
Revised May 26, 2026
Accepted June 6, 2026

Keywords:
self-academic concept, academic anxiety, university students, higher education, psychology

ABSTRACT

Academic anxiety is one of the psychological problems frequently experienced by university students due to academic demands, evaluations, and expectations that must be fulfilled. Academic self-concept is considered an important psychological factor that may influence students' levels of academic anxiety. This study aimed to examine the relationship between self-academic concept and academic anxiety among university students in Surabaya. This research employed a quantitative correlational design involving 135 active university students in Surabaya selected through convenience sampling. Academic anxiety was measured using the Academic Anxiety Scale (AAS), while self-academic concept was measured using the Academic Self-Concept Questionnaire (ASCQ). Data were analyzed using Spearman correlation because the data were not normally distributed. The results showed a significant negative relationship between self-academic concept and academic anxiety ($r = -0.414$; $p < 0.001$). These findings indicate that students with higher self-academic concept tend to experience lower levels of academic anxiety. Therefore, strengthening self-academic concept may serve as an important strategy to reduce academic anxiety among university students.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Article Info

Article history:
Received May 16, 2026
Revised May 26, 2026
Accepted June 6, 2026

Keywords:
self academic concept, anxiety academic, mahasiswa, kecemasan akademik, konsep diri akademik

ABSTRAK

Kecemasan akademik merupakan salah satu permasalahan psikologis yang banyak dialami mahasiswa akibat tingginya tuntutan akademik, beban tugas, serta tekanan untuk mencapai prestasi yang optimal. Salah satu faktor internal yang diduga berhubungan dengan kecemasan akademik adalah self academic concept. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self academic concept dengan anxiety academic pada mahasiswa di Surabaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 135 mahasiswa aktif di Surabaya yang diperoleh menggunakan teknik convenience sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Academic Anxiety Scale (AAS) dan Academic Self Concept Questionnaire (ASCQ). Data dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara self academic concept dengan anxiety academic ($r = -0,414$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi self academic concept yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat anxiety academic yang dialami. Sebaliknya, mahasiswa dengan self academic concept yang rendah cenderung memiliki tingkat

anxiety academic yang lebih tinggi. Hasil penelitian menegaskan pentingnya penguatan self academic concept sebagai salah satu upaya untuk membantu mahasiswa mengelola tekanan akademik secara adaptif.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:
Ahmad Syafiudin Ramadhani
Universitas Negeri Surabaya
Email: ahmad.22032@mhs.unesa.ac.id

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan kelompok yang menghadapi berbagai tuntutan akademik selama menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Tuntutan tersebut meliputi penyelesaian tugas, pelaksanaan presentasi, ujian, pencapaian prestasi akademik, hingga penyelesaian studi tepat waktu. Berbagai tuntutan tersebut sering kali menimbulkan tekanan psikologis yang dapat berkembang menjadi kecemasan akademik (*academic anxiety*) (Cassady et al., 2019; Nihayah et al., 2021). Kecemasan akademik merupakan kondisi emosional yang ditandai dengan munculnya rasa khawatir, tegang, takut gagal, serta pikiran negatif yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Kondisi ini dapat memengaruhi kemampuan individu dalam berkonsentrasi, mengingat informasi, dan menyelesaikan tugas akademik secara optimal (Cassady et al., 2019). Penelitian menunjukkan bahwa kecemasan akademik yang tinggi dapat berdampak pada penurunan performa belajar, rendahnya motivasi akademik, serta menurunnya kesejahteraan psikologis mahasiswa (Lohbeck et al., 2016; Khalaila, 2015).

Fenomena kecemasan akademik masih banyak ditemukan pada mahasiswa. Azizy et al. (2019) menjelaskan bahwa tuntutan akademik yang tinggi dan tekanan untuk memperoleh prestasi menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap munculnya kecemasan akademik. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Cyntia et al. (2021) yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecemasan yang tinggi cenderung mengalami hambatan dalam pencapaian akademik. Selain itu, Fransiska et al. (2024) mengungkapkan bahwa beban tugas, evaluasi akademik, dan tekanan pencapaian prestasi merupakan faktor yang memengaruhi munculnya kecemasan akademik pada mahasiswa. Sari et al. (2023) juga menjelaskan bahwa kecemasan akademik merupakan salah satu masalah psikologis yang cukup sering dialami mahasiswa dalam proses pembelajaran.

Salah satu faktor internal yang diduga berperan dalam menurunkan kecemasan akademik adalah *self academic concept*. Menurut Marsh dan Martin (2011), *self academic concept* merupakan persepsi dan evaluasi individu terhadap kemampuan akademik yang dimilikinya. Konsep diri akademik menggambarkan bagaimana individu memandang kompetensi akademiknya berdasarkan pengalaman belajar, keberhasilan yang dicapai, serta interaksi dengan lingkungan pendidikan (Liu & Wang, 2005). Mahasiswa yang memiliki *self academic concept* positif cenderung menunjukkan keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan tantangan akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self academic concept* rendah cenderung meragukan kemampuan dirinya sehingga lebih mudah mengalami kecemasan ketika menghadapi situasi akademik yang menuntut (Tlonaen & Blegur, 2017; Blegur et al., 2018). Menurut Liu dan Wang (2005), *self academic concept* terdiri atas dimensi *academic confidence* dan *academic effort* yang berperan dalam membentuk keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan akademiknya.

Hubungan antara *self academic concept* dan kecemasan akademik telah didukung oleh berbagai penelitian sebelumnya. Gogol et al. (2016) menemukan bahwa konsep diri akademik memiliki hubungan negatif dengan kecemasan akademik. Hasil penelitian You dan Yang (2014) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri akademik tinggi cenderung mengalami tingkat kecemasan ujian yang lebih rendah. Penelitian Khalaila (2015) juga menemukan bahwa konsep diri akademik berhubungan dengan motivasi intrinsik, kecemasan ujian, dan pencapaian akademik mahasiswa. Temuan tersebut diperkuat oleh Baylon et al. (2022) yang menunjukkan bahwa individu dengan konsep diri positif memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan individu yang memiliki konsep diri negatif.

Selain itu, Morales et al. (2023) menjelaskan bahwa konsep diri akademik dapat berperan sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu dalam mengelola berbagai bentuk tekanan emosional, termasuk kecemasan. Dengan memiliki persepsi positif terhadap kemampuan akademiknya, mahasiswa cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi tuntutan pembelajaran sehingga risiko munculnya kecemasan akademik menjadi lebih rendah. Meskipun hubungan antara *self academic concept* dan kecemasan akademik telah banyak diteliti di berbagai negara, penelitian pada konteks mahasiswa di Surabaya masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self academic concept* dengan *anxiety academic* pada mahasiswa di Surabaya. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris bagi pengembangan kajian psikologi pendidikan serta menjadi dasar dalam penyusunan program pengembangan mahasiswa yang bertujuan meningkatkan konsep diri akademik dan menurunkan kecemasan akademik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah mahasiswa aktif yang berada di Surabaya. Teknik pengambilan sampel menggunakan convenience sampling. Sampel penelitian berjumlah 135 mahasiswa aktif berusia 18–25 tahun. Variabel independen dalam penelitian ini adalah self academic concept, sedangkan variabel dependen adalah anxiety academic. Self academic concept diukur menggunakan Academic Self Concept Questionnaire (ASCQ) yang dikembangkan oleh Liu dan Wang (2005) serta diadaptasi oleh Tlonaen dan Blegur (2017). Instrumen ini terdiri atas dua dimensi yaitu keyakinan akademik dan usaha akademik. Anxiety academic diukur menggunakan Academic Anxiety Scale (AAS) yang dikembangkan oleh Cassady et al. (2019). Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui Google Form. Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS versi 25. Uji normalitas dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan hasil menunjukkan data tidak berdistribusi normal sehingga pengujian hipotesis menggunakan korelasi Spearman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 135 mahasiswa aktif di Surabaya yang terdiri atas 58 mahasiswa laki-laki (43%) dan 77 mahasiswa perempuan (57%). Berdasarkan angkatan, mayoritas responden berasal dari angkatan 2022 sebanyak 84 mahasiswa (62,2%), diikuti angkatan 2023 sebanyak 27 mahasiswa (20%), angkatan 2021 sebanyak 22 mahasiswa (16,3%), dan angkatan 2020 sebanyak 2 mahasiswa (1,5%).

Tabel 1. Statistik Deskriptif

	Self Academic Concept	Anxiety Academic
N	135	135
Mean	53.26	31.55
Standar Deviasi	5.789	5.319

Jangkauan	60	28
Nilai Minimum	14	14
Nilai Maksimum	74	42

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel *self academic concept* memiliki nilai rata-rata sebesar 53,26 (SD = 5,79), sedangkan variabel *anxiety academic* memiliki nilai rata-rata sebesar 31,55 (SD = 5,32). Berdasarkan kategorisasi skor, sebagian besar responden berada pada kategori sedang untuk *self academic concept* (87,4%) dan kategori tinggi untuk *anxiety academic* (63%).

Tabel 2. Kategorisasi Responden *Anxiety Academic*

Keterangan	Kriteria Statistik	Rentan Skor	N	Presentase
Rendah	X < M – 1,5SD	22,5	13	9.6%
Sedang	M – 1SD ≤ X < + 1SD	22,5 < 33	37	27.4%
Tinggi	M + 1SD ≤ X	> 33	85	63%

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden berada pada kategori tinggi dalam *anxiety academic,* yaitu 85 responden (63%) kemudian 37 responden (27,4%) berada pada kategori rendah, dan 13 responden (9.6%) berada pada kategori rendah.

Tabel 3. Kategorisasi Responden *Self Academic Concept*

Keterangan	Kriteria Statistik	Rentan Skor	N	Presentase
Rendah	X < M – 1,5SD	39,5	1	0.7%
Sedang	M – 1SD ≤ X < + 1SD	40 <59,5	118	87.4%
Tinggi	M + 1SD ≤ X	> 60	16	11.9%

Berdasarkan tabel tersebut, sebagian responden termasuk dalam kategori sedang yaitu 118 responden (87.4%). Kemudian 16 responden berada dalam kategori tinggi, dan 1 (0.7%) berada dalam aegor rendah.

Tabel 4. Uji Normalitas

	Statistic	df	Sig.
Self Academic Concept	.105	135	.001
Anxiety Academic	.237	135	.000

Berdasarkan hasil uji normalitas, variabel Self academic concept memiliki nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), sedangkan variabel anxiety academic memiliki nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$). hal ini menunjukan bahwa kedua variabel tidak memenuhi asumsi normalitas. Oleh karena itu, pengajuan hubungan antar variabel dalam penelitian ini akan dilakukan menggunakan analisis non-parametrik, yaitu korelasi *spearman*, yang sesuai untuk data dengan distribusi non-normal.

Tabel 5. Uji Reliabilitas

Variabel	Jumlah Item	Nilai Cronbach's Alpha
Self Academic Concept	20	0.690
Anxiety Academic	11	0.433

Hasil pengujian reliabilitas menunjukkan bahwa variabel konsep diri akademik (*academic self-concept*) memiliki nilai koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,690, yang mencerminkan konsistensi internal yang baik. Sementara itu, variabel kecemasan akademik (*academic anxiety*) memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,433. Meskipun nilai ini berada di bawah kriteria umum (yakni > 0,60), menurut Agbo (2010) serta Sijtsma dan Pfadt (2021), nilai *Cronbach's Alpha* yang rendah tidak serta-merta meniadakan kegunaan instrumen, terutama pada penelitian eksploratif, konteks budaya yang berbeda, atau ketika jumlah aitem relatif terbatas. Oleh karena itu, hasil pengukuran kecemasan akademik dalam penelitian ini tetap dianalisis dengan menjadikan keterbatasan reliabilitas tersebut sebagai catatan metodologis.

Tabel 6. Uji korelasi

			Self academic concept	Anxiety Academic concept
Spearmen's rho	**Self academic concept**	Correlation Coefficient	1.000	-.414
		Sig.		.000
		N	135	135
	Anxiety Academic	Correlation Coefficient	-.414	1.000
		Sig.	.000	
		N	135	135

Hasil analisis korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *academic self-concept* dan *academic anxiety* pada mahasiswa di Surabaya. Hal ini dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar r = -0,414 dan nilai signifikansi p = 0,000 (p < 0,01). Arah korelasi yang negatif mengindikasikan bahwa semakin tinggi *academic self-concept* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *academic anxiety* yang dialaminya. Sebaliknya, mahasiswa dengan *academic self-concept* yang rendah cenderung mengalami tingkat kecemasan akademik yang lebih tinggi.Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Marsh dan Martin (2011) yang menyatakan bahwa *self academic concept* merupakan persepsi, keyakinan, dan evaluasi individu terhadap kemampuan akademiknya. Individu yang memiliki konsep diri akademik positif cenderung lebih yakin terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas, ujian, maupun berbagai tuntutan akademik lainnya. Keyakinan tersebut membantu mahasiswa dalam memandang situasi akademik sebagai tantangan yang dapat diatasi sehingga mengurangi munculnya kecemasan akademik.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Gogol et al. (2016) yang menemukan bahwa konsep diri akademik memiliki hubungan negatif dengan kecemasan akademik. Mahasiswa yang memiliki penilaian positif terhadap kemampuan akademiknya menunjukkan tingkat kekhawatiran yang lebih rendah ketika menghadapi evaluasi akademik. Sebaliknya, mahasiswa yang meragukan kemampuan dirinya cenderung lebih mudah

mengalami ketegangan, kekhawatiran, dan ketakutan terhadap kemungkinan kegagalan akademik. Menurut Cassady (2020), kecemasan akademik merupakan respons emosional yang muncul akibat persepsi individu terhadap situasi akademik yang dianggap mengancam. Kecemasan akademik dapat ditandai dengan munculnya kekhawatiran berlebihan, gangguan konsentrasi, ketegangan fisik, serta pikiran negatif mengenai kemampuan diri dalam menyelesaikan tuntutan akademik. Dalam konteks penelitian ini, mahasiswa yang memiliki *self academic concept* tinggi cenderung memiliki keyakinan yang lebih baik terhadap kapasitas akademiknya sehingga persepsi ancaman terhadap tugas maupun ujian menjadi lebih rendah.

Hasil kategorisasi data menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *self academic concept* pada kategori sedang dan tingkat *anxiety academic* pada kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa memiliki persepsi yang cukup baik terhadap kemampuan akademiknya, tekanan akademik yang tinggi masih berpotensi menimbulkan kecemasan. Fenomena tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti beban tugas, tekanan untuk memperoleh nilai yang baik, tuntutan penyelesaian studi, serta persaingan akademik yang semakin tinggi (Fransiska et al., 2024). Selain itu, Liu dan Wang (2005) menjelaskan bahwa *self academic concept* terdiri atas dua aspek utama yaitu *academic confidence* dan *academic effort*. Mahasiswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya serta menunjukkan usaha akademik yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tantangan pembelajaran secara adaptif. Dengan demikian, peningkatan konsep diri akademik dapat menjadi salah satu faktor protektif yang membantu mahasiswa dalam mengurangi kecemasan akademik. Secara praktis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perguruan tinggi perlu memberikan perhatian terhadap pengembangan konsep diri akademik mahasiswa. Program pengembangan diri, layanan konseling, pelatihan keterampilan belajar, serta pemberian umpan balik akademik yang konstruktif dapat menjadi strategi untuk meningkatkan *self academic concept*. Dengan meningkatnya konsep diri akademik, mahasiswa diharapkan memiliki keyakinan yang lebih baik terhadap kemampuannya sehingga mampu mengelola kecemasan akademik secara lebih efektif

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self academic concept* dan *anxiety academic* pada mahasiswa di Surabaya. Semakin tinggi *self academic concept* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *anxiety academic* yang dialaminya. Temuan ini mengindikasikan bahwa *self academic concept* merupakan faktor psikologis yang berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik serta mengurangi kecemasan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

Cassady, J. C. (2020). Academic Anxiety Scale. Academic Anxiety Resource Center.
Fransiska, N., dkk. (2024).
Gogol, K., Brunner, M., Martin, R., Preckel, F., & Goetz, T. (2016). Affect and academic self-concept: Relationships and their developmental dynamics. European Journal of Personality, 30(2), 119–132.
Liu, W. C., & Wang, C. K. J. (2005). Academic Self-Concept: A Cross-Sectional Study of Grade and Gender Differences in a Singapore Secondary School. Asia Pacific Education Review, 6(1), 20–27.
Marsh, H. W., & Martin, A. J. (2011). Academic self-concept and academic achievement: Relations and causal ordering. British Journal of Educational Psychology, 81(1), 59–77.
Azizy, I. V., Mustikawati, I. F., & Ulfa, M. (2019). Hubungan antara tipe kepribadian dan tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa program studi pendidikan

dokter Universitas Muhammadiyah Purwokerto. *Saintika Medika, 15*(1), 78. https://doi.org/10.22219/sm.vol15.smumm1.8488

Baylon, L., Mae Latiban, A., Desiree Ricafort, A., & Tus, J. (2022). The relationship between self-concept and anxiety among college students during the online learning modality. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*. https://doi.org/10.5281/zenodo.6654385

Blegur, J., Mae, R. M., & Wasak, M. R. P. (2018). Konsep diri akademik sebagai solusi mengendalikan kecemasan berkomunikasi peserta didik. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi, 3*(1), 36–44. https://doi.org/10.23917/indigenous.v3i1.5827

Cassady, J. C., Pierson, E. E., & Starling, J. M. (2019). Predicting student depression with measures of general and academic anxieties. *Frontiers in Education, 4*. https://doi.org/10.3389/feduc.2019.00011

Cyntia, N. P. K. P., Kareri, D. G. R., Rante, S. D. T., & Folamauk, C. L. H. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal, 21*(1), 24–29.

Fransiska, E. A., Putri, T. H., & Ligita, T. (2024). Faktor yang memengaruhi tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa. *Jurnal Keperawatan, 16*(1), 87–94.

Gogol, K., Brunner, M., Preckel, F., Goetz, T., & Martin, R. (2016). Developmental dynamics of general and school-subject-specific components of academic self-concept, academic interest, and academic anxiety. *Frontiers in Psychology, 7*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00356

Khalaila, R. (2015). The relationship between academic self-concept, intrinsic motivation, test anxiety, and academic achievement among nursing students: Mediating and moderating effects. *Nurse Education Today, 35*(3), 432–438. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2014.11.001

Liu, W. C., & Wang, C. K. J. (2005). *Academic self-concept: A cross-sectional study of grade and gender differences in a Singapore secondary school*. Asia Pacific Education Review.

Lohbeck, A., Nitkowski, D., & Petermann, F. (2016). A control-value theory approach: Relationships between academic self-concept, interest, and test anxiety in elementary school children. *Child and Youth Care Forum, 45*(6), 887–904. https://doi.org/10.1007/s10566-016-9362-1

Marsh, H. W., & Martin, A. J. (2011). Academic self-concept and academic achievement: Relations and causal ordering. *British Journal of Educational Psychology, 81*(1), 59–77. https://doi.org/10.1348/000709910X503501

Morales, A., Rodríguez-Menchón, M., Espada, J. P., & Orgilés, M. (2023). Examining academic self-concept as a mediator of the relationship between anxiety and depression: A longitudinal study. *Child and Adolescent Mental Health, 28*(3), 354–362. https://doi.org/10.1111/camh.12577

Nihayah, U., Sadnawi, A. S. A.-T., & Naillaturrafidah, N. (2021). The academic anxiety of students in pandemic era. *Journal of Advanced Guidance and Counseling, 2*(1), 56–71. https://doi.org/10.21580/jagc.2021.2.1.6986

Tlonaen, Z. A., & Blegur, J. (2017). Konsep diri akademik mahasiswa pascasarjana. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, 7*(3), 226–233.

You, H. S., & Yang, Y. K. (2014). The influence of self-resilience and academic self-concept on test anxiety in undergraduates. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing, 21*(3), 275–282. https://doi.org/10.7739/jkafn.2014.21.3.275