

BAB II

TINJAUAN KAJIAN BERKAITAN

2.1 Pendahuluan

Bab ini dibahagikan kepada dua bahagian yang terdiri daripada teori kebimbangan dan juga kajian mengenai kebimbangan yang telah dijalankan di dalam negara dan di luar negara.

2.2 Teori Kebimbangan

Perkataan "anxiety" atau kebimbangan wujud daripada perkataan "anger" dan "anxus" yang bermaksud mencengkam perasaan (throttle). Dalam erti kata lain kebimbangan adalah hubungan antara perasaan dicengkam atau mempunyai perasaan terhalang. Dan akhirnya perasaan bimbang ini seringkali bersama perasaan tegang dan tidak selesa. Kedan ini mungkin mencapai

kepada tahap individu menjadi tegang dari segi emosi dan fizikal dan menyebabkan tingkah laku yang tidak terurus (Trimmer, 1970)

2.2.1 Teori Kebimbangan Psikoanalisis Frued

Frued merupakan orang yang mula-mula mengulas kebimbangan secara saintifik. Frued memfokuskan kebimbangan sebagai masalah utama memahami keceluaran emosi dan psikologi dan menganggap bahawa kebimbangan merupakan fenomena asas dan merupakan masalah utama bagi neurosis.

Frued (1977) berpendapat kebimbangan perlu dilihat samada berbentuk objektif ataupun neurotik. Kebimbangan objektif atau kebimbangan biasa ialah tindakbalas kepada ancaman luar seperti kematian, kelahiran atau menghadiri temuduga. Kebimbangan ini merupakan reaksi semulajadi dan ia adalah rasional dan berfungsi untuk mempertahankan diri. Kesediaan yang timbul secara automatik ini merupakan satu fungsi penting kerana melindungi individu dari ancaman yang mendadak. Kebimbangan objektif ini sebenarnya tidak menimbulkan masalah psikologi.

Frued (1977) menerangkan bahawa persediaan untuk kebimbangan merupakan punca utama yang menimbulkan kebimbangan neurotik. Kebimbangan ini meningkat kerana jumlah kebimbangan yang dialami tidak setara dengan ancaman yang dihadapi. Persoalan kebimbangan tertumpu

kepada peranan libido. Apabila tenaga libido dipendam, ia akan bertukar kepada kebimbangan bebas atau pun satu simptom kebimbangan.

Frud juga mengatakan kebimbangan berpunca dari renjatan emosi kelahiran (birth trauma) dan takutkan kembiri (fear of castration). Kesan emosi yang timbul dari kebimbangan adalah dari hubungan pengalaman lepas yang signifikan, iaitu kelahiran bayi ke dunia. Pengalaman bayi lahir ke dunia merupakan pengalaman yang traumatis dan Freud mengandaikannya sebagai kebimbangan yang ulung sekali oleh bayi ialah perpisahan dengan ibunya.

2.2.2 Teori Terapi Psikoanalisis Rank

Selain Freud, ramai lagi ahli Psikoanalisa yang membicarakan tentang konsep kebimbangan. Mengikut Pervin (1980) kebimbangan merupakan topik utama dalam membicarakan tentang personaliti manusia.

Pendekatan Rank (1929) menyarankan bahawa kebimbangan terjadi kerana perhubungan antara peribadi yang terganggu. Perhubungan antara peribadi ini dapat dilihat dari dua segi iaitu perhubungan umum dengan masyarakat atau perhubungan khusus dengan orang yang signifikan dalam kehidupan individu itu. Ahli Psikoanalisa keseluruhannya mengatakan ciri-ciri kebimbangan menghadkan perkembangan dan kesedaran sehingga membawa kepada kehidupan yang tidak berkesan. Kebimbangan sungguhpun merupakan reaksi spontan di dalam menghadapi ancaman dan timbul dalam bentuk simptom

mekanisme bela diri, ia akan menimbulkan konflik hidup yang tidak berkesudahan jika keimbangan itu menjadi neurotik.

May (1979) menyarankan bahawa keimbangan terjadi kerana kegelisahan yang tidak menentu dan perasaan tidak selamat. Kebimbangan ini terjadi kerana takut untuk hidup atau takut kepada mati. Takut untuk hidup merupakan keimbangan terhadap kemungkinan-kemungkinan baru untuk membuat aktiviti bersendirian. Aktiviti-aktiviti yang bersendirian memaksa seseorang individu membentuk satu-satu corak perhubungan baru dengan orang lain dan corak ini terpaksa disepadankan ke dalam diri supaya menjadi sebat. Tidak dapat tidak, corak perhubungan baru ini sendirinya menimbulkan ancaman kerana berbeza ataupun berpisah dari corak perhubungan sedia ada yang sudah menjadi kebiasaan.

2.2.3 Teori Tingkah Laku

Teori tingkah laku adalah berkaitan dengan teori Rangsangan-Gerakbalas (Stimulus Response). Povlov merupakan orang yang mula meletakkan asas untuk memahami keimbangan dari pendekatan rangsangan-gerakbalas dan Watson merupakan orang pertama melakukan eksperimen untuk menunjukkan bahawa keimbangan ataupun ketakutan dipelajari mengikut proses pelaziman tingkah laku.

Teori tingkah laku mengatakan bahawa keimbangan adalah satu reaksi emosi yang dipelajari atau dikuasai terhadap sesuatu rangsangan neutral yang dikemukakan atau didedahkan berulang kali bersama dengan satu rangsangan yang menyakitkan. Ini bermakna keimbangan ialah tindakbalas yang dipelajari dari rangsangan baru yang menimbulkan reaksi perasaan yang kuat. Kebimbangan juga digeneralisasikan atau ditukarkan kepada rangsangan. Kebimbangan yang digeneralisasikan boleh ditingkatkan ataupun dibendung.

Byrne (1966) menyatakan bahawa ahli-ahli psikologi yang melihat keimbangan sebagai satu keadaan emosi atau melihat dari sudut motivasi telah menumpukan kajian keimbangan kepada beberapa jenis keimbangan berlandaskan minat dan orientasi masing-masing. Pertama melihat keimbangan dari segi rangsangan yang menimbulkan gerakbalas. Misalnya, individu boleh dijadikan bimbang atau takut dengan cara kesakitan ataupun ancaman kesakitan oleh rangsangan yang tidak dijangka. Kesan fisiologi terhadap ketakutan dan keimbangan ialah peningkatan degup jantung dan pernafasan, ketegangan otot-otot, perpeluhan serta peningkatan adrenalin ke dalam darah. Kebimbangan begini mempunyai implikasi terhadap keimbangan ujian yang melibatkan respon lisan serta kesan fisiologi.

Penumpuan kedua melibatkan rangsangan yang menimbulkan keimbangan. Pada awalnya rangsangan adalah neutral, tetapi oleh kerana ia dilazimkan dengan gerakbalas yang membimbangkan, rangsangan ini akhirnya menimbulkan keimbangan.

Fokus kajian ketiga melibatkan ciri-ciri penggerak. Oleh kerana seseorang itu tidak merasai seronok apabila mengalami kebimbangan ataupun ia berada dalam ketakutan, apa sahaja perlakuan yang boleh mengurangkan penggerak merupakan peneguhan kepada tingkah laku. Gerak balas pengurangan penggerak yang paling senang sekali ialah pengelakan diri dari sesuatu rangsangan yang mampu untuk menimbulkan kebimbangan. Jika penghindaran tidak dapat dicapai dengan mudah, gerak balas lain perlu dipelajari dengan tujuan untuk mencapai matlamat yang sama iaitu untuk mengurangkan atau menghilangkan kebimbangan.

Keempat, kebimbangan bukan sahaja dilihat tidak menyeronokkan dan penggerak yang akan mengurangkan kebimbangan, tetapi juga mempunyai satu lagi kesan yang sama dengan motif-motif lain iaitu peneguhan kepada apa-apa sahaja reaksi yang dibuat oleh organisasi itu sendiri. Ini bermakna kesan peneguhan penggerak terhadap tingkah laku adalah bebas dari penyebab spesifik yang menimbulkan penggerak itu.

Fokus yang kelima bagi ahli-ahli psikologi tingkah laku terhadap kebimbangan ialah kelaianan individu. Kelainan individu dilihat dari segi:

- I Gerak balas fisiologi terhadap rangsangan kebimbangan
- II Rangsangan yang menimbulkan kebimbangan
- III Gerak balas instrumental yang dipelajari bertujuan mengurangkan kebimbangan, dan
- IV Tahap penggerak ataupun gerak balas emosi secara umum

2.2.4 Teori Kebimbangan Keadaan –Tret

Spielberger (1966) membincangkan dua jenis kebimbangan, iaitu kebimbangan keadaan dan kebimbangan tret. Kebimbangan keadaan dianggap sebagai satu keadaan emosi sementara dan diikuti dengan perasaan tegang dan cemas serta bertambahnya aktiviti sistem saraf otonomik. Kebimbangan keadaan berubah dari segi kekuatan mengikut masa. Spielberger menyatakan kebimbangan keadaan bertambah apabila seseorang berhadapan dengan sesuatu tekanan seperti peperiksaan.

Mengikut Spielberger (1966), kebimbangan tret pula adalah serupa dengan ciri-ciri sahsiah. Kebimbangan tret ialah pengamatan semula jadi kepada situasi yang dianggap oleh individu itu sebagai mengancam atau tidak. Individu yang cirinya adalah tinggi dari segi kebimbangan tret condong mengamati banyak situasi sebagai mengancam jika dibandingkan dengan individu yang mempunyai kebimbangan tret yang rendah.

Kebimbangan keadaan pula ialah bagaimana individu itu bergerak balas terhadap sesuatu situasi, iaitu dalam keadaan beremosi dan berperasaan khuatir, tegang, gelisah, susah hati ataupun takut. Oleh itu, kebimbangan tret berkait rapat dengan kebangkitan yang timbul daripada pengamatan situasi yang merbahaya. Kebimbangan keadaan boleh dianggap sebagai kesan negatif, di mana aras yang tinggi tidak menyenangkan seseorang itu.

Spielberger (1966) memberi satu analogi yang berguna untuk membezakan antara dua jenis kebimbangan ini. Kebimbangan keadaan serupa dengan daya kinetik, iaitu tenaga bergerak tetapi kebimbangan tret adalah serupa dengan potensi iaitu tenaga yang sedia ada untuk tindakan apabila rangsangan yang sesuai timbul.

2.2.5 Teori Kebimbangan Neurotik

Teori kebimbangan neurotik ini mengatakan bayi dan kanak-kanak adalah bergantungan terhadap ibubapanya, bukan hanya dari sudut keperluan fizikal tetapi juga rasa selamat dari sudut psikologi. Oleh itu perasaan bayi atau kanak-kanak yang disayangi dan dilindungi oleh ibu bapa akan merasa selamat. Sebaliknya kanak-kanak yang dalam keadaan kurang mendapat perhatian ibu bapa mula melahirkan asas perasaan kebimbangan di mana Horney (1945) menyatakan

"the feeling a child has of being isolated and helpless in a potentially hostile world" (ms 48)

Terdapat ibu bapa yang tidak menerima anak-anak maka anak-anak akan merasa marah terhadap mereka. Horney menafsirkan sebagai "basic hostility".

2.3 Kajian Mengenai Kebimbangan

Kajian mengenai kebimbangan telah banyak dilakukan di Barat. Di Malaysia kebimbangan mula disedari oleh kaunselor dan guru-guru bimbingan apabila mereka berurusan dengan pelajar dan remaja sekolah. Kajian kebimbangan melibatkan berbagai masalah yang dialami oleh seseorang berpunca daripada perasaan yang tidak tenteram.

2.3.1 Kajian Tempatan

Di Malaysia terdapat kajian tentang gangguan psikologi remaja dan kebimbangan. Abdul Rahim Hassan (1982), dalam kajian yang dijalankan ke atas 74 orang sampel di sebuah sekolah menengah di kawasan luar bandar di Malaysia mendapati bahawa pelajar-pelajar yang berkebimbangan rendah adalah pelajar-pelajar yang berjaya dari segi prestasi akademik jika dibandingkan dengan pelajar-pelajar yang berkebimbangan tinggi.

Rohana Zubir (1974) telah membuat kajian terhadap 640 orang pelajar (320 lelaki dan 320 perempuan) daripada 2 buah sekolah di Petaling Jaya dan 6 buah sekolah di Kuala Lumpur. Hasil kajian menunjukkan bahawa kategori masalah yang utama ialah kategori tentang masalah penyesuaian kerja sekolah. Masalah lain yang dihadapi oleh sebilangan pelajar termasuklah masa hadapan dan kerjaya, hubungan personal psikologikal, kewangan, kehidupan harian, sosial dan hiburan dan kategori moral dan agama. Beliau juga merumuskan

bahawa masalah pelajar di Malaysia tidak berbeza dengan masalah pelajar di Amerika. Masalah-masalah inilah yang menyebabkan pelajar merasa bimbang.

Zainal Abidin (1981), dalam kajiannya ke atas pelajar-pelajar Sekolah Menengah Vokasional, Kangar Perlis menggunakan sampel seramai 80 orang yang terdiri daripada 40 orang pelajar lelaki dan 40 orang pelajar perempuan daripada tingkatan 4 dan 5, mendapati bahawa pelajar-pelajar perempuan adalah lebih bimbang dari pelajar-pelajar lelaki.

Kajian ini juga mendapati lebih 70% pelajar-pelajar tingkatan 4 dan 5 menghadapi kebimbangan seperti fikiran mudah terganggu, gentar apabila menghadapi keadaan yang menakutkan, bimbang tentang pelajaran, tergamam apabila berjumpa dengan orang yang diminati, bimbang memikirkan keluarga, rasa takut dan gentar menghadapi peperiksaan, memikirkan diri lemah, bimbang tentang jenis pekerjaan yang akan dilakukan, bimbang jika tidak mendapat pekerjaan dan bimbang tidak dapat menyelesaikan kerja rumah.

Mengikut kajian Chiam & Fatimah (1982) keinginan untuk lulus peperiksaan dengan gred yang baik menjadi purica utama kebimbangan remaja. Dari segi masalah sekolah, rata-rata pelajar remaja berasa bimbang tentang peperiksaan. Sebanyak 48.8 peratus pelajar remaja merasa bimbang kerana tidak tahu belajar secara berkesan. Dari segi perhubungan guru, pelajar remaja yang lemah dalam bidang akademik menganggap guru tidak berminat, tidak membantu pelajar secara individu. Di samping itu mereka tidak memahami guru-guru mereka (Chiam 1983)

Noran Fauziah dan Mizan Abdullah (1991) telah membuat kajian tentang masalah remaja di sebuah sekolah asrama penuh di Kuala Lumpur. Hasil kajian menunjukkan bahawa daripada sebelas kategori masalah yang dikaji, masalah yang berkaitan dengan penyesuaian terhadap kerja-kerja sekolah yang paling banyak mengganggu pelajar. Lapan item dalam kategori ini mempunyai lebih daripada 10 peratus responden yang mengatakan masalah tersebut mengganggu mereka, iaitu tidak memahami beberapa mata pelajaran dengan memuaskan, tidak tahu cara belajar yang berkesan, lemah daya ingatan, bimbang tentang pencapaian dalam peperiksaan, bimbang menghadapi peperiksaan, takut gagal dalam peperiksaan, tidak belajar dengan secukupnya dan tidak dapat menumpukan perhatian kepada pelajaran sekolah.

Kajian oleh Lim Hong Kuan dan Sarojini Menon (1982) ke atas 770 orang pelajar remaja di empat buah sekolah menengah di Selangor dan dua buah sekolah menengah di Kuala Lumpur mendapat bahawa masalah yang kerap kali di tandakan oleh para remaja ini ialah masalah berkaitan dengan peperiksaan dan ketakutan akan gagal dalam ujian atau peperiksaan. Mereka lebih mengakui tidak tahu cara belajar yang berkesan dan tidak boleh menumpukan perhatian dan suka menyalahkan sekolah, guru atau kurikulum. Kesukaran dalam matematik merupakan masalah yang sangat mengganggu mereka. Daripada temuduga dan penulisan karangan oleh pelajar-pelajar terpilih, didapati bahawa masalah berkaitan dengan keadaan rumah tangga yang tidak sempurna juga amat mengganggu mereka.

Fadzilah (1989) menggunakan 'Senarai Semak Masalah Mooney' yang telah diubahsuai untuk mengenal pasti masalah-masalah yang dihadapi oleh golongan akhir remaja iaitu pelatih-pelatih di Maktab Perguruan Ilmu Khas, Kuala Lumpur. Sampel kajian seramai 278 guru pelatih telah digunakan. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa masalah utama yang dihadapi adalah yang berkaitan dengan masalah akademik, keinginan untuk meluaskan pengetahuan, kebimbangan terhadap peperiksaan, dan penggunaan bahasa Inggeris.

2.3.2 Kajian Luar Negara

Terdapat banyak kajian luar negara yang telah dijalankan tentang kebimbangan remaja. Antara lain kajian oleh Sarason (1952) menyatakan bahawa kebimbangan merupakan faktor yang ketara dalam menentukan pencapaian akademik. Beliau menyatakan bahawa mereka yang pintar dan berpencapaian tinggi adalah mereka yang berkebolehan menyesuaikan diri dengan persekitaran mereka dan mempunyai tahap kebimbangan yang rendah.

Montague (1953), di dalam kajiannya melalui ujian-ujian yang diberikan kepada pelajar universiti di Amerika Syarikat mendapati bahawa subjek yang berkebimbangan rendah lebih berjaya dari pelajar-pelajar yang berkebimbangan tinggi

Melihat tahap kebimbangan antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan, Haggard (1957) menyatakan bahawa pelajar lelaki adalah golongan lebih pasif

dalam melahirkan perasaan mereka. Oleh itu mereka mempunyai konflik dalaman yang lebih tinggi. Haggard telah membuat kesimpulan bahawa pelajar-pelajar perlu dibantu perkembangan mereka supaya bebas dari kebimbangan sehingga mereka dapat mencapai kesejahteraan emosi yang sebenar.

Haggard juga menyatakan bahawa pentingnya kita memikirkan hubungan faktor kebimbangan dengan proses pembentukan personaliti kanak-kanak. Beliau juga menyarankan supaya diadakan ujian kebimbangan secara berasingan daripada ujian-ujian pencapaian.

Lilienfeld (1997) telah menjalankan kajian untuk melihat hubungan kepekaan kebimbangan terhadap personaliti terhadap implikasi serangan panik keatas 228 orang pelajar iaitu 118 lelaki dan 110 perempuan. Beliau mendapatkan bahawa orang-orang yang peka terhadap kebimbangan mempunyai hubungan dengan emosi yang negatif, sebaliknya tidak mempunyai hubungan dengan masalah ketakutan dan emosi positif.

Lewinsohn et al (1998) membuat kajian terhadap perbezaan antara jantina terhadap kebimbangan dan punca-punca kebimbangan remaja. Kajian dijalankan terhadap 1079-orang pelajar. Hasil kajian mendapatkan bahawa wanita lebih terdedah kepada kebimbangan yang berkaitan dengan genetik berbanding faktor persekitaran. Tetapi tidak dapat dipastikan perbezaan jantina terhadap punca-punca kebimbangan.

Holtzman (1975) telah menjalankan kajian mengenai kebimbangan ke atas kanak-kanak Mexico dan Amerika Syarikat menggunakan skala kebimbangan tret untuk kanak-kanak (Tret Anxiety Scale for Children). Sampel yang digunakan seramai 392 orang kanak-kanak lelaki dan perempuan, separuh berketurunan Mexico dan separuh lagi berketurunan Amerika Syarikat. Mereka berumur di antara 6 – 9 tahun. Tujuan kajian adalah untuk mengkaji perbezaan kebimbangan antara kanak-kanak Amerika Syarikat dan Mexico berdasarkan jantina. Hasil kajian didapati bahawa kanak-kanak perempuan lebih bimbang daripada kanak-kanak lelaki. Skor purata yang diperolehi ialah 14.60 untuk perempuan dan 12.10 untuk lelaki.

Dari segi bangsa dan kebudayaan, didapati pelajar Mexico lebih bimbang dari pelajar Amerika berdasarkan inventori kebimbangan keadaan semasa pelajar menghadapi peperiksaan. Begitu juga dari segi status sosio-ekonomi, didapati subjek dari status ekonomi rendah lebih bimbang daripada subjek status ekonomi tinggi.

Zakiah Darajat (1974) telah menjalankan kajian di Indonesia tentang masalah remaja menggunakan Soal Selidik Masalah Mooney. Kajian dilakukan terhadap 404 orang pelajar remaja lelaki dan 283 orang pelajar remaja perempuan. Analisis data deskriptif terutamanya frekuensi dan peratusan digunakan untuk mentafsirkan dapatan kajian. Hasil daripada penelitian beliau terbukti bahawa para remaja mengalami berbagai-bagai masalah peribadi. Beliau mendapati punca utama gangguan emosi atau perasaan bimbang ialah masalah persekolahan, pemilihan pekerjaan, kesihatan dan kewangan.

Moustafa Fahmy (1959) telah menjalankan kajian terhadap masalah remaja Mesir. Beliau telah menggunakan Mooney Problem Checklist yang telah diubahsuai dengan persekitaran Mesir. Soalannya meliputi masalah kesihatan, sekolah, keluarga, hubungan dengan orang lain dan masalah peribadi. Hasil daripada kajian tersebut didapati masalah-masalah utama pelajar ialah berkaitan dengan kesihatan, sekolah dan keluarga.

Lee dan Robbins (1998) melihat hubungan antara hubungan sosial dan kebimbangan, 'self esteem' dan pengenalan sosial. Kajian telah dijalankan terhadap 185 pelajar universiti. Beliau mendapati bahawa faktor hubungan sosial menunjukkan 16 % daripada jumlah varian dalam kebimbangan tret. Penemuan ini dapat menyokong teori-teori yang mengatakan wanita-wanita yang mempunyai hubungan yang tinggi dengan masyarakat adalah kurang bimbang dalam kehidupan mereka seharian. Sebaliknya wanita yang mempunyai hubungan yang rendah dengan masyarakat lebih cenderung untuk menjadi lebih bimbang

Paulson (1994) telah menjalankan kajian untuk melihat perkaitan antara stail keibu bapaan dan campur tangan mereka terhadap pencapaian akademik para pelajar remaja. Sumber kajian terdiri daripada 247 orang remaja (lelaki = 99, perempuan = 148) beserta ibu bapa masing-masing. Sampel ini dipilih dari beberapa buah sekolah menengah di daerah Midwest. Min umur sampel ialah 14.81 tahun. Tahap pencapaian akademik pelajar berdasarkan gred purata yang dikira daripada empat mata pelajaran utama. Soal selidik digunakan untuk menentukan stail keibu bapaan dan juga campur tangan ibu bapa. Keputusan

yang diperolehi menunjukkan bahawa stail keibu bapaan dan campur tangan mereka dalam hal ehwal anak-anak mempunyai kolerasi yang signifikan dengan pencapaian akademik. Hasil kajian ini memperjelaskan bahawa ibu bapa yang terlalu mengawal dan banyak campur tangan terutama meletakkan harapan terlalu tinggi kepada anak-anak mereka akan memberi kesan negatif terhadap pencapaian akademik mereka. Begitu juga remaja yang mempunyai masalah hubungan dengan ibu bapa akan memperlihatkan tahap pencapaian akademik yang lebih rendah.

Dapatan kajian Paulson (1994) mempunyai persamaan dengan dapatan kajian oleh para penyelidik terdahulu seperti Fernandez dan Paulson (1989). Mereka mendapati ibu bapa yang sering mendampingi dan memberi sokongan serta mempunyai tahap komunikasi yang baik dengan anak-anak remaja mereka akan menunjukkan kesan positif ke atas pencapaian akademik. Bagi remaja yang menghadapi masalah keluarga seperti ibu bapa yang sudah bercerai, tinggal dengan keluarga angkat mempunyai tahap pencapaian akademik rendah, mengalami keimbangan yang tinggi dan mereka sering menghadapi kegagalan dalam pelajaran. Remaja yang mempunyai hubungan yang baik dengan ahli keluarga tidak banyak menghadapi masalah dalam bidang pelajaran. Kajian oleh Robertson dan Simons (1989) pula membuktikan remaja yang meluangkan banyak masa bersama-sama dengan ibu bapa mempunyai tahap keintelektualan yang lebih tinggi berbanding dengan remaja yang diabaikan oleh ibu bapa. Baumrind (1991) pula mendapati pelajar remaja mencapai akademik rendah datang dari keluarga berpecah, mempunyai ibu bapa yang mengamalkan gaya

kepimpinan yang otoritarian dan menghadapai masalah di abaikan oleh ibu bapa.

Dalam kajian yang dijalankan oleh Skaalvik dan Hagtvet (1990) mereka menjelaskan terdapat perkaitan yang signifikan antara tahap pencapaian akademik dengan konsep kendiri remaja. Remaja yang mempunyai konsep kendiri rendah sering menghadapi masalah psikologi seperti merasa mudah tersinggung, merasa bimbang, tidak bernasib baik, kurang kepercayaan terhadap diri, dan mempunyai tahap kritik diri yang tinggi. Akibat dari masalah-masalah ini, pelajar-pelajar berkenaan memperoleh tahap pencapaian akademik yang rendah.

Daripada kajian lampau jelas menunjukkan kebanyakan para remaja menghadapi kebimbangan dan antara punca yang menyebabkan kebimbangan remaja adalah masalah yang berkaitan dengan kekecewaan, konflik, ancaman, persekolahan dan proses pertumbuhan fisiologi mereka.