

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Sesuai dengan tahap perkembangannya mahasiswa merupakan kelompok yang berada pada masa dewasa awal (*emerging adulthood*), yaitu pada usia sekitar 18-25 tahun (Arnett, 2006). Menurut Blau (1996) dan Furr dkk. (2001) (dalam Awaliyah et al., 2017) pada tahap ini, mahasiswa menghadapi berbagai konflik yang menekan seperti konflik dengan pasangan, konflik dengan orang tua atau teman sebaya, masalah keuangan, dan juga tuntutan prestasi dalam bidang akademis. Dalam bidang akademis mahasiswa memiliki target yang perlu dicapai setiap semesternya. Berbagai tuntutan akademik seperti nilai yang tinggi, penyelesaian tugas tepat waktu, serta persaingan dengan teman sebaya sering kali menimbulkan tekanan tersendiri bagi mahasiswa (Gemechu, 2024). Dalam proses tersebut, tidak sedikit mahasiswa yang mengalami tekanan psikologis berupa rasa takut gagal (*Fear of Failure*) (Hameed dkk., 2025).

Conroy (2002) mendefinisikan *Fear of Failure* sebagai penilaian individu terhadap ancaman yang diasosiasikan dengan konsekuensi aversif akibat kegagalan dalam mencapai tujuan. Ketakutan ini tidak semata-mata muncul dari kegagalan itu sendiri, melainkan dari pemikiran negatif mengenai dampak kegagalan, seperti rasa malu, penilaian negatif dari orang lain, atau hilangnya kesempatan di masa depan. Penelitian ini secara khusus mengangkat *Fear of Failure* yang muncul akibat tekanan akademik, seperti target capaian yang harus dipenuhi setiap semester, tuntutan untuk memperoleh nilai tinggi, kewajiban menyelesaikan tugas tepat waktu, serta adanya

persaingan dengan teman sebaya. Berbagai tuntutan tersebut berpotensi dipersepsikan sebagai ancaman apabila individu menilai kegagalan sebagai sesuatu yang membawa konsekuensi negatif yang signifikan, sehingga memunculkan ketakutan akan kegagalan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Konda et al. (2024) dari 374 mahasiswa, terdapat 262 mahasiswa (70%) mengalami *Fear of Failure* pada tingkat sedang hingga sangat tinggi. Rasa takut gagal ini muncul karena ketidakmampuan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik yang harus dicapai, sementara di sisi lain mereka dituntut untuk mampu menjalani kehidupan yang semakin berat sambil memenuhi harapan diri sendiri dan orang tuanya (Rengkung dkk., 2025). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tuntutan akademik yang seharusnya dapat dihadapi mahasiswa sebagai bagian dari proses pencapaian tujuan, pada kenyataannya dapat menjadi tekanan yang memunculkan rasa takut gagal.

Menurut Conroy et al. (2001), *Fear of Failure* dapat menimbulkan konsekuensi yang bersifat negatif maupun positif bagi individu yang mengalaminya. Konsekuensi negatif meliputi perasaan kehilangan kendali atas diri, perubahan dalam hubungan interpersonal, munculnya reaksi emosional yang tidak menyenangkan, kecenderungan untuk menyalahkan diri sendiri, serta perasaan malu akibat kegagalan yang dialami. Di sisi lain, *Fear of Failure* juga dapat membawa dampak positif, yakni menjadi dorongan bagi individu untuk belajar dari pengalaman kegagalan dan memperoleh dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya dalam menghadapi situasi tersebut.

Hendriksen (2019) (dalam Pradini & Sera, 2021) mengemukakan beberapa strategi yang dapat membantu mahasiswa menghadapi ketakutan terhadap kegagalan,

dua di antaranya adalah memahami sumber ketakutan yang ada di dalam diri dan menjawab segala kekhawatiran yang muncul. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa untuk memahami dan menjawab seluruh kekhawatiran ketika seseorang mengalami rasa takut gagal, individu memerlukan kemampuan kognisi untuk berpikir tingkat tinggi (Henry dkk., 2021). Kemampuan ini berkaitan erat dengan salah satu variabel psikologi, yaitu *Need for Cognition* (NFC), yang menggambarkan sejauh mana seseorang menikmati aktivitas berpikir tinggi dan pemecahan masalah (Cacioppo dkk., 1984). Individu dengan keterampilan berpikir tingkat tinggi cenderung lebih mampu melakukan penilaian kognitif yang matang terhadap ancaman kegagalan dan mencari strategi adaptif (Henry dkk., 2021). Dengan demikian, *Need for Cognition* berperan penting dalam menentukan bagaimana individu mengevaluasi tuntutan akademik, apakah sebagai tantangan yang dapat dikelola atau sebagai ancaman yang memicu rasa takut akan kegagalan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Reuter et al. (2025) yang berjudul *The Role of Need for Cognition and Perceived Self-Efficacy in Modulating Emotional and Behavioural Responses to Failure* menyatakan bahwa individu dengan tingkat *Need for Cognition* (NFC) yang tinggi memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk terlibat dalam aktivitas berpikir mendalam yang menantang secara kognitif. Mereka cenderung melihat diri sebagai pemecah masalah yang efektif, berusaha keras memahami informasi secara mendalam, serta memiliki dorongan besar untuk mengembangkan kompetensi dan menghindari kegagalan. Karena itu, tugas-tugas yang menuntut pemikiran kompleks menjadi lebih bermakna bagi mereka, namun juga membuat reaksi emosional terhadap kegagalan lebih intens, seperti meningkatnya rasa frustrasi atau

kecewa. Sebaliknya, individu dengan NFC rendah kurang termotivasi menghadapi tugas kognitif sulit, karena baik keberhasilan maupun kegagalan dalam konteks tersebut tidak terlalu berpengaruh bagi mereka, sehingga reaksi emosional terhadap kegagalan juga lebih lemah.

Selain *Need for Cognition*, terdapat faktor lain yang turut mempengaruhi munculnya *Fear of Failure* pada mahasiswa, yaitu *Perceived Self-Efficacy*. Bandura (1997) menjelaskan bahwa *Perceived Self-Efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melakukan serangkaian tindakan yang diperlukan dalam menghadapi dan mengelola situasi yang mungkin terjadi. Tingkat keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya berperan besar dalam menentukan apakah ia akan berupaya menghadapi suatu situasi atau justru menghindarinya. Oleh karena itu, *Perceived Self-Efficacy* turut memengaruhi keputusan seseorang dalam memilih konteks atau kondisi perilaku tertentu (Bandura, 1977).

Individu lebih bersedia terlibat dalam berbagai aktivitas dan menunjukkan sikap percaya diri apabila ia menilai dirinya mampu mengelola situasi yang pada keadaan lain dapat terasa menekan atau mengintimidasi (Bandura, 1977). Maka, mahasiswa dengan tingkat *Perceived Self-Efficacy* yang tinggi cenderung memiliki pandangan positif terhadap tantangan akademik, lebih gigih dalam menghadapi kesulitan, serta mampu mengelola rasa takut gagal dengan cara yang adaptif. Sebaliknya, Individu cenderung merasakan ketakutan dan menghindari situasi yang dianggap mengancam ketika ia menilai bahwa tuntutan situasi tersebut melebihi kapasitas coping yang dimilikinya (Bandura, 1977). Maka, mahasiswa dengan *Perceived Self-Efficacy* yang rendah lebih mudah merasa cemas, ragu terhadap

kemampuannya sendiri, dan cenderung menghindari situasi yang berpotensi menimbulkan kegagalan (Chuang dkk., 2022).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Chuang et al. (2022) yang berjudul *The Influence of Motivation, Self-Efficacy, And Fear of Failure on The Career Adaptability of Vocational School Students: Moderated by Meaning in Life* menyatakan bahwa *Self-Efficacy* memiliki pengaruh yang bersifat negatif terhadap *Fear of Failure*. Semakin tinggi tingkat *Self-Efficacy* seseorang, semakin rendah rasa takut gagal yang dialami, karena individu yang memiliki keyakinan diri tinggi mampu menangani berbagai situasi menantang dengan lebih efektif. Chuang et al. (2022) juga membahas bahwa penjelasan tersebut didukung oleh teori *Self-Determination Theory* yang menyatakan bahwa *Self-Efficacy* merupakan bentuk kebutuhan psikologis akan kompetensi, yaitu perasaan mampu menguasai lingkungan dan mencapai keberhasilan. Sebaliknya, ketika individu merasa tidak mampu mengendalikan situasi, muncullah kecenderungan negatif untuk menghindari tekanan akibat takut gagal.

Berdasarkan uraian di atas maka *Fear of Failure* tidak berdiri sebagai fenomena tunggal, melainkan dipengaruhi oleh bagaimana individu memaknai tuntutan akademik secara kognitif melalui *Need for Cognition* serta sejauh mana individu memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya melalui *Perceived Self-Efficacy*. Pengaruh kedua faktor ini diduga berperan penting dalam menentukan intensitas *Fear of Failure* yang dialami mahasiswa.

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan kepada 32 mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang berusia 18-25 tahun, seluruh mahasiswa (100%) pernah mengalami takut gagal. Situasi yang membuat rasa takut itu muncul antara lain, 28,1%

responden merasa paling takut gagal dalam situasi akademik, seperti ujian, skripsi, atau kelulusan, 18,8% merasa takut gagal saat memikul tanggung jawab besar atau tampil di depan orang lain, sedangkan 15,6% mengaitkannya dengan masa depan dan pekerjaan. Sisanya, responden merasa takut gagal karena tidak bisa memenuhi harapan diri sendiri atau orang lain, tekanan emosional atau stagnasi hidup, tidak mampu menjadi apa yang ia inginkan, takut gagal dalam hubungan percintaan, dan takut tidak menjadi manusia yang bermanfaat.

Rasa takut gagal paling banyak disebabkan oleh faktor internal, seperti kurang percaya diri dan pikiran negatif (34,4%), ekspektasi atau tekanan dari diri maupun orang lain (18,8%), serta kurangnya rasa percaya diri (12,5%). Faktor lain yang menyebabkan rasa takut muncul antara lain pengalaman gagal atau trauma (6,3%), lingkungan sosial (6,3%), dan ketidaktahuan dan persepsi diri (masing-masing 3,1%).

Takut gagal memberikan dampak yang beragam bagi responden. Sebanyak 59,4% memilih untuk tetap mencoba meskipun takut gagal, sementara 18,8% terkadang mencoba dan terkadang menghindari, 15,6% cenderung menghindari, dan 6,2% bersikap reflektif sesuai kondisi. Dari sisi pengaruh emosi dan motivasi, 56% menilai takut gagal memiliki dua sisi, yaitu 28% merasa dapat menurunkan semangat namun 9% merasa bahwa perasaan takut gagal dapat memotivasi untuk berusaha lebih keras, serta 6% menilai tergantung situasi. Selain itu, seluruh responden (100%) pernah merasakan takut gagal yang menimbulkan dampak emosional seperti cemas (68,75%), sedih (56,25%), dan tidak percaya diri (53,12%), dengan 15,62% mengalami dampak fisik atau perilaku negatif, serta 21,87% mampu bangkit dan belajar dari kegagalan.

Dalam konteks kaitan antara *Fear of Failure* dengan *Need for Cognition* (NFC), 87,5 % responden menunjukkan kecenderungan untuk tetap terlibat dalam proses berpikir ketika menghadapi tugas yang menantang, meskipun diawali dengan rasa cemas, panik, atau tegang. Beberapa responden menyebut merasa “tertantang”, “penasaran”, “senang berpikir kritis”, atau mengibaratkan masalah sebagai “teka-teki” yang perlu dipecahkan. Ada yang secara sistematis membaca ulang soal, mencicil tugas, melakukan “*deep learning*”, mencari informasi tambahan, bertanya, atau memetakan risiko sebelum bertindak. Pola ini sejalan dengan definisi *Need for Cognition* sebagai dorongan motivasional untuk mencari, memperoleh, dan memanfaatkan pengetahuan dalam menghadapi tugas yang menuntut pemikiran abstrak, elaboratif, evaluasi kritis, atau pemecahan masalah kompleks (Cacioppo dkk., 1984). Namun, sebanyak 6,25% responden bersikap netral/ragu, dan 6,25% responden tidak setuju, berpendapat bahwa usaha atau motivasi lebih berpengaruh.

Sedangkan dalam konteks kaitan antara *Fear of Failure* dengan *Perceived Self-Efficacy*, 87,5% responden menyatakan bahwa keyakinan terhadap kemampuan diri sangat memengaruhi rasa takut gagal, ketika mereka yakin, rasa takut menjadi lebih kecil, lebih berani mencoba, lebih fokus pada proses, dan tetap bertahan meskipun hasil belum tentu sempurna. Sebaliknya, ketika ragu, muncul pikiran “tidak bisa”, “hasilnya pasti jelek”, mereka merasa lebih sulit untuk berkonsentrasi, bahkan keinginan menghindar. Sisanya 9,4% menilai pengaruhnya tergantung situasi, dan 3,1% menyebut tidak berpengaruh.

Temuan studi awal tersebut memperkuat adanya permasalahan pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, khususnya dalam menghadapi tuntutan akademik

dan rasa takut gagal. Pada satu sisi, sebagian besar responden tetap menunjukkan kecenderungan untuk berpikir dan berusaha ketika menghadapi tugas yang menantang serta menilai keyakinan terhadap kemampuan diri berpengaruh terhadap rasa takut gagal. Namun, pada sisi lain, seluruh responden pernah mengalami *Fear of Failure* dan sebagian merasakan dampak emosional maupun kecenderungan menghindari situasi tertentu. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan kognitif dalam menghadapi masalah dan keyakinan terhadap kemampuan diri menjadi aspek yang penting untuk dikaji dalam memahami *Fear of Failure* pada mahasiswa.

Penelitian ini memiliki beberapa kesenjangan yang ditemukan dalam kajian sebelumnya. Secara kontekstual, sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan pada mahasiswa luar negeri, sehingga belum mencerminkan kondisi mahasiswa Indonesia, khususnya mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Sementara itu, dari sisi metodologis, penelitian sebelumnya belum menguji pengaruh simultan antara *Need for Cognition* dan *Perceived Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melihat sejauh mana kemampuan *Need for Cognition* (NFC) dan *Perceived Self-Efficacy* berperan dalam menurunkan atau mengelola *Fear of Failure* yang dialami mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung dalam menghadapi berbagai tuntutan akademik, sehingga diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam pengembangan teori dan intervensi psikologis di lingkungan akademik.

Rumusan Masalah

1. Apakah *Need for Cognition* dan *Perceived Self-Efficacy* secara simultan berpengaruh terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
2. Bagaimana pengaruh antara *Need for Cognition* terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?
3. Bagaimana pengaruh antara *Perceived Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh *Need for Cognition* dan *Perceived Self-Efficacy* secara simultan terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Untuk mengetahui pengaruh antara *Need for Cognition* terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Untuk mengetahui pengaruh antara *Perceived Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Kegunaan Penelitian

Terdapat dua kegunaan dalam penelitian ini, yaitu secara teoretis dan secara praktis, yaitu sebagai berikut.

1. Kegunaan Teoritis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat menamhah wawasan keilmuan bagi peneliti dan memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan dalam bidang Psikologi, khususnya Psikologi Kognitif. Penelitian ini

juga diharapkan mampu memperkaya kajian empiris mengenai *Need for Cognition*, *Perceived Self-Efficacy*, dan *Fear of Failure*, serta hubungan antarvariabel pada mahasiswa. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi dasar konseptual dalam memahami proses kognitif dan keyakinan individu dalam menghadapi kemungkinan kegagalan dalam konteks akademik.

2. Kegunaan Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa, akademisi, dan peneliti lain dalam memahami pengaruh *Need for Cognition* dan *Perceived Self-Efficacy* terhadap *Fear of Failure* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan sebagai landasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya yang berkaitan dengan aspek kognitif dan motivasi dalam konteks pendidikan tinggi.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya. Khususnya penelitian mengenai *Need for Cognition*, *Perceived Self-Efficacy*, dan *Fear of Failure*.