

## **Pengaruh *Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure* pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Sarjana: Studi pada Perguruan Tinggi di DKI Jakarta**

**Philicia Christanti Martajaya<sup>1</sup> & Sandi Kartasasmita<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

Telp: +6287896988999

E-mail: philiciaachristanti@gmail.com

<sup>2</sup> Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat, Indonesia, 11440

Telp: +6281934126597

E-mail: sandik@fpsi.untar.ac.id

### **RIWAYAT ARTIKEL**

*Received* : 2025-11-16

*Revised* : 2025-11-28

*Accepted* : 2025-11-29

### **KEYWORDS**

*Fear of Failure*

*Self-Efficacy*

*First-Year Undergraduate*

*Students*

### **KATA KUNCI**

*Fear of Failure*

*Self-Efficacy*

*Mahasiswa Tahun Pertama*

*Program Sarjana*

### **ABSTRACT**

*The early years of college place students in a complex adaptation period, marked by changes in academic demands, social relationships, emotional regulation, and institutional systems that have the potential to trigger psychological stress. The inability to manage these demands can lead to the emergence of fear of failure, namely the tendency of individuals to perceive situations with the possibility of failure as a threat. In this context, self-efficacy plays a role as an important psychological factor that influences how individuals respond to challenges and direct behavior towards achieving success. This study aims to analyze the effect of self-efficacy on fear of failure in first-year undergraduate students through a quantitative approach with simple linear regression analysis. The study participants were 251 students recruited using a purposive sampling technique. Data collection was carried out using the Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI;  $\alpha = .938$ ) and the Indonesian version of the General Self-Efficacy Scale (GSES) ( $\alpha = .829$ ). The results of the analysis showed that self-efficacy had a significant negative effect on fear of failure with a contribution of 31.5% ( $p < .05$ ). The largest impact was found in the Fear of Devaluing One's Self-Estimate (FDSE; 30.2%,  $\beta = -.550$ ,  $p < .05$ ) dimension, while the lowest contribution was found in the Fear of Upsetting Important Others (FUIO; 15.5%,  $\beta = -.393$ ,  $p < .05$ ) dimension. These findings indicate that self-efficacy plays a greater role in the fear of failure aspect related to internal self-evaluation than external social evaluation. Overall, this study enriches the study of educational psychology by providing an empirical understanding of the role of self-efficacy on the fear of failure in first-year students in the context of Indonesian higher education, while also opening up opportunities to explore other psychological factors that contribute to the dynamics of fear of failure.*

### **ABSTRAK**

Masa awal perkuliahan menempatkan mahasiswa pada periode adaptasi yang kompleks, ditandai oleh perubahan tuntutan akademik, relasi sosial, regulasi emosional, dan sistem institusional yang berpotensi memicu tekanan psikologis. Ketidakmampuan mengelola tuntutan tersebut dapat mendorong munculnya fear of failure, yakni kecenderungan individu untuk memersepsikan situasi dengan peluang gagal sebagai ancaman. Dalam konteks ini, self-efficacy berperan sebagai faktor psikologis penting yang memengaruhi cara individu merespons tantangan dan mengarahkan perilaku menuju pencapaian keberhasilan. Penelitian

ini bertujuan menganalisis pengaruh self-efficacy terhadap fear of failure pada mahasiswa tahun pertama program sarjana melalui pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linier sederhana. Partisipan penelitian berjumlah 251 mahasiswa yang direkrut menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI;  $\alpha = .938$ ) dan General Self-Efficacy Scale (GSES) versi Indonesia ( $\alpha = .829$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap fear of failure dengan kontribusi sebesar 31.5% ( $p < .05$ ). Dampak terbesar ditemukan pada dimensi Fear of Devaluing One's Self-Estimate (FDSE; 30.2%,  $\beta = -.550$ ,  $p < .05$ ), sedangkan kontribusi terendah terdapat pada dimensi Fear of Upsetting Important Others (FUIO; 15.5%,  $\beta = -.393$ ,  $p < .05$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa self-efficacy lebih berperan dalam aspek fear of failure yang berkaitan dengan evaluasi diri internal dibandingkan evaluasi sosial eksternal. Secara keseluruhan, penelitian ini memperkaya kajian psikologi pendidikan dengan memberikan pemahaman empiris mengenai peran self-efficacy terhadap fear of failure pada mahasiswa tahun pertama di konteks pendidikan tinggi Indonesia, sekaligus membuka peluang eksplorasi faktor psikologis lain yang berkontribusi terhadap dinamika ketakutan akan kegagalan.

## 1. Pendahuluan

Pendidikan tinggi merujuk pada tahapan pendidikan formal yang ditempuh setelah pendidikan menengah dan mencakup berbagai jalur akademik serta profesional, mulai dari program diploma hingga doktor, termasuk pendidikan profesi dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi (2012). Perkembangan sektor ini tercermin dari data Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi yang menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa aktif di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 7.246.906 orang, angka yang merepresentasikan peningkatan partisipasi dibandingkan tahun-tahun sebelumnya (Kemdiktisaintek, 2024). Pada periode yang sama, tercatat sebanyak 2.197.118 mahasiswa baru, dengan mayoritas berasal dari jenjang sarjana yang mencakup 70,64% atau sekitar 1.561.590 mahasiswa. Meskipun demikian, peningkatan akses tersebut belum sepenuhnya diimbangi dengan keberlanjutan studi, sebagaimana ditunjukkan oleh angka putus kuliah nasional yang mencapai 282.269 mahasiswa, dengan proporsi tertinggi terjadi pada program sarjana. Secara regional, Provinsi DKI Jakarta mencatat persentase putus kuliah sebesar 5%, yang mengindikasikan masih adanya tantangan signifikan dalam mempertahankan keberlanjutan pendidikan tinggi (Pangkalan Data Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Tinggi, 2024).

Masa awal memasuki pendidikan tinggi setelah menyelesaikan pendidikan menengah merupakan

periode kritis yang sarat dengan tuntutan adaptasi dan berpotensi menimbulkan tekanan psikologis bagi mahasiswa tahun pertama. Pada tahap ini, mahasiswa dituntut untuk melakukan penyesuaian secara simultan terhadap berbagai aspek, termasuk tuntutan akademik, interaksi sosial, regulasi emosi personal, serta sistem dan budaya institusi pendidikan tinggi, yang secara kolektif dapat memicu respons stres (Baker & Siryk, 1984 dalam Anbesaw et al., 2022). Ketika intensitas beban akademik meningkat tanpa diimbangi oleh kapasitas penyesuaian yang efektif, risiko mahasiswa mengalami kelelahan akademik atau burnout menjadi semakin besar. Kondisi burnout tersebut berkembang sebagai konsekuensi dari akumulasi stres yang berlangsung secara berkelanjutan dan tidak dikelola melalui strategi koping yang adaptif (Zuo et al., 2024).

Ketidakstabilan proses adaptasi yang dialami mahasiswa pada tahun pertama perkuliahan, khususnya dalam merespons tuntutan akademik dan interaksi sosial yang intens, berkontribusi pada berkembangnya fear of failure. Kondisi psikologis ini tercermin melalui kekhawatiran yang berakar pada tekanan internal, seperti ancaman terhadap harga diri dan potensi munculnya rasa malu, serta tekanan eksternal yang bersumber dari evaluasi dan ekspektasi lingkungan sosial (Conroy et al., 2002). Dalam kerangka motivasional, fear of failure dipahami sebagai kecenderungan untuk menghindari situasi berisiko sebagai strategi antisipatif terhadap konsekuensi afektif dari kegagalan, terutama rasa malu (Atkinson, 1957). Pola kognitif tersebut umumnya teraktivasi ketika individu dihadapkan pada konteks yang memungkinkan terjadinya

kegagalan dan menuntut evaluasi atas kapasitas diri dalam mencapai tujuan yang memiliki makna personal yang tinggi (Conroy et al., 2007).

Berbagai temuan empiris menegaskan implikasi negatif fear of failure terhadap dinamika belajar mahasiswa. Chuang et al. (2022) mengemukakan bahwa meningkatnya ketakutan terhadap kegagalan berkaitan dengan menurunnya keterlibatan motivasional dalam aktivitas akademik, yang pada akhirnya melemahkan capaian akademik. Pola perilaku serupa diidentifikasi dalam studi Obenza et al. (2024), yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat fear of failure yang tinggi cenderung menunda penyelesaian tugas. Temuan ini diperkuat oleh Duru et al. (2024), yang mengaitkan prokrastinasi akademik dengan kegagalan individu dalam mengelola respons afektif terhadap rasa takut. Fenomena tersebut sejalan dengan pandangan Martin dan Marsh (2003) yang memaknai prokrastinasi sebagai strategi disfungsional yang berfungsi ganda, yakni menghambat peluang keberhasilan sekaligus menjadi mekanisme protektif untuk mengurangi dampak psikologis dari potensi kegagalan. Kerangka konseptual yang serupa juga tercermin dalam konsep learned helplessness, yang menggambarkan kecenderungan individu untuk menghentikan usaha secara dini sebagai bentuk penghindaran terhadap kemungkinan tidak berhasil (Martin & Marsh, 2003).

Sejumlah kajian empiris telah mengonfirmasi peran self-efficacy sebagai faktor protektif terhadap munculnya fear of failure. Studi yang dilakukan oleh Chuang et al. (2022) pada peserta didik sekolah kejuruan di Taiwan menunjukkan bahwa tingkat self-efficacy yang lebih tinggi berkaitan dengan intensitas fear of failure yang lebih rendah. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Himani dan Vibha (2024) yang mengidentifikasi hubungan negatif antara academic self-efficacy dan fear of failure. Dalam konteks performa olahraga profesional, Lee dan Kang (2024) juga melaporkan adanya keterkaitan yang signifikan antara golf self-efficacy (GSE) dan fear of failure pada atlet golf profesional, bersama dengan variabel psikologis lainnya seperti competitive state anxiety dan flow. Pola hubungan serupa kembali ditemukan oleh Nair dan Sutar (2023), yang mendokumentasikan korelasi negatif antara academic self-efficacy dan fear of failure pada mahasiswa jenjang sarjana dan pascasarjana di Bangalore. Sejalan dengan temuan internasional tersebut, penelitian di Indonesia oleh Ulumiyah dan Sulistyaningsih (2024) mengungkapkan bahwa self-efficacy memberikan kontribusi negatif sebesar 41% terhadap fear of failure pada mahasiswa tingkat akhir.

Kendati hubungan antara self-efficacy dan fear of failure telah banyak dikaji dalam berbagai penelitian terdahulu, kajian yang secara spesifik menyoroti kedua konstruk tersebut pada mahasiswa tahun pertama dalam konteks sosio-kultural Indonesia masih relatif jarang ditemukan. Di samping itu, sejumlah keterbatasan metodologis pada studi sebelumnya, seperti heterogenitas usia partisipan serta belum optimalnya pelibatan variabel-variabel relevan lainnya, turut melandasi perlunya penelitian lanjutan. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini diarahkan untuk menganalisis pengaruh self-efficacy terhadap fear of failure beserta dimensi-dimensinya pada mahasiswa program sarjana tahun pertama.

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan strategi pemilihan partisipan melalui purposive sampling yang dikombinasikan dengan metode convenience. Subjek penelitian terdiri atas mahasiswa aktif tahun pertama, baik laki-laki maupun perempuan, yang sedang mengikuti pendidikan pada jenjang sarjana (Strata I/S1) di berbagai perguruan tinggi yang berlokasi di wilayah DKI Jakarta. Tahapan pelaksanaan penelitian diawali dengan pemetaan fenomena yang diteliti, dilanjutkan dengan penetapan konstruk utama serta telaah pustaka yang relevan mengenai self-efficacy dan fear of failure. Selanjutnya, proses penelitian mencakup perumusan permasalahan, penentuan tujuan penelitian, serta penetapan desain penelitian yang digunakan.

Alat ukur self-efficacy yang digunakan dalam penelitian ini telah tersedia dalam versi berbahasa Indonesia. Sementara itu, instrumen fear of failure berasal dari versi asli berbahasa Inggris sehingga memerlukan proses adaptasi linguistik dan konseptual melalui prosedur forward-backward translation yang dilakukan oleh penerjemah tersumpah, disertai dengan penilaian validitas isi oleh empat pakar. Setelah tahap adaptasi dan validasi instrumen diselesaikan, peneliti mengintegrasikan seluruh item ke dalam kuesioner daring yang disusun menggunakan platform Google Form.

Proses pengumpulan data dilaksanakan dengan mendistribusikan tautan kuesioner daring yang dibuat melalui Google Form dan disebarluaskan menggunakan berbagai platform media sosial. Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis melalui serangkaian tahapan statistik, yang mencakup pengujian validitas dan reliabilitas alat ukur, pemeriksaan asumsi data meliputi normalitas, linearitas, serta heteroskedastisitas, dilanjutkan dengan analisis regresi linier sederhana. Selain itu,

dilakukan pula pengujian perbedaan tingkat fear of failure berdasarkan kategori jenis kelamin.

## 2. Tinjauan Literatur

### Definisi *Fear of Failure*

Gagasan mengenai fear of failure berakar pada kajian awal tentang determinan perilaku yang dikemukakan oleh Atkinson (1957), yang memandang perilaku manusia sebagai hasil dorongan untuk meraih keberhasilan sekaligus menghindari kemungkinan tidak berhasil. Perkembangan konsep ini kemudian diperdalam oleh Conroy et al. (2007), yang mendefinisikan fear of failure sebagai disposisi psikologis berupa kecemasan yang mendorong individu untuk memersepsikan situasi dengan potensi kegagalan sebagai ancaman terhadap diri.

### Dimensi *Fear of Failure*

Konsep fear of failure dipahami sebagai konstruk yang bersifat multidimensional dan tersusun atas sejumlah dimensi yang saling berhubungan, sebagaimana dijelaskan oleh Conroy et al. (2002). Salah satu dimensi utama berkaitan dengan ketakutan terhadap penghinaan dan rasa malu, yaitu kecenderungan individu untuk mengalami perasaan malu baik secara internal maupun dalam konteks sosial setelah mengalami kegagalan (Conroy, 2001b). Rasa malu tersebut muncul ketika individu menilai dirinya tidak mampu mempertahankan citra diri yang diharapkan akibat persepsi penurunan kualitas personal (personal diminishment) (Conroy, 2001b). Dimensi lain mencakup ketakutan akan penilaian negatif terhadap harga diri sendiri maupun orang lain, yang tercermin dalam perasaan tidak kompeten serta rendahnya persepsi kontrol terhadap performa pribadi. Kondisi ini berkembang karena kegagalan sering dimaknai sebagai umpan balik evaluatif yang digunakan individu untuk menilai tingkat kompetensi dirinya (Conroy, 2001b).

Salah satu dimensi fear of failure berkaitan dengan kekhawatiran terhadap masa depan yang dipersepsikan tidak menentu, yang berakar pada keyakinan bahwa pengalaman gagal dapat mengancam peluang individu untuk mencapai keberhasilan di kemudian hari (Conroy, 2001b). Dimensi lainnya mencerminkan ketakutan akan berkurangnya perhatian atau dukungan sosial, yaitu persepsi bahwa kegagalan berpotensi menimbulkan dampak negatif dalam hubungan interpersonal serta menghambat akses terhadap peluang penting karena kegagalan dipandang sebagai indikator performa yang tidak memadai (Conroy, 2001b). Selain itu, terdapat pula ketakutan akan mengecewakan figur-

figur signifikan, yang muncul dari asumsi bahwa ketidakberhasilan tidak hanya berdampak pada evaluasi diri, tetapi juga berpotensi menurunkan harapan dan kepercayaan orang-orang yang memiliki makna penting dalam kehidupan individu (Conroy, 2001b).

### Penyebab *Fear of Failure*

Perkembangan fear of failure dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berakar pada lingkungan keluarga, termasuk karakteristik struktur dan dinamika relasi dalam keluarga, ekspektasi orang tua terhadap kemandirian serta kompetensi anak, dan pola komunikasi yang terbangun antara orang tua dan anak (Conroy, 2001a, 2003). Lebih lanjut, pengalaman masa kanak-kanak seperti keterlibatan orang tua yang tidak konsisten, adanya konflik dalam rumah tangga, kecenderungan menghindari komunikasi terbuka, serta sikap orang tua yang resisten terhadap pengaruh dari luar turut berkontribusi terhadap pembentukan ketakutan individu terhadap kegagalan (Conroy, 2001a).

Pemberian tuntutan yang bersifat prematur kepada anak berpotensi mendorong terbentuknya fear of failure, terutama ketika individu menginternalisasi keyakinan akan keterbatasan kemampuan diri disertai kekhawatiran terhadap konsekuensi negatif yang menyertai kegagalan (Conroy, 2001a). Dalam konteks relasi orang tua-anak, pola komunikasi turut berperan, khususnya ketika harapan orang tua diekspresikan melalui penerapan hukuman fisik maupun verbal, serta penarikan afeksi sebagai respons terhadap perilaku permusuhan (hostility) yang ditunjukkan anak (Conroy, 2001a).

### Dampak *Fear of Failure*

Secara luas, fear of failure dikaitkan dengan berbagai konsekuensi psikologis yang memengaruhi fungsi kognitif, peningkatan kecemasan dan kekhawatiran, serta penurunan orientasi optimisme individu (Conroy et al., 2002). Individu yang menunjukkan tingkat fear of failure yang tinggi cenderung merespons pengalaman gagal melalui pola koping yang maladaptif, seperti kecenderungan menyalahkan diri, agresi yang diarahkan pada diri sendiri, pengabaian terhadap kebutuhan personal, berkurangnya kemampuan pengendalian diri, serta melemahnya keterhubungan positif dengan diri (Conroy, 2003, 2004).

### Definisi *Self-Efficacy*

Self-efficacy dipahami sebagai kepercayaan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi serta mengeksekusi rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai sasaran tertentu (Bandura, 1997). Keyakinan ini berperan

dalam membentuk pola perilaku individu, terutama dalam menentukan bagaimana seseorang merespons situasi dan mengarahkan upaya untuk memperoleh hasil yang diharapkan (Feist et al., 2021). Selain memengaruhi pilihan tindakan, self-efficacy juga berkaitan dengan intensitas usaha yang dikeluarkan, ketekunan saat menghadapi hambatan, serta kapasitas individu untuk memulihkan diri setelah mengalami kegagalan (Bandura, 1994). Namun demikian, self-efficacy bukan satu-satunya faktor yang menentukan perilaku. Dinamika perilaku juga dipengaruhi oleh berbagai aspek lain, termasuk kondisi lingkungan, pengalaman perilaku sebelumnya, serta karakteristik internal individu seperti ekspektasi terhadap konsekuensi dari tindakan yang dilakukan (Feist et al., 2021).

### **Dampak Self-Efficacy**

Self-efficacy berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang memengaruhi pola berpikir, pengaturan motivasi, respons emosional, serta perilaku individu melalui empat jalur utama, yaitu proses kognitif, motivasional, afektif, dan selektif (Bandura, 1994). Dimensi kognitif berkaitan dengan bagaimana individu mengolah informasi, membentuk keyakinan personal, serta merumuskan sasaran yang ingin dicapai. Sementara itu, aspek motivasional mengarahkan regulasi diri dalam upaya mencapai keberhasilan dengan memengaruhi penetapan tujuan, intensitas usaha yang dicurahkan, ketekunan dalam menghadapi hambatan, dan daya tahan ketika individu mengalami kegagalan (Bandura, 1994).

Dalam kerangka teori Bandura (1994), dimensi afektif merujuk pada bagaimana individu merespons secara emosional ketika menghadapi situasi yang dipersepsikan mengancam. Tingkat self-efficacy yang memadai memungkinkan individu mengelola stres serta mereduksi kecenderungan berpikir negatif, sehingga situasi tersebut lebih mungkin dipersepsikan sebagai tantangan yang dapat diatasi dan memunculkan reaksi emosional yang lebih adaptif. Sementara itu, proses seleksi menggambarkan cara individu mengarahkan pilihan dan tindakan hidupnya berdasarkan penilaian terhadap kapasitas diri yang diyakininya (Bandura, 1994).

### **3. Metode**

Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu metode penelitian yang menitikberatkan pada pengolahan data numerik melalui analisis statistik untuk menarik kesimpulan empiris (Sugiyono, 2023). Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik non-probability sampling,

khususnya purposive sampling, yang memungkinkan penentuan partisipan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2023). Selain itu, proses pengambilan sampel juga memanfaatkan metode convenience sampling, di mana partisipan dipilih berdasarkan tingkat aksesibilitas dan kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian (Gravetter & Forzano, 2018).

Variabel dependen fear of failure dalam penelitian ini diukur menggunakan Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI) yang dikembangkan oleh Conroy et al. (2002). Instrumen ini memuat 25 item pernyataan yang merepresentasikan lima dimensi konseptual. Dalam konteks penelitian ini, PFAI digunakan dalam bentuk long form yang telah dialihbahasakan ke dalam bahasa Indonesia. Versi bahasa Indonesia tersebut menerapkan skala Likert lima tingkat, yang terdiri atas kategori Sangat Tidak Setuju, Tidak Setuju, Ragu-ragu, Setuju, dan Sangat Setuju.

Hasil uji awal menunjukkan bahwa instrumen PFAI versi bahasa Indonesia memiliki reliabilitas internal yang sangat baik, dengan koefisien Cronbach's alpha sebesar .933. Meskipun demikian, analisis daya diskriminasi item mengindikasikan bahwa dua pernyataan, yaitu item ke-5 dan ke-12, menunjukkan kualitas pembeda yang tergolong sedang. Kedua item tersebut berasal dari dimensi fear of having an uncertain future dan memiliki nilai corrected item-total correlation di bawah .3 pada pengujian keseluruhan item ( $N = 25$ ), serta kurang dari .2 pada analisis per dimensi ( $N = 4$ ). Berdasarkan temuan tersebut, item ke-5 dan ke-12 dieliminasi dari instrumen, sehingga jumlah item yang digunakan dalam penelitian ini berkurang menjadi 23. Setelah penghapusan kedua item tersebut, PFAI versi bahasa Indonesia menunjukkan peningkatan reliabilitas dengan nilai Cronbach's alpha sebesar .938 ( $N = 23$ ), serta rentang daya beda item yang berada antara .398 hingga .716.

Variabel independen self-efficacy dalam penelitian ini diukur menggunakan General Self-Efficacy Scale (GSES) versi bahasa Indonesia yang telah dimodifikasi oleh Novrianto et al. (2019). Instrumen ini terdiri atas 10 item pernyataan dan menggunakan skala Likert empat tingkat, yaitu Sangat Tidak Sesuai, Tidak Sesuai, Cukup Sesuai, dan Sangat Sesuai. Berdasarkan hasil pengujian, GSES versi Indonesia menunjukkan reliabilitas internal yang memadai dengan nilai koefisien Cronbach's alpha sebesar .829 ( $N = 10$ ), serta memiliki daya diskriminasi item yang berada pada rentang .369 hingga .612.

#### 4. Hasil

**Tabel 1.** Gambaran Variabel *Fear of Failure*

Variabel/Dimensi	N	Min.	Max.	Mean	SD
<i>Fear of Failure</i> (Keseluruhan)	251	1.09	4.78	3.2018	.73399
<i>Fear of Experiencing Shame &amp; Embarrassment</i> (FSE)	251	1	5	3.5509	.88906
<i>Fear of Devaluing One's Self-Estimate</i> (FDSE)	251	1	5	3.4303	.94399
<i>Fear of Having an Uncertain Future</i> (FUF)	251	1	5	2.8088	1.02824
<i>Fear of Important Others Losing Interest</i> (FIOLI)	251	1	5	2.8	.78689
<i>Fear of Upsetting Important Others</i> (FUIO)	251	1	5	3.0892	.82656

Instrumen PFAI versi bahasa Indonesia yang diterapkan dalam penelitian ini terdiri dari 23 item pernyataan dengan format skala Likert lima tingkat, sehingga nilai tengah teoretis (mean atau median hipotetik) berada pada angka 3. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa skor variabel *fear of failure* berada pada rentang 1.09 hingga 4.78, dengan nilai rerata empiris sebesar 3.2018 dan simpangan baku sebesar .73399. Penyajian terperinci mengenai statistik deskriptif variabel *fear of failure* disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 2.** Gambaran Distribusi Variabel *Fear of Failure*

Tingkatan	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	72	28.7
Sedang	95	37.8
Tinggi	84	33.5
Total	251	100.0

Tingkat *fear of failure* pada partisipan penelitian diklasifikasikan ke dalam tiga kelompok, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Hasil pengelompokan menunjukkan bahwa proporsi terbesar partisipan berada pada kategori sedang, dengan jumlah 95 dari total 251 partisipan (37.8%). Sementara itu, sebanyak 72 partisipan (28.7%) termasuk dalam kategori rendah, dan 84 partisipan (33.5%) tergolong dalam kategori tinggi. Distribusi lengkap tingkat *fear of failure* pada partisipan disajikan secara rinci dalam Tabel 2.

**Tabel 3.** Gambaran Distribusi Variabel *Self-Efficacy*

Tingkatan	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	69	27.5
Sedang	90	35.9
Tinggi	92	36.7
Total	251	100.0

Tingkat self-efficacy pada partisipan penelitian diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yakni rendah, sedang, dan tinggi. Hasil klasifikasi menunjukkan bahwa proporsi terbesar partisipan termasuk dalam kelompok self-efficacy tinggi, yaitu sebanyak 92 dari 251 partisipan (36.7%). Selanjutnya, 69 partisipan (27.5%) berada pada kategori rendah, sementara 90 partisipan (35.9%) tergolong dalam kategori sedang. Distribusi terperinci mengenai tingkat self-efficacy partisipan disajikan pada Tabel 3.

**Tabel 4.** Hasil Uji Reliabilitas PFAI versi bahasa Indonesia

Variabel/Dimensi	Jumlah Butir		Cronbach's Alpha	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
<i>Fear of Failure</i>	25	23	.933	.938
<i>Fear of Experiencing Shame &amp; Embarrassment</i> (FSE)	7	7	.879	.879
<i>Fear of Devaluing One's Self-Estimate</i> (FDSE)	4	4	.813	.813
<i>Fear of Having an Uncertain Future</i> (FUF)	4	2	.528	.627
<i>Fear of Important Others Losing Interest</i> (FIOLI)	5	5	.820	.820
<i>Fear of Upsetting Important Others</i> (FUIO)	5	5	.820	.820
Jumlah Butir	25	23		

Secara agregat, PFAI versi bahasa Indonesia yang digunakan dalam penelitian ini, setelah penghapusan dua item, menunjukkan reliabilitas internal yang sangat baik dengan nilai koefisien Cronbach's alpha sebesar .938 (N = 23), serta rentang daya diskriminasi item antara .398 hingga .716. Analisis reliabilitas pada masing-masing dimensi instrumen juga memperlihatkan nilai Cronbach's alpha yang bervariasi, yaitu berada dalam kisaran .627 hingga .879. Penyajian lengkap mengenai hasil pengujian reliabilitas PFAI versi bahasa Indonesia disajikan pada Tabel 4.

**Tabel 5.** Hasil Uji Reliabilitas GSES versi Indonesia

Variabel	Jumlah Butir	Cronbach's Alpha
<i>Self-Efficacy</i>	10	.829

Hasil pengujian menunjukkan bahwa GSES versi bahasa Indonesia yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat reliabilitas internal

yang memadai, ditunjukkan oleh nilai koefisien Cronbach's alpha sebesar .829 (N = 10), dengan rentang daya diskriminasi item antara .369 hingga .612. Informasi terperinci mengenai hasil uji reliabilitas instrumen GSES versi bahasa Indonesia disajikan dalam Tabel 5.

Sebelum pelaksanaan analisis hipotesis menggunakan regresi linier sederhana, dilakukan serangkaian pengujian asumsi statistik guna memastikan kelayakan data untuk dianalisis lebih lanjut. Tahapan pengujian tersebut mencakup pemeriksaan normalitas data, hubungan linear antarvariabel, keberadaan heteroskedastisitas, serta evaluasi korelasi sebagai prasyarat utama dalam analisis regresi.

**Tabel 6.** Hasil Uji Normalitas

N	Sig.	Keterangan
251	.200	Normal

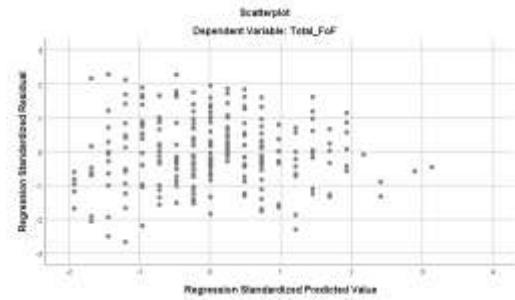
Pemeriksaan normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menerapkan One Sample Kolmogorov-Smirnov Test terhadap residual variabel fear of failure dan self-efficacy. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi sebesar .200 ( $p > .05$ ), yang mengindikasikan bahwa distribusi residual memenuhi asumsi normalitas. Informasi terperinci mengenai hasil pengujian normalitas disajikan dalam Tabel 6.

**Tabel 7.** Hasil Uji Linearitas

	Sig.	Keterangan
Linearity	.000	Linear
Deviation from Linearity	.233	Linear

Pengujian linearitas dilakukan untuk mengevaluasi apakah hubungan antara self-efficacy dan fear of failure bersifat linear. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi pada parameter Linearity sebesar .000 ( $p < .05$ ), yang mengindikasikan adanya hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Selain itu, nilai signifikansi pada komponen Deviation from Linearity sebesar .233 ( $p > .05$ ) menandakan bahwa hubungan yang terbentuk tidak menunjukkan penyimpangan dari pola linear. Paparan lengkap mengenai hasil uji linearitas disajikan pada Tabel 7.

**Gambar 1.** Hasil Uji Heteroskedastisitas



Pengujian heteroskedastisitas dilakukan untuk menilai keseragaman varians residual dalam model analisis. Hasil visualisasi menunjukkan bahwa sebaran titik pada grafik terdistribusi secara acak di sekitar sumbu horizontal tanpa membentuk pola yang sistematis, yang mengindikasikan terpenuhinya asumsi homoskedastisitas. Representasi lengkap dari hasil pengujian heteroskedastisitas disajikan pada Gambar 1.

**Tabel 8.** Hasil Uji Korelasi

Variabel	r	Sig.
Self-Efficacy	-.561	.000
Fear of Failure		

Hubungan antara self-efficacy dan fear of failure dianalisis menggunakan teknik korelasi Pearson. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $r = -.561$  dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .01$ ), yang mengindikasikan adanya hubungan negatif yang kuat dan bermakna secara statistik antara kedua variabel tersebut. Penyajian rinci mengenai hasil uji korelasi disampaikan dalam Tabel 8.

**Tabel 9.** Hasil Uji Regresi Sederhana  
Self-Efficacy terhadap Fear of Failure

Variabel/Dimensi	R	R <sup>2</sup>	F	t	p	β
Fear of Failure (Keseluruhan)	.561	.315	114.648	10.707	.000	-.561
Fear of Experiencing Shame & Embarrassment (FSE)	.516	.266	90.227	-9.499	.000	-.516
Fear of Devaluing One's Self-Estimate (FDSE)	.550	.302	107.795	10.382	.000	-.550
Fear of Having an Uncertain Future (FUF)	.453	.205	64.330	-8.021	.000	-.453
Fear of Important Others Losing Interest (FIOLI)	.416	.173	52.082	-7.217	.000	-.416
Fear of Upsetting Important Others (FUIO)	.393	.155	45.575	-6.751	.000	-.393

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan melalui analisis regresi linier sederhana untuk menilai pengaruh self-efficacy terhadap fear

of failure. Hasil analisis menunjukkan nilai R Square sebesar .315, yang mengindikasikan bahwa self-efficacy berkontribusi sebesar 31.5% terhadap variasi fear of failure, sementara sisanya sebesar 68.5% dijelaskan oleh faktor lain di luar cakupan penelitian ini. Uji kelayakan model menghasilkan nilai F sebesar 114.648 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang menandakan bahwa model regresi yang digunakan signifikan secara statistik. Selain itu, nilai koefisien t sebesar  $-10.707$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ) menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap fear of failure. Paparan lengkap hasil analisis regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 10.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure*

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	144.432	6.670	.000
Self-Efficacy	-2.282	.213	.000

Merujuk pada hasil analisis regresi yang disajikan pada Tabel 10, diperoleh nilai konstanta sebesar 144.432 dan koefisien regresi (B) sebesar  $-2.282$ . Berdasarkan parameter tersebut, model persamaan regresi dapat dirumuskan sebagai Fear of Failure =  $144.432 - 2.282$  (Self-Efficacy). Persamaan ini menunjukkan bahwa ketika nilai self-efficacy berada pada titik nol, tingkat fear of failure diperkirakan sebesar 144.432. Selain itu, setiap peningkatan satu unit pada self-efficacy diprediksi akan diikuti oleh penurunan fear of failure sebesar 2.282 unit.

Analisis regresi linier sederhana yang menguji pengaruh self-efficacy terhadap dimensi FSE menunjukkan nilai R Square sebesar .266, yang mengindikasikan bahwa self-efficacy menjelaskan 26.6% variasi pada dimensi FSE, sementara 73.4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar ruang lingkup penelitian ini. Uji kelayakan model menghasilkan nilai F sebesar 90.227 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang menegaskan bahwa model regresi bersifat signifikan. Selain itu, nilai koefisien t sebesar  $-9.499$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ) menunjukkan bahwa self-efficacy memberikan pengaruh yang signifikan dengan arah negatif terhadap dimensi FSE. Rincian lengkap hasil analisis regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 11.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap Dimensi FSE

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	48.827	2.546	.000
Self-Efficacy	-.773	.081	.000

Merujuk pada hasil analisis regresi yang disajikan dalam Tabel 11, diperoleh nilai konstanta sebesar 48.827 dan koefisien regresi (B) sebesar  $-.773$ . Berdasarkan nilai tersebut, persamaan regresi untuk dimensi FSE dapat dirumuskan sebagai FSE =  $48.827 - .773$  (Self-Efficacy). Model ini mengindikasikan bahwa pada kondisi self-efficacy bernilai nol, skor FSE diperkirakan berada pada angka 48.827, dan setiap peningkatan satu unit self-efficacy diprediksi akan diikuti oleh penurunan skor FSE sebesar .773 unit.

Hasil analisis regresi linier sederhana yang menguji pengaruh self-efficacy terhadap dimensi FDSE menunjukkan nilai R Square sebesar .302, yang menandakan bahwa self-efficacy menjelaskan 30.2% variasi pada dimensi FDSE, sementara 69.8% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Uji signifikansi model menghasilkan nilai F sebesar 107.795 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang mengindikasikan bahwa model regresi yang digunakan memiliki kelayakan statistik. Selain itu, nilai koefisien t sebesar  $-10.382$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ) menunjukkan bahwa self-efficacy memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dimensi FDSE dengan arah hubungan negatif. Rincian lengkap hasil pengujian regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 12.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap Dimensi FDSE

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	29.221	1.506	.000
Self-Efficacy	-.5	.048	.000

Mengacu pada hasil analisis regresi yang ditampilkan dalam Tabel 12, diperoleh nilai konstanta sebesar 29.221 serta koefisien regresi (B) sebesar  $-.5$ . Berdasarkan nilai tersebut, persamaan regresi untuk dimensi FDSE dapat dirumuskan sebagai FDSE =  $29.221 - .5$  (Self-Efficacy). Model ini mengindikasikan bahwa ketika nilai self-efficacy berada pada angka nol, skor FDSE diperkirakan

sebesar 29.221, dan setiap peningkatan satu unit self-efficacy diproyeksikan akan menurunkan skor FDSE sebesar .5 unit.

Analisis regresi linier sederhana yang dilakukan untuk menilai pengaruh self-efficacy terhadap dimensi FUF menghasilkan nilai R Square sebesar .205. Temuan ini menunjukkan bahwa self-efficacy menjelaskan 20.5% variasi pada dimensi FUF, sementara 79.5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam lingkup penelitian ini. Uji signifikansi model menunjukkan nilai F sebesar 64.330 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang mengindikasikan bahwa model regresi yang digunakan memiliki signifikansi statistik. Selain itu, nilai koefisien t sebesar  $-8.021$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ) menegaskan bahwa self-efficacy memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dimensi FUF dengan arah hubungan negatif. Paparan lengkap hasil pengujian regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 13.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap Dimensi FUF

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	12.577	.875	.000
Self-Efficacy	-.224	.028	.000

Merujuk pada hasil analisis regresi yang disajikan dalam Tabel 13, diperoleh nilai konstanta sebesar 12.577 dan koefisien regresi (B) sebesar  $-.224$ . Berdasarkan parameter tersebut, persamaan regresi untuk dimensi FUF dapat dirumuskan sebagai  $FUF = 12.577 - .224$  (Self-Efficacy). Model ini menunjukkan bahwa ketika nilai self-efficacy berada pada titik nol, skor FUF diperkirakan sebesar 12.577, dan setiap peningkatan satu unit self-efficacy diproyeksikan akan diikuti oleh penurunan skor FUF sebesar .224 unit.

Analisis regresi linier sederhana yang dilakukan untuk menguji kontribusi self-efficacy terhadap dimensi FIOLI menghasilkan nilai R Square sebesar .173, yang mengindikasikan bahwa self-efficacy menjelaskan 17.3% variasi pada dimensi FIOLI, sementara 82.7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar cakupan penelitian ini. Uji kelayakan model menunjukkan nilai F sebesar 52.082 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang menegaskan bahwa model regresi yang digunakan signifikan secara statistik. Selain itu, hasil uji parsial menghasilkan nilai koefisien t sebesar  $-7.217$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki

pengaruh yang signifikan terhadap dimensi FIOLI dengan arah hubungan negatif. Paparan lengkap hasil pengujian regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 14.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap Dimensi FIOLI

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	26.221	1.708	.000
Self-Efficacy	-.394	.055	.000

Merujuk pada hasil analisis regresi yang disajikan dalam Tabel 14, diperoleh nilai konstanta sebesar 26.221 serta koefisien regresi (B) sebesar  $-.394$ . Berdasarkan nilai tersebut, persamaan regresi untuk dimensi FIOLI dapat dirumuskan sebagai  $FIOLI = 26.221 - .394$  (Self-Efficacy). Model ini mengindikasikan bahwa ketika nilai self-efficacy berada pada angka nol, skor FIOLI diperkirakan sebesar 26.221, dan setiap peningkatan satu unit self-efficacy diproyeksikan akan diikuti oleh penurunan skor FIOLI sebesar .394 unit.

Analisis regresi linier sederhana yang menguji pengaruh self-efficacy terhadap dimensi FUIO menghasilkan nilai R Square sebesar .155, yang menunjukkan bahwa self-efficacy menjelaskan 15.5% variasi pada dimensi FUIO, sementara 84.5% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel yang dikaji dalam penelitian ini. Uji signifikansi model menunjukkan nilai F sebesar 45.575 dengan tingkat signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang menandakan bahwa model regresi memiliki signifikansi statistik. Selain itu, hasil uji parsial menghasilkan nilai koefisien t sebesar  $-6.751$  dengan signifikansi .000 ( $p < .05$ ), yang mengindikasikan bahwa self-efficacy memberikan pengaruh yang signifikan terhadap dimensi FUIO dengan arah hubungan negatif. Paparan lengkap hasil pengujian regresi disajikan pada Tabel 9.

**Tabel 15.** Hasil Persamaan Regresi *Self-Efficacy* terhadap Dimensi FUIO

Model	Unstandardized		p
	Coefficients		
	B	Std. Error	
(Constant)	27.587	1.814	.000
Self-Efficacy	-.391	.058	.000

Merujuk pada hasil analisis regresi yang tercantum dalam Tabel 15, diperoleh nilai konstanta sebesar 27.587 dan koefisien regresi (B) sebesar  $-.391$ . Berdasarkan parameter tersebut, persamaan

regresi untuk dimensi FUIO dapat dirumuskan sebagai  $FUIO = 27.587 - .391$  (Self-Efficacy). Model ini menunjukkan bahwa ketika nilai self-efficacy berada pada titik nol, skor FUIO diperkirakan sebesar 27.587, dan setiap peningkatan satu unit self-efficacy diproyeksikan akan menurunkan skor FUIO sebesar .391 unit.

**Tabel 16.** Hasil Uji Beda Variabel *Fear of Failure* Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Mean	SD	Sig.
Laki-laki	55	3.1692	.69448	.710
Perempuan	196	3.2110	.74615	

Perbedaan tingkat fear of failure berdasarkan jenis kelamin dianalisis menggunakan teknik Independent Samples T-Test. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa partisipan laki-laki memiliki nilai rerata sebesar 3.1692 dengan simpangan baku .69448, sementara partisipan perempuan memperoleh nilai rerata 3.2110 dengan simpangan baku .74615. Pengujian inferensial menghasilkan nilai signifikansi sebesar .710 ( $p > .05$ ), yang mengindikasikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik dalam tingkat fear of failure antara responden laki-laki dan perempuan. Uraian lengkap mengenai hasil uji perbedaan tersebut disajikan pada Tabel 16.

## 5. Diskusi

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data, penelitian ini mengidentifikasi bahwa self-efficacy memiliki hubungan yang bersifat negatif dan signifikan terhadap fear of failure pada mahasiswa tahun pertama program sarjana. Artinya, semakin tinggi tingkat self-efficacy yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk mengalami ketakutan terhadap kegagalan. Temuan ini konsisten dengan hasil studi Chuang et al. (2022) yang melaporkan pengaruh negatif self-efficacy terhadap fear of failure pada siswa sekolah kejuruan di Taiwan, serta sejalan dengan penelitian Ulumiyah dan Sulistyaningsih (2024) yang menemukan pola hubungan serupa pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Malang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy berkontribusi sebesar 31.5% dalam menjelaskan variasi fear of failure, sementara proporsi yang lebih besar, yakni 68.5%, dipengaruhi oleh determinan lain di luar variabel yang dikaji. Sejalan dengan temuan tersebut, González-Hernández et al. (2021) melaporkan bahwa fear of

failure berkorelasi negatif dengan tingkat komitmen dan perasaan pencapaian diri, namun memiliki hubungan positif dengan kelelahan emosional. Faktor kepribadian juga berperan, sebagaimana dijelaskan oleh Gómez-López et al. (2025), yang menemukan bahwa karakteristik perfeksionisme—termasuk standar kinerja yang tinggi dan evaluasi diri yang ketat—berkaitan erat dengan meningkatnya fear of failure, serta kecenderungan individu untuk menghindari situasi yang menantang. Pola ini konsisten dengan pandangan Martin dan Marsh (2003) yang mengaitkan fear of failure dengan kecenderungan menyerah sebelum melakukan upaya sebagai bentuk penghindaran terhadap kemungkinan gagal, yang dikenal sebagai learned helplessness. Selain itu, fear of failure juga dipengaruhi oleh riwayat pengalaman individu, khususnya pengalaman negatif di masa lalu, serta tingkat risiko yang melekat pada konteks situasional yang dihadapi (Mongrut & Juárez, 2020).

Hubungan negatif antara self-efficacy dan fear of failure dapat dipahami melalui kerangka teoritis yang dikemukakan oleh Bandura (1997), yang menekankan peran self-efficacy dalam membentuk respons perilaku individu, ketahanan saat menghadapi tantangan, serta kapasitas untuk pulih setelah mengalami kegagalan. Individu dengan tingkat self-efficacy yang tinggi cenderung memandang situasi sulit sebagai tantangan yang dapat diatasi, sehingga lebih siap untuk terlibat secara aktif. Sebaliknya, rendahnya self-efficacy berkaitan dengan melemahnya keyakinan terhadap kemampuan diri, yang pada gilirannya meningkatkan kecenderungan untuk menarik diri dari situasi yang menuntut atau berisiko. Pola penghindaran terhadap tantangan tersebut selaras dengan konsep fear of failure, yang menggambarkan kecenderungan individu untuk memersepsikan situasi dengan potensi kegagalan sebagai ancaman (Conroy et al., 2007).

Hasil analisis regresi sederhana yang menguji hubungan antara self-efficacy dan berbagai dimensi fear of failure menunjukkan variasi kontribusi pengaruh antar dimensi. Dimensi FDSE tercatat memiliki nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) paling tinggi, yaitu sebesar 30.2% dengan koefisien beta  $-.550$ , sementara dimensi FUIO menunjukkan kontribusi terendah dengan nilai  $R^2$  sebesar 15.5% dan koefisien beta  $-.393$ . Dimensi FDSE merepresentasikan ketakutan akan kegagalan yang berakar pada persepsi individu terhadap keterbatasan dalam mengendalikan performa pribadi, di mana kegagalan dipandang sebagai umpan balik evaluatif terhadap kompetensi diri (Conroy, 2001b). Temuan

ini mengindikasikan bahwa FDSE memiliki keterkaitan konseptual yang kuat dengan penilaian terhadap kemampuan personal. Dalam kerangka teori sosial kognitif, Bandura (1994) menegaskan bahwa self-efficacy berperan penting dalam membentuk proses kognitif hingga perilaku individu. Individu dengan self-efficacy tinggi cenderung mengembangkan pola pikir yang berorientasi pada keberhasilan sebagai refleksi dari keyakinan yang kuat terhadap kapasitas diri, sedangkan individu dengan self-efficacy rendah lebih rentan mengarahkan kognisi pada kemungkinan kegagalan.

Bandura (1977) menegaskan bahwa individu yang memiliki tingkat self-efficacy tinggi menunjukkan kapasitas resiliensi yang lebih baik ketika menghadapi tantangan maupun pengalaman yang tidak berjalan sesuai harapan. Kerangka ini memberikan penjelasan mengenai pengaruh langsung self-efficacy terhadap dimensi FDSE, di mana keyakinan yang kuat terhadap kemampuan diri mendorong individu untuk menafsirkan situasi berisiko gagal sebagai kondisi yang masih dapat dikendalikan. Persepsi tersebut berperan dalam mencegah munculnya evaluasi diri yang negatif, sehingga kegagalan tidak secara otomatis dimaknai sebagai ancaman terhadap harga diri.

Dimensi FUIO merepresentasikan bentuk ketakutan yang bersumber dari keyakinan individu bahwa kegagalan berpotensi menimbulkan kekecewaan pada figur-figur signifikan dalam kehidupannya (Conroy, 2001b). Berbeda dengan dimensi FDSE yang menitikberatkan pada penilaian internal terhadap kapasitas personal, FUIO lebih menekankan aspek relasional, yakni kekhawatiran yang berakar pada penilaian dan harapan pihak eksternal. Karena dimensi ini berkaitan erat dengan evaluasi sosial terhadap kemampuan diri, pengaruh self-efficacy—sebagai keyakinan yang bersifat intrapersonal—menunjukkan kontribusi yang relatif paling kecil dibandingkan dimensi fear of failure lainnya.

Hasil pemetaan data menunjukkan bahwa proporsi terbesar responden berada pada tingkat fear of failure kategori sedang, dengan persentase sebesar 37.8%. Kondisi ini dapat dipahami dalam konteks fase transisi yang dihadapi mahasiswa ketika berpindah dari jenjang pendidikan menengah ke pendidikan tinggi, yang ditandai oleh munculnya tuntutan akademik dan sosial yang berbeda dari sebelumnya (Alabduljabbar et al., 2022). Selain faktor transisional tersebut, variasi tingkat fear of failure pada mahasiswa juga dipengaruhi oleh aspek afektif serta karakteristik akademik yang melekat

pada masing-masing individu (Alabduljabbar et al., 2022).

Hasil analisis perbedaan tingkat fear of failure berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik antara partisipan laki-laki dan perempuan. Meskipun demikian, rerata fear of failure pada partisipan perempuan tercatat sedikit lebih tinggi, yaitu sebesar 3.2110, dibandingkan dengan partisipan laki-laki yang memiliki rerata sebesar 3.1692. Pola ini sejalan dengan temuan penelitian terdahulu yang mengemukakan bahwa perempuan cenderung menunjukkan tingkat fear of failure yang lebih tinggi, yang dikaitkan dengan kecenderungan pengambilan keputusan yang lebih hati-hati, pengaruh stereotip gender terhadap kepercayaan diri, serta perbedaan dalam orientasi daya saing dibandingkan laki-laki (Eriksson & Strimling, 2023; Mahendran & Rahman, 2025).

Temuan penelitian ini menunjukkan tidak adanya perbedaan yang bermakna secara statistik pada tingkat fear of failure antara partisipan laki-laki dan perempuan. Kondisi tersebut dapat dipahami melalui kesamaan posisi sosial yang dimiliki kedua kelompok sebagai mahasiswa tahun pertama program sarjana, yang menghadapi konteks akademik dan sosial yang relatif serupa. Kesamaan tuntutan perkuliahan, proses adaptasi awal, serta lingkungan interaksi sosial berkontribusi pada tingkat tekanan akademik yang cenderung setara. Di samping itu, variasi fear of failure juga dipengaruhi oleh faktor-faktor intrapersonal yang bersifat individual, seperti pengalaman masa lalu, tingkat komitmen dan motivasi akademik, kecenderungan perfeksionisme, orientasi daya saing, serta rasa tanggung jawab personal. Perbedaan karakteristik internal tersebut memungkinkan munculnya cara pandang yang beragam dalam memaknai kegagalan antarindividu.

Hasil penelitian ini berpotensi menunjukkan perbedaan dibandingkan temuan studi lain serta masih mengandung sejumlah keterbatasan metodologis. Salah satu keterbatasan utama berkaitan dengan jumlah partisipan yang relatif terbatas jika dibandingkan dengan populasi secara keseluruhan, mengingat pengambilan sampel hanya dilakukan pada perguruan tinggi yang berlokasi di wilayah DKI Jakarta. Kendati demikian, temuan yang diperoleh tetap memberikan kontribusi empiris dalam menggambarkan hubungan antara self-efficacy dan fear of failure pada mahasiswa tahun pertama jenjang sarjana.

Penelitian di masa mendatang disarankan untuk memperluas kajian mengenai self-efficacy dan fear

of failure dalam kerangka budaya Indonesia yang lebih komprehensif dengan melibatkan partisipan yang lebih heterogen, baik dari berbagai wilayah geografis maupun jenjang pendidikan. Selain itu, studi lanjutan dapat mengintegrasikan kedua konstruk tersebut dengan variabel psikologis lain, seperti perfeksionisme, ketahanan akademik, orientasi tujuan, dukungan sosial, maupun regulasi emosi, sehingga mampu memperkaya pemahaman teoretis terkait determinan psikologis yang berperan dalam pembentukan fear of failure pada mahasiswa.

Ditinjau dari implikasi praktisnya, temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar bagi mahasiswa untuk memperkuat self-efficacy dalam merespons tuntutan akademik. Mahasiswa tahun pertama dianjurkan untuk secara aktif terlibat dalam penyelesaian tugas dengan tingkat kompleksitas yang beragam, baik melalui aktivitas belajar mandiri maupun kerja kolaboratif. Strategi tersebut memberi kesempatan bagi mahasiswa untuk memperoleh pengalaman keberhasilan secara langsung, yang selanjutnya berkontribusi pada pembentukan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menghadapi tantangan akademik.

Selain keterlibatan langsung dalam aktivitas akademik, mahasiswa tahun pertama juga dapat memanfaatkan proses pembelajaran vikarius dengan mengamati teman sebaya maupun mahasiswa tingkat lanjut yang menunjukkan capaian akademik yang baik sebagai rujukan dalam menerapkan strategi belajar yang efektif. Melalui proses observasi tersebut, mahasiswa dapat mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mencapai performa akademik yang setara.

Bagi dosen maupun tenaga kependidikan, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai landasan dalam mengembangkan pendekatan pembelajaran yang lebih responsif dan akomodatif terhadap kebutuhan mahasiswa tahun pertama. Selain itu, temuan ini juga berpotensi menjadi rujukan bagi institusi pendidikan tinggi dalam merancang strategi peningkatan kualitas pengalaman belajar mahasiswa yang berorientasi pada penguatan kesejahteraan akademik.

## 6. Kesimpulan

Penelitian ini diarahkan untuk mengkaji sejauh mana self-efficacy berkontribusi terhadap fear of failure pada mahasiswa tahun pertama jenjang sarjana. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa self-efficacy memiliki pengaruh yang bersifat negatif dan signifikan terhadap fear of failure. Temuan tersebut tercermin dari nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar .315, yang

mengindikasikan bahwa self-efficacy menjelaskan 31.5% variasi fear of failure, sementara sisanya sebesar 68.5% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang dianalisis dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi dalam memahami dinamika yang berkaitan dengan fenomena drop out di perguruan tinggi. Temuan analisis menunjukkan bahwa self-efficacy berperan dalam menjelaskan sebesar 31.5% variasi fear of failure, yang mengindikasikan bahwa sebagian kecenderungan individu untuk mengalami ketakutan terhadap kegagalan dapat diperkirakan berdasarkan tingkat keyakinan terhadap kemampuan diri. Dengan demikian, risiko drop out yang dipicu oleh fear of failure berpotensi ditekan melalui intervensi yang berfokus pada penguatan self-efficacy mahasiswa.

Tingkat keyakinan mahasiswa terhadap kapasitas diri berbanding terbalik dengan kecenderungan munculnya fear of failure. Mahasiswa tahun pertama program sarjana yang memiliki self-efficacy tinggi cenderung menunjukkan tingkat ketakutan terhadap kegagalan yang lebih rendah, sementara individu dengan self-efficacy yang lemah lebih rentan mengalami peningkatan fear of failure.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy memberikan kontribusi yang berbeda terhadap setiap dimensi dalam konstruk fear of failure. Dampak terbesar self-efficacy ditemukan pada dimensi Fear of Devaluing One's Self-Estimate (FDSE), sementara kontribusi terendah terlihat pada dimensi Fear of Upsetting Important Others (FUIO). Selain itu, analisis juga mengungkapkan bahwa tingkat fear of failure tidak menunjukkan perbedaan yang bermakna berdasarkan jenis kelamin. Ditinjau dari karakteristik responden yang merupakan mahasiswa tahun pertama program sarjana di perguruan tinggi wilayah DKI Jakarta, mayoritas partisipan berada pada kategori fear of failure tingkat sedang.

## 7. Persembahan

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Psikologi dan Universitas Tarumanagara yang telah menyediakan dukungan akademik guna melaksanakan penelitian ini. Peneliti juga berterima kasih kepada seluruh partisipan yang telah meluangkan waktu dan bersedia terlibat dalam penelitian. Ucapan terimakasih juga diberikan kepada penerjemah tersumpah dan para ahli yang berkontribusi dalam proses adaptasi instrumen yang digunakan untuk penelitian ini.

## 8. Referensi

- Alabduljabbar, A., Alman, L., Almansour, A., Alshunaifi, A., Alobaid, N., Alothaim, N., & Shaik, S. A. (2022). Assessment of fear of failure among medical students at King Saud University. *Frontiers in Psychology, 13*, 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.794700>
- Anbesaw, T., Beyene, A., & Kefale, J. (2022). Adjustment problem and associated factors among first-year undergraduates at Wollo University, Ethiopia. *Frontiers in Education, 7*, 1–9. <https://doi.org/10.3389/feduc.2022.946417>
- Atkinson, J. W. (1957). Determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review, 64*(6), 359–372. <https://doi.org/10.1037/h0043445>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review, 84*(2), 191–215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In G. R. VandenBos (Ed.), *Encyclopedia of mental health* (Vol. 4, pp. 71–81). San Diego, CA: Academic Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman and Company.
- Chuang, Y. T., Huang, T. H., Lin, S. Y., & Chen, B. C. (2022). The influence of motivation, self-efficacy, and fear of failure on the career adaptability of vocational school students: Moderated by meaning in life. *Frontiers in Psychology, 13*, 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958334>
- Conroy, D. E. (2001a). Fear of failure: An exemplar for social development research in sport. *Quest, 53*(2), 165–183. <https://doi.org/10.1080/00336297.2001.10491736>
- Conroy, D. E. (2001b). Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Anxiety, Stress, and Coping, 14*(4), 431–452. <https://doi.org/10.1080/10615800108248365>
- Conroy, D. E. (2003). Representational models associated with fear of failure in adolescents and young adults. *Journal of Personality, 71*(5), 757–784. <https://doi.org/10.1111/1467-6494.7105003>
- Conroy, D. E. (2004). The unique psychological meanings of multidimensional fears of failing. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 26*(3), 484–491. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.3.484>
- Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Fifer, A. M. (2007). Cognitive links between fear of failure and perfectionism. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 25*(4), 237–253. <https://doi.org/10.1007/s10942-007-0052-7>
- Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(2), 76–90. <https://doi.org/10.1080/10413200252907752>
- Duru, E., Balkis, M., & Duru, S. (2024). Fear of failure and academic satisfaction: The mediating role of emotion regulation difficulties and procrastination. *European Journal of Psychology of Education, 39*, 2901–2914. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00868-9>
- Eriksson, K., & Strimling, P. (2023). Gender differences in competitiveness and fear of failure help explain why girls have lower life satisfaction than boys in gender equal countries. *Frontiers in Psychology, 14*, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1131837>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2021). *Theories of personality* (10th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.
- Gómez-López, M., Manzano-Sánchez, D., Borrego, C. C., & González-Hernández, J. (2025). Perfectionism and fear of failure, according to sporting experience: A referee handball study. *Frontiers in Psychology, 16*, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1542416>
- González-Hernández, J., da Silva, C. M., Monteiro, D., Alesi, M., & Gómez-López, M. (2021). Effects of commitment on fear of failure and burnout in teen Spanish handball players. *Frontiers in Psychology, 12*, 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.640044>
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2018). *Research methods for the behavioral sciences* (6th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.
- Himani, & Vibha. (2024). Relationship between fear of failure, self-efficacy and academic performance among college students. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology, 2*(5), 89–107.
- Lee, D., & Kang, S. (2024). The mental game of golf: Understanding relationships between self-efficacy, fear of failure, competitive state anxiety, and flow. *Perceptual and Motor Skills, 131*(4), 1257–1273. <https://doi.org/10.1177/00315125241250166>
- Mahendran, S., & Rahman, R. S. A. R. A. (2025). Gender differences in entrepreneurial intention and fear of failure among public university students. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and*

*Development*, 14(1).

<https://doi.org/10.6007/ijarped/v14-i1/24583>

Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). Fear of failure: Friend or foe? *Australian Psychologist*, 38(1), 31–38.

<https://doi.org/10.1080/00050060310001706997>

Mongrut, S., & Juárez, N. (2020). Fear of failure: What drives it in Latin America? *Revista Mexicana de Economía y Finanzas Nueva Época*, 15, 473–501.

<https://doi.org/10.21919/remef.v15i0.542>

Nair, P. N., & Sutar, D. (2023). Fear of failure, academic self-efficacy and academic performance among college students. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(3), 375–384.

<https://doi.org/10.25215/1103.036>

Novrianto, R., Marettih, A. K. E., & Wahyudi, H. (2019). Validitas konstruk instrumen *General Self-Efficacy Scale* versi Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 1–9.

<https://doi.org/10.24014/jp.v14i2.6943>

Obenza, B. N., Kileste, F. L., Mesajon, J., Canciller, C., Escudero, M. J. F., Ligasan, N. G., Palacios, G., & Solis, J. (2024). The mediating effect of academic stress on fear of failure and academic procrastination of college students. *International Journal of Humanities, Management and Social Science*, 7(2), 63–73.

<https://doi.org/10.36079/lamintang.ij-humass-0702.685>

Pangkalan Data Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi. (2024). *Statistik pendidikan tinggi*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi. <https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/>

Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (2nd ed.). Bandung: Alfabeta.

Ulumiyah, N., & Sulistyaningsih, R. (2024). Pengaruh self-efficacy terhadap fear of failure pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Malang. *Jurnal Flourishing*, 4(7), 315–325.

<https://doi.org/10.17977/um070v4i72024p315-325>

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. (2012). Jakarta: Republik Indonesia.

Zuo, X., Zhao, L. L., Li, Y., He, W., Yu, C., & Wang, Z. (2024). Psychological mechanisms of English academic stress and academic burnout: The mediating role of rumination and moderating effect of neuroticism. *Frontiers in Psychology*,

15,

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1309210>

1–9.



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Share Alike (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).