

Hubungan *Achievement Goal Orientation* dan Kecemasan Akademik pada Siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*

Nindya Auliya Kholilulloh*, Ayatullah Kutub Hardew

Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said, Surakarta, Indonesia

*Corresponding Author: nindyaauliyaa@email.com

Article History:

Received 2025-06-18

Accepted 2025-09-22

Keywords:

Achievement Goal Orientation

Academic Anxiety

Senior High School Student

ABSTRACT

Impostor Syndrome is a psychological condition in which individuals feel that their achievements are merely a matter of luck and are afraid of being exposed, which can trigger academic anxiety. This study was conducted to empirically examine the relationship between Achievement Goal Orientation and Academic Anxiety in high school students with Impostor Syndrome. Sampling was carried out using a stratified random sampling technique and found 179 students experiencing Impostor Syndrome at SMA X Karanganyar. The measuring instruments used were the Achievement Goal Orientation scale and the Academic Anxiety scale constructed using theories from Ottens (1991) and Elliot & McGregor (2001). Both measuring instruments are in the validity range of 0.88-1.00 and have a discrimination index > 0.30. The results of the study indicate that there is a negative relationship between the two variables with a correlation coefficient value of -0.329, indicating a negative and relatively weak relationship. This illustrates that the higher the Achievement Goal Orientation, the lower the Academic Anxiety felt by students with Impostor Syndrome, with a coefficient of determination of 10.8%. In addition, the homogeneity test showed a 2-tailed sig. score of 0.647, which indicates that there is no significant influence between Achievement Goal Orientation and Academic Anxiety in terms of the gender of high school students who experience Impostor Syndrome. This study is expected to help students determine the direction of their achievement goal orientation in order to minimize the occurrence of Academic Anxiety for students who experience Impostor Syndrome.

Kata Kunci:

Orientasi Tujuan Prestasi

Kecemasan Akademik

Siswa Sekolah Menengah Atas

ABSTRAK

Impostor Syndrome merupakan kondisi psikologis individu yang merasa pencapaian prestasi hanya sebuah keberuntungan dan takut terekspose sehingga dapat memicu kecemasan akademik. Penelitian ini dilakukan untuk menguji secara empiris bagaimana hubungan antara Achievement Goal Orientation dan Kecemasan Akademik pada siswa SMA dengan Impostor Syndrome. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik stratified random sampling dan ditemukan 179 siswa mengalami Impostor Syndrome di SMA X Karanganyar. Alat ukur yang digunakan adalah skala Achievement Goal Orientation dan skala Kecemasan Akademik yang dikonstruksi menggunakan teori dari Ottens (1991) dan Elliot & McGregor (2001). Kedua alat ukur tersebut berada di rentang validitas 0.88-1.00 dan memiliki indeks daya beda > 0.30. Hasil penelitian menunjukkan jika terdapat hubungan negatif antara kedua variabel dengan nilai koefisien korelasi -0.329 yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan relatif lemah. Hal ini menggambarkan jika semakin tinggi Achievement Goal Orientation maka semakin rendah Kecemasan Akademik yang dirasakan siswa dengan Impostor Syndrome, dengan koefisien determinasi 10.8%. Selain itu uji homogenitas menunjukkan skor sig. 2-tailed 0.647 yang mengindikasikan jika tidak ada pengaruh signifikan antara Achievement Goal Orientation dengan Kecemasan Akademik ditinjau dari jenis kelamin siswa SMA yang mengalami Impostor Syndrome. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa untuk menentukan arah orientasi tujuan prestasi mereka agar dapat meminimalisir terjadinya Kecemasan Akademik bagi siswa yang mengalami Impostor Syndrome.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan tahap dalam perkembangan Individu. Pada periode ini siswa mulai menentukan identitas diri, mengalami perkembangan emosional, kognitif, dan perilaku (Umar & Masnawati, 2024). Selain itu siswa juga menghadapi tuntutan besar di masa depan seperti bekerja atau memasuki perguruan tinggi sesuai *passion* (Afriantoni dkk., 2025). Oleh karena itu banyak siswa melakukan segala hal untuk mencapai keberhasilan prestasi tersebut, terlebih lagi bagi siswa

yang tidak percaya akan kemampuannya sendiri. Wujud dari penjabaran diatas salah satunya adalah perilaku mencontek, seperti dalam penelitian Mushthofa dkk., (2021) di mana sebanyak 93,5% siswa mengaku pernah mencotek selama belajar di SMA karena mereka tidak percaya terhadap kemampuan mereka sendiri. Selain itu riset dari Pitaloka dkk., (2024) menyatakan jika sebanyak 55% siswa mencontek karena self efficacy siswa rendah dan berorientasi pada nilai. Ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dan keinginan yang besar untuk menghindari kegagalan ini membuat siswa rentan mengalami *impostor syndrome* (Fahlevi dkk., 2024). Gullifor dkk., (2024) juga menemukan jika *Impostor Syndrome* dialami individu dengan Self-Esteem rendah, perfeksionis, dan terlalu khawatir atas kesalahan.

Impostor Syndrome pertama kali ditemukan oleh Clance pada tahun 1978 di mana masalah psikologis ini mampu menghambat perkembangan hidup dan karir pada wanita dewasa (Muslimah dkk., 2022). Di Indonesia sendiri fenomena *Impostor Syndrome* telah banyak dilakukan, contohnya dalam penelitian Indira & Ayu (2021) yang menjabarkan jika *Impostor Syndrome* berkaitan dengan pola asuh *authoritarian*. Kemudian, Abrar & Rusli (2025) menjelaskan jika *Impostor Syndrome* memiliki hubungan positif dengan kecemasan akademik pada mahasiswa baru. Selanjutnya Pikoli (2023) memaparkan apabila *Impostor Syndrome* cukup mengganggu kehidupan mahasiswa dalam menjalani perkuliahan. Selain itu Rhamdhani & Maulana (2025) menguraikan jika seorang siswa SMA perlu mengetahui potensi mereka untuk penentuan jurusan kuliah agar tidak rentan mengalami *impostor syndrome*. Definisi *Impostor Syndrome* sendiri adalah sebuah kondisi ketika seorang individu merasa bahwa prestasi yang dicapainya bukanlah hasil dari kerja keras, sehingga memiliki kecenderungan untuk khawatir bahwa dirinya akan terlihat seperti penipu (Windradi, 2023). Opara dkk., (2023) menambahkan jika seorang siswa yang mengalami *impostor syndrome* secara konstan merasa takut akan kegagalan dan terekspos sebagai seorang yang tidak kompeten terlepas dari berbagai pencapaian yang telah diperoleh. Aspek-aspek dalam *impostor syndrome* menurut Clance (1985) ada tiga, yakni *Fake*, *Luck*, dan *Discount*.

Sindrom Impostor ini jika dibiarkan berlarut maka dapat berdampak pada kecenderungan mengalami kecemasan yang berlebihan (Nauvalia & Indrijati 2023). Isnaini dan Herachwati (2024) juga mendukung jika *Impostor Syndrome* akan memicu kecemasan yang tidak terkendali. Menurut Salsabila dkk., (2022) Gejala *Impostor Syndrome* terlihat dari tuturan mereka yang memuat rasa inferioritas, pesimis, dan sensitif. Hal tersebut juga didukung oleh pendapat Bravata dkk., (2020) yang mengidentifikasikan jika salah satu gejala *Impostor Syndrome* yaitu merasa tidak pantas mendapatkan keberhasilannya hingga mempengaruhi capaian akademik. Dapat disimpulkan jika siswa SMA yang mengalami impostor syndrome takut akan eksposur mengenai ketidakmampuan dirinya sehingga menyebabkan perfeksionisme berlebihan yang berujung pada kecemasan akademik.

Menurut Ottens (1991) kecemasan akademik merupakan suatu kondisi saat individu mengalami gangguan pada pola pikir, perilaku, dan kondisi fisiologis sebagai dampak dari perasaan khawatir yang berlebihan. Alim dkk., (2023) mendukung jika kecemasan akademik dapat mengganggu kondisi fisiologis berupa ketakutan dan kekhawatiran terhadap kegiatan akademik. Kedua perspektif diatas juga ditegaskan oleh Amir dkk., (2023) yang menyatakan jika kecemasan akademis menandakan adanya gangguan pada pola berpikir, respons fisik, dan perilaku. Kecemasan Akademik akan berdampak kinerja akademis siswa sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman dan selalu dihantui rasa khawatir terus-menerus (Fazila dkk., 2023). Rahmi dkk., (2024) menambahkan jika Kecemasan akademik terlalu intens akan mengakibatkan terganggunya kondisi kognitif, afektif, dan perilaku. Permasalahan psikis tersebut timbul karena adanya ancaman yang hadir tanpa sebab khusus sebagai hasil tekanan dalam aktivitas akademik (Marhan dkk., 2023).

Empat aspek kecemasan akademik menurut Ottens (1991) adalah, *pattern of anxiety-engendering mental activity* memunculkan gejala seperti rasa tidak aman dan dialog diri yang maladaptif. Kedua,

misdirected attention seperti melamun dan suara bising. Ketiga, *physiological distress* seperti berkeringat dan jantung berdetak lebih cepat. Terakhir, *inappropriate behaviours* seperti menunda-nunda penyelesaian tugas dan ketelitian yang berlebihan. Dapat disimpulkan jika kecemasan akademik merupakan suatu kondisi di mana siswa memiliki gangguan fisik dan psikis akibat rasa kekhawatiran atas tekanan akademis sehingga mempengaruhi semangat belajar. Hal ini membuat siswa perlu mengembangkan orientasi tujuan prestasi (*Achievement Goal Orientation*) yang spesifik agar dapat mengurangi kecemasan akademik yang dihadapi (Kong dkk., 2023).

Elliot & McGregor (2001) menyatakan apabila *Achievement Goal Orientation* adalah suatu proses kognitif yang dinamis dan fokus kepada kompetensi, serta memiliki perilaku relevan untuk mencapai tujuannya. Subekti dkk., (2024) menambahkan jika orientasi tujuan prestasi (*Achievement Goal Orientation*) menjadi sebuah gambaran penting dari motivasi untuk mencapai tujuan prestasi siswa. Selain itu Gulo dkk., (2023) mendukung jika *Achievement Goal orientation* merupakan tolak ukur dalam mencapai keberhasilan yang mempengaruhi keyakinan dan motivasi dari siswa. Ahmad (2023) juga mendukung jika goal orientation dapat memotivasi perilaku siswa karena tujuan yang dimilikinya adalah bentuk dari motivasi dan penyemangat.

Empat dimensi dalam *Achievement Goal Orientation* menurut Elliot & McGregor (2001) yaitu *Mastery approach* menunjukkan ciri individu yang ingin mencapai keberhasilan secara intrapersonal ketika mengerjakan tugas. Kemudian, *mastery avoidance* adalah individu yang memiliki keinginan untuk menghindari kegagalan secara intrapersonal. *Performance approach*, yakni individu yang ingin mendapatkan keberhasilan secara normatif (mendapatkan label unggul dari masyarakat), dan yang terakhir adalah *performance avoidance* di mana individu tersebut ingin menghindari kegagalan secara normatif atau menghindari label inferior dari masyarakat (Deasyanti & Nuruzdah, 2017).

Preliminary study dilakukan untuk melihat bagaimana kedua variabel tersebut saling berkesinambungan, yang dilakukan dengan membagikan google form berisi aitem *Impostor Syndrome* kepada 59 orang. Hasil dari *preliminary study Achievement Goal Orientation* menunjukkan sebanyak 76% memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar dan meraih apa yang diinginkan. 56% ingin mencapai potensi maksimal karena merasa ingin melakukan yang lebih baik daripada orang lain. 64% merasa ingin terlihat kompeten dan mendapat pengakuan dari orang lain. 72% merasa takut gagal dan cenderung menghindari tugas-tugas sulit karena takut akan hasil yang diperolehnya. Kemudian hasil *preliminary study Kecemasan Akademik* menunjukkan 64% merasa tidak nyaman ketika akan menyelesaikan tugas akademik karena takut tidak bisa, dan ragu-ragu. 92% merasa khawatir berlebihan dengan nilai rapport. 44% merasa sakit perut, berkeringat dingin, dan jantung berdebar-debar dengan cepat ketika menghadapi ujian. 48% menunda-nunda tugas karena merasa kesulitan dalam memahami.

Berdasarkan *preliminary study* menunjukkan bahwa siswa SMA dengan *Impostor Syndrome* memiliki *Achievement Goal Orientation* yang baik, namun mereka juga menunjukkan gejala Kecemasan Akademik seperti menghindari tugas-tugas sulit dan berkeringat dingin ketika ujian. Sementara itu Bayrami dkk., (2014) menunjukkan jika siswa memiliki *Achievement Goal Orientation* yang baik tidak menunjukkan gejala *Test Anxiety*. Perbedaan inilah yang digunakan untuk menelusuri bagaimana keterkaitan antara dua variabel tersebut. Selain itu penelitian dari Li dkk., (2024) yang menggunakan populasi siswa SD di wilayah *Shandong Province*, juga menjadi *population gap* di mana penelitian ini menggunakan sampel siswa SMA dengan *Impostor Syndrome* di wilayah Karanganyar karena kedua penelitian memiliki konteks geografis yang berbeda akan menghasilkan karakteristik sosial-budaya yang berbeda juga. Sehingga berdasarkan penjabaran diatas dapat dirumuskan rumusan masalah berupa "Apakah terdapat hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dan Kecemasan Akademik pada Siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*?" untuk mengisi celah penelitian. Sementara itu, tujuan penelitian ini

adalah untuk mengetahui hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dan Kecemasan Akademik pada Siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*.

Kebaruan dalam kajian ini adalah belum ditemukannya penelitian yang secara spesifik membahas mengenai kecemasan akademik, karena riset sebelumnya lebih banyak membahas keterkaitan antara *Achievement Goal Orientation* dengan *Mathematics Anxiety* dan *Test Anxiety* seperti penelitian yang dilakukan oleh Möcklinghoff dkk., (2023), Rameli & Kosnin (2016), Variansyah & Listiara (2017), serta Stan & Oprea (2015). Melihat permasalahan tersebut, memperlihatkan jika terdapat urgensi yang tinggi di mana siswa SMA yang tengah berada dalam masa transisi dapat memicu Kecemasan Akademik sehingga menimbulkan perasaan rendah diri, detak jantung yang cepat dan nafas yang tidak stabil, menunda-nunda tugas, serta berpikiran buruk atas kemampuannya (Nurfadhilah & Archianti, 2024). Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan di bidang psikologi Pendidikan, serta membantu siswa dalam menentukan arah *Achievement Goal Orientation* untuk menghindari Kecemasan Akademik. Hipotesis Nol (H_0) yang ditegakkan adalah tidak terdapat hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik, dan Hipotesis Alternatif (H_a) terdapat hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Metode ini digunakan untuk menggali informasi hubungan timbal balik antar variabel karena digunakan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan variabel, dan bukan digunakan untuk mengetahui kausalitas (Azwar, 2017). Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA X di Karanganyar yang menunjukkan gejala *Impostor Syndrome*. Penentuan sampel penelitian menggunakan rumus Lemeshow 1997, dan diperoleh sampel sebanyak 179 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *Stratified Random Sampling* yakni membagi populasi menjadi subkelompok atau strata berdasarkan pada setiap karakteristik individu yang mewakili sampel, sehingga dapat mencerminkan proporsi sebenarnya dalam populasi, dan semua individu dalam populasi memiliki probabilitas yang sama untuk dipilih (Creswell & Creswell, 2018). Karakteristik yang ditentukan adalah siswa Sekolah Menengah Atas, Berjenis kelamin laki-laki atau Perempuan, Telah mengikuti pembelajaran setidaknya selama 6 bulan, dan Terkategorikan sebagai siswa *Impostor Syndrome*. Pemilihan Lokasi penelitian di dasarkan pada relevansi sekolah dengan konteks masalah karena SMA menjadi lingkungan yang kompetitif untuk mencapai hasil akademik yang tinggi, sekaligus karakter subjek yang tengah berada dalam pencarian identitas diri untuk kebutuhan perkembangan emosional dan diterima lingkungan mendorong munculnya masalah psikologis seperti kecemasan akademik dan *Impostor Syndrome*.

Tabel 1. Demografi Keseluruhan Sampel

	Frekuensi Siswa	Frekuensi Siswa Impostor Syndrome
Kelas 11	138	85
Kelas 12	173	94
Jumlah	311	179

Tabel 2. Demografi Jenis Kelamin Subjek *Impostor Syndrome*

Jenis Kelamin	Frekuensi
Laki-Laki	63
Perempuan	116
Jumlah	179

Table 1 menunjukkan populasi siswa SMA X di Karanganyar yang kemudian diseleksi untuk mendapatkan jumlah siswa yang terkategori *Impostor Syndrome*. Ada pun Table 2 menunjukkan demografi Jenis Kelamin Siswa yang mengalami *Impostor Syndrome*

Penelitian ini menggunakan skala *Achievement Goal Orientation* yang dikonstruksi berdasarkan teori Elliot & McGregor (2001) dan skala Kecemasan Akademik didasarkan pada teori Ottens (1991). Skala tersebut telah melalui penilaian 4 expert, diantaranya psikolog pendidikan, psikolog klinis, dosen psikologi, dan dosen pengembangan alat ukur. Validitas diperoleh menggunakan rumus V'aikens dengan rentang koefisien validitas 0.83-1.00. Skor validitas pada alat ukur *Achievement Goal Orientation* menunjukkan rentang validitas 0.92-1.00 dan rentang validitas pada alat ukur Kecemasan Akademik adalah 0.88-1.00. Selanjutnya uji reliabilitas dilakukan menggunakan rumus Alpha Cronbach untuk memperoleh skor lebih dari 0.7 dengan indeks daya diskriminasi aitem sama dengan atau lebih dari 0.30 (Azwar, 1994). Terakhir, skala tersebut akan disebarluaskan melalui google form dengan skala likert, dan pilihan jawaban "sangat setuju (SS)", "setuju (S)", "tidak setuju (TS)", "sangat tidak setuju (STS)".

Hasil penelitian ini akan melalui uji *One Sample Kolmogorov Smirnov Test* dan uji ANOVA untuk melihat normalitas dan linearitas variabel, yang selanjutnya akan dianalisis dengan *Pearson Product Moment* untuk melihat bagaimana korelasi antar variabel, serta Uji *Levene* untuk melihat homogenitas data menggunakan software SPSS versi 21.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Setelah melakukan proses validitas dan reliabilitas alat ukur, selanjutnya akan dilakukan penggalan data pada siswa SMA yang mengalami *Impostor Syndrome*, untuk memperoleh hasil penelitian yang nantinya akan dianalisis menggunakan software SPSS 21 guna pendeskripsian riset.

Perhitungan uji normalitas dengan *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test* dilakukan pada kedua variabel dan 179 responden dengan hasil sebagai berikut

Tabel 1. Uji Normalitas		
	Achievement Goal Orientation	Kecemasan Akademik
Asymp. Sig. (2-tailed)	.107	.131

Berdasarkan analisis aplikasi SPSS versi 21 menunjukkan output nilai 0.107 pada variabel *Achievement Goal Orientation* dan nilai 0.131 pada variabel Kecemasan Akademik yang artinya kedua data terdistribusi normal karena nilai signifikansi lebih besar dari 0.05.

Uji linearitas dilakukan untuk melihat bagaimana pola hubungan antar variabel dengan *Analysis of Variance* (ANOVA)

Tabel 2. Uji Linearitas ANOVA		
		Sig.
Kecemasan Akademik*	Linearity	.000
Achievement Goal Orientation		
	Deviation from linearity	.257

Dari pengujian tersebut diperoleh nilai signifikansi 0.257 sehingga dapat diartikan jika $0.257 > 0.05$ menunjukkan jika kedua variabel menunjukkan hubungan yang linear.

Setelah diperoleh hasil jika data normal dan linear, diperlukan Analisis korelasional untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan dari kedua variabel yang dilakukan dengan *Pearson Product Moment*

Tabel 3. Analisis Korelasi Pearson Product Moment

		Achievement Goal Orientation	Kecemasan Akademik
Achievement Goal Orientation	Pearson Correlation	1	-.329**
	Sig. (2-tailed)		.000
Kecemasan Akademik	Pearson Correlation	-.329**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Berdasarkan analisis korelasional *Pearson Product Moment* diperoleh hasil jika Kecemasan Akademik berhubungan secara signifikan dengan *Achievement Goal Orientation* yang bersifat lemah (-0.329) dan negatif, dapat diartikan jika AGO meningkat maka Kecemasan Akademik akan menurun namun tidak memiliki kontribusi yang dominan. Sedangkan nilai $P=0.000 < 0.05$, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima.

Selanjutnya Pengujian koefisien determinasi dilakukan guna mengetahui proporsi pengaruh variabel dependen yang diprediksi oleh variabel independent

Tabel 4. Koefisien Determinasi

R	R Square
.329	.108

Hasil koefisien determinasi menunjukkan $r^2=0.108$ yang artinya proporsi pengaruh Kecemasan Akademik yang diprediksi oleh variabel *Achievement Goal Orientation* sebesar 10.8%, dan 89.2% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Uji *Levene* dilakukan untuk melihat homogenitas varians dan memastikan variabilitas antara dua kelompok

Tabel 4. Group Statistics

	Jenis Kelamin	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kecemasan	1 (laki-laki)	63	33.68	8.048	1.014
Akademik	2 (Perempuan)	116	33.19	6.135	.570

Tabel 5. Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means
		F	Sig.	Sig. (2-tailed)
Kecemasan	Equal variances assumed	1.969	.162	.647
Akademik	Equal variances not assumed			.673

Berdasarkan uji homogenitas ditemukan jika data diatas adalah homogen dengan nilai signifikansi 0.162 menunjukkan jika data bersifat homogen. Adapun keterkaitan Kecemasan Akademik dengan gender siswa SMA berada pada angka 0.647 yang dapat diartikan jika tidak ada hubungan yang signifikan antara Kecemasan Akademik dengan gender siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan data yang terdistribusi normal, dan linear dengan nilai signifikansi *deviation from linearity* $0.257 > 0.05$. Karena hasil statistik menunjukkan jika data bersifat normal dan linear, sehingga analisis korelasional dilakukan dengan metode statistik *Pearson Product Momen* menunjukkan koefisien korelasi -0.329 dengan nilai $P=.000 < 0.05$ yang mengindikasikan jika hipotesis

alternatif (H_a) diterima. Adapun angka koefisien yang menunjukkan nilai negatif menunjukkan jika kedua variabel berhubungan secara terbalik, yakni semakin tinggi siswa memiliki *Achievement Goal Orientation* maka semakin rendah Kecemasan Akademik yang dirasakan, dan sebaliknya jika siswa memiliki *Achievement Goal Orientation* yang rendah maka akan semakin tinggi Kecemasan Akademik yang dirasakan. Uji regresi sederhana juga dilakukan untuk memprediksi nilai variabel X dan Y, ditemukan bahwa nilai $t = t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai t adalah $-4.630 > 1.973$ dengan regresi sebesar -0.645 yang menyatakan bahwa setiap pengurangan 1% nilai AGO, maka nilai KA akan berkurang sebesar -0.645 . Koefisien regresi yang bernilai negatif ini menunjukkan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap variabel Y adalah negatif.

Siswa yang mengalami *impostor syndrome* merupakan kondisi ketika seorang siswa merasa jika prestasi yang dicapainya hanya sekedar keberuntungan sehingga takut jika nantinya ia akan terekspose (Agatha dkk., 2025). Sikap pesimis dan tidak percaya diri tersebut dapat mengganggu proses belajar, maka siswa perlu mengatasi masalah tersebut dengan menetapkan orientasi tujuan prestasi yang jelas, seperti mengembangkan kemampuan diri dengan membaca buku dan tetap merasa percaya diri bagaimanapun ranking yang diterima karena dirinya memang telah berusaha keras (mewakili aspek *mastery* dan *performance approach*), di mana dua dimensi tersebut bisa menjadi kompensasi bagi siswa yang memiliki *Impostor Syndrome* (Mutiah dkk., 2024). Siswa yang mengalami *Impostor Syndrome* dapat menerapkan *mastery* dan *performance approach* sebagai motivasi belajar dan fokus pada kemamuan dirinya, untuk menurunkan kecemasan akademik berupa rasa tertekan akibat standar keberhasilan akademik yang tinggi, dan untuk mengubah perasaan hanya sekedar keberuntungan menjadi perasaan percaya diri, agar tak lagi merasa takut terekspose (Shabrina dkk., 2025).

Sementara itu siswa *Impostor Syndrome* yang takut dipandang buruk dan berfokus pada penghargaan dari luar lingkungan seperti mengandalkan pujian untuk menghindari perasaan *inferior*, seringkali menjadi proaktif dalam kegiatan belajar, bahkan berusaha sebisa mungkin menghindari tugas-tugas yang menantang (Mai, 2024). Hal ini membuat siswa dilingkupi dengan perasaan cemas yang akan mendorong mereka untuk menunda-nunda tugas yang terasa sulit, tidak fokus ketika menerima pelajaran di kelas, merasa dirinya tidak kompeten, hingga muncul gejala fisik seperti banyak berkeringat ketika mengerjakan tugas-tugas sulit (Sari & Hazim, 2023). Oleh karena itu siswa yang menerapkan orientasi tujuan prestasi *mastery* dan *performance avoidance* (menghindari kegagalan intrapersonal dan normatif) perlu dibalik menjadi sebuah keberanian untuk menghadapi tugas-tugas sulit agar mereka memiliki pengetahuan mengenai kemampuan diri yang perlu ditingkatkan, sehingga pujian yang diperoleh tidak membuat dirinya merasa takut.

Kecemasan Akademik merupakan variabel yang penting untuk diteliti karena semua tugas akademik seperti pekerjaan rumah (PR), ujian, lingkungan yang menetapkan standar nilai tinggi untuk siswa nya, sistem belajar mengajar yang padat, dapat memicu kecemasan siswa, apalagi pada siswa sekolah menengah atas yang dianggap sebagai tingkat terakhir sekolah, sehingga tekanan yang dirasakan cukup besar (Putri dkk., 2022). Terutama masalah psikologis ini dapat mempengaruhi persepsi siswa atas ketakutan akan kegagalan dan kekhawatiran yang dapat menyebabkan rendah diri atau hilangnya harga diri mereka (Lusi dkk., 2023). Hasil penelitian yang menunjukkan jika *Achievement Goal Orientation* berhubungan negatif dengan Kecemasan Akademik membuktikan apabila variabel tersebut berperan dalam penurunan Kecemasan Akademik karena dapat membimbing siswa untuk membangun komitmen terhadap tujuan prestasi siswa, terhindar dari perilaku prokrastinasi (Difa & Sandjaja, 2023), memprediksi perilaku kecurangan akademik (Amalina & Septiana, 2021), dan berperan dalam pengembangan self-regulated learning siswa (Fitriyani & Sugiyo, 2022). Ditambah lagi *Impostor Syndrome* dapat membuat siswa merasa jika prestasi akademis yang diperolehnya tidak sesuai dengan harapan orang lain dan jika

sukses akan membuat mereka menganggap hanya sekedar keberuntungan dan bukan karena kemampuan atau usaha mereka sendiri, sehingga akan membuat tekanan mereka meningkat (Firnando & Suhesty, 2024).

Penelitian sebelumnya belum banyak yang membahas mengenai *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik, sehingga peneliti melihat variabel lain yang dikembangkan dari variabel Kecemasan Akademik, seperti variabel *Test Anxiety* dan *Mathematic Anxiety*. Pendapat tersebut didasarkan pada teori Pizzie & Kraemer (2019) yang memaparkan apabila kecemasan akademik terdiri dari beberapa faktor, salah satunya adalah *test anxiety*, yaitu kecemasan yang khusus muncul saat menghadapi ujian sekolah. Adapun Andani dkk., (2025) memaparkan jika kecemasan matematika merupakan bentuk khusus dari kecemasan akademis yang sering dialami oleh peserta didik dan telah muncul sebagai masalah yang signifikan dalam bidang Pendidikan.

Beragam hasil penelitian yang mengangkat variabel *Achievement Goal Orientation* dengan *Test Anxiety* dapat ditinjau, dengan hasil penelitian yang sejalan dijelaskan oleh Huijun dkk., (2006) yang menyatakan jika *Achievement Goal Orientation* berkorelasi negatif dengan *Test Anxiety*. Penelitian lain yang dilakukan Putwain & Symes (2012) meninjau apabila aspek *mastery* dan *performance approach* dengan *test anxiety* menunjukkan hubungan yang terbalik (negatif) karena siswa yang mengantisipasi kegagalan melaporkan menjadi lebih khawatir dan tegang selama ujian, dan sebagian lagi memiliki *performance avoidance* untuk menghindari inkompetensi pribadi atau tugas. Kemudian riset dari Möcklinghoff dkk., (2023) menjelaskan apabila *mastery-approach* dan *performance-approach goals* berkorelasi negatif dengan semua aspek *test anxiety*. Selanjutnya penelitian dari Lindsay (2010) menyatakan jika *mastery avoidance* dan *performance avoidance* berkorelasi negatif dengan *Test Anxiety* karena kecemasan mereka terhadap ujian mencegah kepercayaan diri terhadap kemampuan mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan jika *Achievement Goal Orientation* berkorelasi negatif dengan Kecemasan Akademik pada siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*, jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu yang membahas hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dengan *Test Anxiety* hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian tersebut.

Selanjutnya penelitian terkait yang berhubungan dengan variabel *Achievement Goal Orientation* dengan *Mathematics Anxiety* dipaparkan oleh Rameli & Kosnin (2016) menemukan jika *mathematics anxiety* memiliki koefisien korelasi negatif dengan *mastery* dan *performance approach*, dan berkorelasi positif dengan *mastery* dan *performance avoidance*. Hasil ini sejalan dengan temuan studi yang dilakukan oleh Zare dkk., (2011) dan Badri dkk., (2015). Selain itu Skaalvik (1997), dalam konteks pendidikan matematika menemukan hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dan *Mathematics Anxiety* memiliki korelasi negatif. Korelasi negatif juga dilaporkan antara hubungan *mastery performance* dengan *mathematics anxiety* dalam studi Putwain & Daniels (2010). XXX Hasil penelitian ini juga konsisten dengan studi sebelumnya yang membahas kaitan antara *Achievement Goal Orientation* dengan *Mathematics Anxiety*, keduanya menunjukkan arah hubungan yang negatif di mana semakin tinggi *Achievement Goal Orientation* maka semakin rendah Kecemasan Akademik yang dirasakan oleh siswa SMA dengan *Impostor Syndrome*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Setialaksana dkk., (2021) yang menyatakan jika antara gender perempuan dan laki-laki menunjukkan pengaruh yang relatif sama terhadap Kecemasan Matematika. Yakub dkk., (2023) menambahkan apabila tidak ada perbedaan antara tingkat Kecemasan Matematika pada siswa laki-laki dan perempuan SMA di kota makassar. Kemudian Usman & Widyastuti (2024) juga menjelaskan jika perbedaan gender tidak secara signifikan mempengaruhi Kecemasan Matematika pada siswa, karena mereka memiliki tingkat Kecemasan yang sama. Di sisi lain, riset dari Prasetya dkk., (2023) menunjukkan gender dan kondisi geografis mempengaruhi Kecemasan Ujian dalam

kategori sedang. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik Jika ditinjau dari jenis kelamin siswa SMA yang mengalami *Impostor Syndrome*. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa antara siswa laki-laki dan Perempuan yang mengalami *Impostor Syndrome* itu tidak memiliki perbedaan pada hubungan *Achievement Goal Orientation* dan Kecemasan Akademik.

Melihat dari riset diatas, kelemahan kajian ini adalah belum dilakukannya pengujian korelasi spesifik antar variabel, sehingga belum memperlihatkan dimensi *Achievement Goal Orientation* mana yang secara jelas berhubungan negatif atau positif dengan aspek Kecemasan Akademik. Adapun faktor-faktor lain seperti lingkungan rumah siswa, pola asuh, interaksi pertemanan perlu diteliti kembali untuk melihat faktor mana yang paling dominan dalam mempengaruhi kecemasan akademik siswa (Prasetyaningtyas dkk., 2023).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan riset yang telah dilakukan menunjukkan apabila *Achievement Goal Orientation* berpengaruh terhadap Kecemasan Akademik pada siswa SMA dengan *Impostor Syndrome* memiliki arah negatif dengan persentase kontribusi 10.8%. Hasil tersebut sejalan dengan beberapa penelitian yang membahas mengenai gambaran hubungan antara *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik spesifik seperti *Test* dan *Mathematic Anxiety*. Kemudian hasil dari uji homogenitas menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara *Achievement Goal Orientation* dengan Kecemasan Akademik Jika ditinjau dari jenis kelamin siswa SMA yang mengalami *Impostor Syndrome*. Hasil penelitian ini menindikasikan jika hipotesis alternatif diterima.

Riset yang dihasilkan dapat membantu siswa untuk menentukan arah orientasi tujuan prestasi mereka agar dapat meminimalisir terjadinya kecemasan akademik ketika mereka meraih pencapaian tersebut, terlebih lagi bagi siswa yang mengalami *Impostor Syndrome* di mana mereka merasa prestasinya hanyalah keberuntungan dan takut terekspose. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat digunakan oleh pihak sekolah untuk mengidentifikasi siswa yang mengalami *Impostor Syndrome* dan melihat bagaimana arah orientasi tujuan prestasi mereka, sehingga dapat membentuk acuan untuk mengembangkan program bimbingan konseling dan membentuk kurikulum yang terfokus pada orientasi tujuan prestasi sesuai dengan kondisi siswa. Implikasi penelitian mencakup pentingnya pendekatan pendidikan yang berfokus pada pengembangan kompetensi siswa, bukan hanya fokus pada pencapaian nilai sehingga siswa relatif sedikit merasakan Kecemasan Akademik. Selain itu, penelitian ini membuka ruang bagi studi lanjutan mengenai intervensi yang dapat mengubah orientasi tujuan prestasi serta dampaknya terhadap kesehatan mental siswa.

Saran bagi penelitian selanjutnya dapat menerapkan metode eksperimen agar dapat melihat secara langsung bagaimana *Achievement Goal Orientation* memengaruhi kecemasan akademik pada siswa yang mengalami *Impostor Syndrome*, serta membandingkannya dengan kelompok kontrol untuk melihat efektivitas intervensi.

5. REFERENSI

- Abrar, A., & Rusli, D. (2025). Efek Impostor Syndrome terhadap Kecemasan Akademik Mahasiswa Baru Universitas Negeri Padang. *CARONG: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 12–22. <https://doi.org/10.62710/mmj4er27>
- Afrianthony, A., Nadiyah, N., Nurhidayah, L. S., & Rosalia, R. (2025). Studi Deskriptif Tentang Upaya Peningkatan Mutu Pendidikan Menengah Atas. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(1), 200–206. <https://doi.org/10.31004/jpion.v4i1.355>

- Agatha, E. Z., Yosep, I., Hernawaty, T., & Hikmat, R. (2025). Gambaran Impostor syndrome pada Siswa Forum OSIS Kota Bandung: Antara Prestasi dan Keraguan Diri. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(2), 533–539. <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1485>
- Ahmad, H. A. (2023). Goal Orientation, Ketangguhan Mental, Dan Prestasi Akademik Student Athlete. *Psychological Journal: Science and Practice*, 3(1), 132–138. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v3i1.24187>
- Alim, N. F. R., Razak, A., & Jalal, N. M. (2023). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Akademik Siswa SMAN 5 Makassar. *Metapsikologi: Jurnal Ilmiah Kajian Psikologi*, 1(2), 81–88.
- Amalina, A., & Septiana, E. (2021). Peran Achievement Goal Orientation Dan Norma Subjektif Dalam Memprediksi Kecurangan Akademik Selama Belajar Dari Rumah. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(3), 224. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i3.36145>
- Amir, N. Y., Hamid, H., & Ridfah, A. (2023). Hubungan Kecemasan Akademik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Universitas Negeri Makassar. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(12), 687–692. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10458739>
- Andani, C., Prawanti, D. A., Destiana, F., & Mutia, R. (2025). Analisis Hubungan Kecemasan Matematika Dengan Prestasi Belajar Siswa. *Prosiding Diskusi Panel Nasional Pendidikan Matematika*, 11, 299–304.
- Azwar, S. (1994). Seleksi Aitem Dalam Penyusunan Skala Psikologi. *Buletin Psikologi*, 2(2), 26–33.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (2 ed.). Pustaka Pelajar.
- Badri, R., Vahedi, S., & Koliaee, L. (2015). Prediction of mathematics anxiety by students' goal orientation and teachers and parents goal orientation emphasizes. *Educational Psychology Studies*, 21(12), 21–42. <https://doi.org/10.22111/jeps.2015.2153>
- Bayrami, M., Khani, M., & Mohammadi, N. (2014). Prediction Of Test Anxiety On Mathematics Achievement Goal Orientation And Self-Concept. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences I*, 4(3), 24–29.
- Bravata, D. M., Watts, S. A., Keefer, A. L., Madhusudhan, D. K., Taylor, K. T., Clark, D. M., Nelson, R. S., Cokley, K. O., & Hagg, H. K. (2020). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: A Systematic Review. *Journal of general internal medicine*, 35(4), 1252–1275. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05364-1>
- Clance, P. R. (1985). Treatment of the Impostor Phenomenon in Psychotherapy Clients. *Psychotherapy in Private Practice*, 3(1), 71–81. https://doi.org/10.1300/J294v03n01_09
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Deasyanti, D., & Nuruzdah, M. (2017). Orientasi Tujuan Menyusun Skripsi Dan Kecemasan Dalam Menulis Skripsi. *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 6(2), 101–105. <https://doi.org/10.21009/JPPP.062.07>
- Difa, H. F., & Sandjaja, M. (2023). Pengaruh Achievement Goal Orientation terhadap Prokrastinasi pada Mahasiswa Tingkat Awal dan Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Diversita*, 9(2), 198–206. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.9314>
- Elliot, A. J., & McGregor, H. A. (2001). A 2 X 2 Achievement Goal Framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(3), 501–519. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.80.3.501>
- Fahlevi, R., Irene, I., & Zamralita, Z. (2024). Hubungan antara Self-Esteem dengan Impostor Syndrome pada Mahasiswa. *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah*, 4(1), 478–492. <https://doi.org/10.56799/jceki.v4i1.6372>

- Fazila, F., Safira, D., Hairul, S., Ramadhani, S. P., & Yulandari, Z. A. (2023). Tingkat Kecemasan Akademik Pada Siswa Ditinjau Dari Perbedaan Gender. *Educate: Journal Of Education and Learning*, 1(2), 49–57. <https://doi.org/10.61994/educate.v1i2.319>
- Firnando, J., & Suhesty, A. (2024). Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Impostor Syndrome Dan Ketanguhan Akademik. *Edukasi: Jurnal Pendidikan*, 22(2), 177–193. <https://doi.org/10.31571/edukasi.v22i2.7509>
- Fitriyani, R., & Sugiyo. (2022). Hubungan antara Self-efficacy dan Goal orientation dengan Self-regulated learning pada Siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1), 01–07.
- Gullifor, D. P., Gardner, W. L., Karam, E. P., Noghani, F., & Coglisier, C. C. (2024). The impostor phenomenon at work: A systematic evidence-based review, conceptual development, and agenda for future research. *Journal of Organizational Behavior*, 45(2), 234–251. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/job.2733>
- Gulo, F., Mingkol, M., & Laka, L. (2023). Pengaruh Self-Efficacy dan Goal Orientation terhadap Prestasi Belajar Siswa di Sekolah Menengah Agama Katolik Bhakti Luhur Malang. *In Theos: Jurnal Pendidikan dan Theologi*, 1(11), 326–331. <https://doi.org/10.56393/intheos.v1i11.1200>
- Indira, L., & Ayu, M. (2021). Hubungan Authoritarian Parenting dengan Impostor Syndrome pada Mahasiswa Salah Jurusan. *Intensi: Jurnal Psikologi*, 1(1). <https://doi.org/10.31479/intensi.v1i1.1>
- Isnaini, A. I. N., & Herachwati, N. (2024). Systematic Literature Review: Impostor Phenomenon Pada Peran Pemimpin Dalam Konteks Manajemen. *COSTING: Journal of Economic, Business and Accounting*, 7(5), 2597–5234. <https://doi.org/10.31539/costing.v7i5.12083>
- Kong, H., Wang, G., Cheng, D., & Li, T. (2023). The impact of adolescent achievement goal orientation on learning anxiety: The mediation effect of peer interaction. *Frontiers in Psychology*, 14, 1095498. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1095498>
- Li, T., Tien, H.-L. S., & Wang, J. (2024). The relationship between future orientation and academic anxiety: The mediating role of achievement goal orientation and sex difference. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 2387078. <https://doi.org/10.1080/02673843.2024.2387078>
- Lindsay, P. C. (2010). *Assessing the relationships among achievement goal orientation, test anxiety, self-efficacy, metacognition, and academic performance*. (ProQuest Dissertations & Theses) [Northern Illinois University]. <https://www.proquest.com/docview/755255310>
- Lusi, A., Nalle, A. P., & Saba, K. R. (2023). Hubungan Antara Kecemasan Akademik dengan Self-Efficacy pada Mahasiswa yang sedang menyusun Skripsi di rumpun Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Nusa Cendana. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(2), 91–100. <https://doi.org/10.35508/jbkf.v1i2.12292>
- Mai, X. (2024). The Effect of Achievement Goal Orientation on the Online English Learning Engagement of College Students. *Open Journal of Modern Linguistics*, 14(05), 1015–1024. <https://doi.org/10.4236/ojml.2024.145053>
- Marhan, C., Abas, M., & Labaura, S. (2023). Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Self-Regulated Learning Siswa. *Jurnal Amal Pendidikan*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.36709/japend.v4i1.22>
- Möcklinghoff, S., Rapoport, O., Heckel, C., Messerschmidt-Grandi, C., & Ringeisen, T. (2023). Relationships between achievement goal orientations, multidimensional test anxiety, and performance – In conclusion, every facet counts. *Learning and Individual Differences*, 102, 102269. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2023.102269>
- Mushthofa, Z., Rusilowati, A., Sulhadi, S., Marwoto, P., & Mindiyarto, B. N. (2021). Analisis Perilaku Kecurangan Akademik Siswa dalam Pelaksanaan Ujian di Sekolah. *Jurnal Kependidikan: Jurnal*

- Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran*, 7(2), 446. <https://doi.org/10.33394/jk.v7i2.3302>
- Muslimah, A. I., Amalia, S. C., Jauharah, A. N., Kurniawati, Y., & Fadhillah, A. Q. (2022). Fenomena Impostor Syndrome Pada Mahasiswa Berprestasi (MAWAPRES) Universitas Islam "45" Bekasi. *SOUL: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 14(1), 10–22. <https://doi.org/10.33558/soul.v14i1.5952>
- Mutiah, D., Wahyuni, S., & Bintang, R. S. (2024). Achievement Goal Orientation, Conformity dan Problematic Internet Use terhadap Academic Procrastination pada Pelajar SMK Di Provinsi Banten: Studi dengan Penerapan Multiple Regression. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 15(1), 18–30. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v15i1.21065>
- Nauvalia, C., & Indrijati, H. (2023). Konseling Kognitif Perilaku Dalam Menurunkan Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Dengan Sindrom Impostor. *JURNAL EDUCATION AND DEVELOPMENT*, 11(3), 216–222. <https://doi.org/10.37081/ed.v11i3.5090>
- Nurfadhilah, A., & Archianti, P. (2024). Dinamika Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Berprestasi Yang Mengalami Impostor Syndrome. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 43–55. <https://doi.org/10.35760/psi.2024.v17i1.8769>
- Opara, M., Kolenc Klen, K., & Kozinc, Z. (2023). Impostor Syndrome in Physiotherapy Students: Effects of Gender, Year of Study and Clinical Work Experience. *Sport Mont*, 21(1), 37–42. <https://doi.org/10.26773/smj.230206>
- Ottens, A. J. (1991). *Coping with Academic Anxiety*. New York: Roshen Publishing Group.
- Pikoli, A. Y. (2023). *Pengaruh Self Efficacy Dan Impostor Syndrome Terhadap Kecemasan Akademik Mahasiswa* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/54567/1/19410090.pdf>
- Pitaloka, D. A., Lestrai, F. W., Winarti, I., & Setiyaningsih, E. S. (2024). Analisis Kebiasaan Menyontek Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 37 Semarang. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(3), 390–397. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v10i3.3422>
- Pizzie, R. G., & Kraemer, D. J. (2019). The academic anxiety inventory: Evidence for dissociable patterns of anxiety related to math and other sources of academic stress. *Frontiers in psychology*, 9, 2684.
- Prasetya, P., Naini, R., Rosada, U. D., Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2023). Kecemasan Ujian pada Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bantul. *JURNAL PENDIDIKAN & PENGAJARAN (JUPE2)*, 1(2), 263–270. <https://doi.org/10.54832/jupe2.v1i2.159>
- Prasetyaningtyas, W. E., Rangka, I. B., Folastris, S., & Sofyan, A. (2023). Kecemasan Akademik Siswa di Sekolah: Suatu Tinjauan Singkat. *Journal of Learning and Instructional Studies*, 2(3), 107–114. <https://doi.org/10.46637/jlis.v2i3.32>
- Putri, N. K. R. A., Suarni, N. K., & Dharsana, I. K. (2022). Efektivitas Konseling REBT Pendekatan Teknik Self-Talk Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Akademik Siswa Kelas X SMAN "A" Denpasar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(2), 215. <https://doi.org/10.29210/1202222633>
- Putwain, D. W., & Daniels, R. A. (2010). Is the relationship between competence beliefs and test anxiety influenced by goal orientation? *Journal of Learning and Individual Differences*, 20, 8–13.
- Putwain, D. W., & Symes, W. (2012). Achievement goals as mediators of the relationship between competence beliefs and test anxiety. *British Journal of Educational Psychology*, 82(2), 207–224. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.2011.02021.x>
- Rahmi, W., Manurung, P., & Sinaga, M. H. P. (2024). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Dance Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan Akademik Siswa di SMKN 2 Langsa. *Jurnal Fokus Konseling*, 10(2), 72–79. <https://doi.org/10.52657/jfk.v10i2.2447>

- Rameli, M., & Kosnin, A. (2016). Correlational Analysis On Achievement Goal Orientation With Mathematics Anxiety Of Malaysian Schools Students. *MAN IN INDIA*, 96(6), 1809–1816.
- Rhamdhani, B. P., & Maulana, H. (2025). Implementasi Sistem Pendukung Jurusan untuk Siswa SMA Berbasis Artificial Intelligence Menggunakan Framework Laravel. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 5(2), 1537–1546. <https://doi.org/10.54082/jupin.1393>
- Salsabila, F., Suganda, D., & Darmayanti, N. (2022). Tindak Tutur Representatif Penderita Impostor Syndrome Dalam Novel A Untuk Amanda. *Metahumaniora: Jurnal Bahasa, Sastra, dan Budaya*, 12(2), 145–154. <https://doi.org/10.24198/metahumaniora.v12i2.40524>
- Sari, M. P., & Hazim, H. (2023). The Relationship Between Academic Anxiety and Academic Procrastination in Students of the Faculty of Psychology and Education, University of Muhammadiyah Sidoarjo. *Journal of Islamic and Muhammadiyah Studies*, 5. <https://doi.org/10.21070/jims.v5i0.1581>
- Setialaksana, W., Abdal, N. M., Khuluq, M. H., & Yusri, A. Y. (2021). Mediasi Gender Pada Hubungan Kecemasan Matematika Dan Hasil Belajar. *Histogram: Jurnal Pendidikan Matematika*, 5(2), 83–92.
- Shabrina, A. N., Kurniawan, A., Ulkarimah, S., Musyaffa, S. H., Hakim, I. A., & Budiman, N. (2025). Efektivitas Strategi Problem-Focused Coping dalam Mengurangi Kecemasan Akademik Pada Mahasiswa Baru Program Studi Pendidikan Bahasa Arab Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 1021–1028.
- Skaalvik, E. M. (1997). Self-Enhancing and Self-Defeating Ego Orientation: Relations with Task and Avoidance Orientation, Achievement, Self-Perceptions, and Anxiety. *Journal of Educational Psychology*, 89(1), 71–81.
- Stan, A., & Oprea, C. (2015). Test Anxiety and Achievement Goal Orientations of Students at a Romanian University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 180, 1673–1679. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.05.066>
- Subekti, R. L., Herdian, H., & Nuryana, Z. (2024). How to Promote Honest Learning Outcomes in Online Education: Understanding Achievement Goal Orientation and Self-Efficacy. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 22(63), 267–292. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v22i63.9263>
- Umar, H., & Masnawati, E. (2024). Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja. *Jurnal Kajian Pendidikan Islam*, 191–204. <https://doi.org/10.58561/jkpi.v3i2.137>
- Usman, N., & Widyastuti. (2024). Perbedaan Gender dalam Kecemasan Matematika di Kalangan Siswa Kelas Atas. *Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 10. <https://doi.org/10.47134/islamicpsychology.v1i1.48>
- Variansyah, V., & Listiara, A. (2017). Hubungan Orientasi Tujuan Performa Dengan Kecemasan Akademik Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri "A" Semarang. *Jurnal EMPATI*, 6(1), 419–424. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.15178>
- Windradi, L. A. P. N. (2023). Impostor Syndrome Terhadap Kecemasan Akademis Pada Mahasiswa Baru yang Disebabkan Oleh Variabel Kepribadian. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 10. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
- Yakub, N. A., Taibe, P., & Musawwir, M. (2023). Pengaruh Kecemasan Matematika terhadap Efikasi Diri pada Pelajaran Matematika Ditinjau dari Perbedaan Gender pada Siswa SMA di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 186–194. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.1995>
- Zare, H., Rastegar, A., & Hosseini, S. M. D. (2011). The Relation Among Achievement Goals and Academic and Achievement in Statistic: The Mediating Role of Statistic Anxiety and Statistic Self-Efficacy. *Social dan Behavioral Sciences*, 30, 1166–1172.