

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seseorang secara resmi menyandang status sebagai mahasiswa ketika telah terdaftar pada perguruan tinggi, seperti universitas, institut, akademi, maupun politeknik. Melalui jenjang pendidikan tinggi ini, individu dibentuk untuk memperluas wawasan keilmuan, mengasah keterampilan, dan menumbuhkan kepedulian sosial demi kesiapan berkarier serta berkontribusi dalam masyarakat (Pujiono, 2015). Status mahasiswa melekat pada seseorang yang telah terdaftar resmi dalam suatu program studi dan memiliki jenjang pendidikan yang lebih tinggi dibandingkan pendidikan menengah, sehingga diharapkan mampu berpikir kritis, mandiri, serta bertanggung jawab secara moral dan akademik. Pada masa perkuliahan, mahasiswa tidak hanya diposisikan sebagai pelajar, tetapi juga yang berperan mendorong perbaikan dan inovasi melalui pemikiran dan karya ilmiah yang dihasilkan selama studi (Pujiono, 2015).

Saat memasuki jenjang perguruan tinggi, mahasiswa dihadapkan pada kompleksitas akademik yang jauh lebih tinggi ketimbang tingkat pendidikan menengah. Mahasiswa harus belajar mengikuti perkuliahan secara mandiri, menyelesaikan tugas individu maupun kelompok, serta memahami materi yang lebih kompleks tanpa ketergantungan penuh pada pengajaran terstruktur seperti di sekolah menengah (Daring et al., 2020). Selain itu, mahasiswa dituntut untuk mampu mengatur waktu, mengelola keuangan, membangun relasi sosial dengan

teman sebaya, serta menjaga keseimbangan antara kegiatan akademik dan kehidupan pribadi, karena perguruan tinggi menuntut kemandirian dan disiplin diri yang tinggi (Lubis et al., 2021). Dalam tahap awal hingga pertengahan masa studi, mahasiswa mulai menghadapi tugas-tugas akademik yang lebih berorientasi penelitian dan praktik. Seperti makalah, proyek, karya nyata, praktikum, maupun kegiatan lapangan, sehingga keterampilan berpikir analitis dan *problem solving* mulai dilatih secara bertahap (Tanjung Sari et al., 2024).

Memasuki tahap akhir studi, mahasiswa dihadapkan pada proses penyusunan skripsi sebagai prasyarat utama untuk meraih gelar sarjana (Putri & Savira, 2013). Skripsi itu sendiri merupakan karya ilmiah mandiri yang menjadi bukti kompetensi mahasiswa dalam mengaplikasikan metodologi ilmiah, mulai dari identifikasi masalah, perancangan penelitian, pengumpulan dan analisis data, hingga penyajian hasil riset secara sistematis sesuai dengan kaidah akademis (Suryani & Harumi, 2024). Perjalanan panjang ini menuntut konsistensi, keteraturan waktu, serta kesiapan mental jangka panjang, karena mahasiswa harus menyeimbangkan tugas skripsi dengan berbagai tanggung jawab akademik dan personal lainnya (Simbolon et al., 2025).

Dalam konteks mahasiswa angkatan 2020 & 2021, terdapat karakteristik yang berdampak pada proses penyusunan skripsi dan kesiapan psikologis mahasiswa (Tantoputri et al., 2022). Sebagian besar mahasiswa pada angkatan ini telah menempuh masa studi lebih dari empat tahun, mahasiswa yang telah menempuh masa studi lebih lama menghadapi risiko keterlambatan kelulusan yang berkaitan dengan kesulitan menyelesaikan skripsi dan rendahnya kemampuan menghadapi

tekanan akademik (Alfath et., 2025). Selain itu, mahasiswa penyusun skripsi juga dapat menghadapi tekanan yang bersumber dari beban tugas, tuntutan keluarga, masalah keuangan, serta relasi sosial (Roosyianan, 2022). Di samping itu, kecenderungan membandingkan pencapaian dengan teman sebaya yang sudah lulus lebih dulu kerap memicu stres dan tekanan psikologi tersendiri (Febitalica, 2024). Selain itu, proses bimbingan skripsi yang berlangsung dalam jangka waktu panjang turut menuntut kesabaran dan konsistensi, mengingat mahasiswa harus melalui serangkaian revisi, penyesuaian metode penelitian, hingga penjadwalan ulang pertemuan dengan dosen pembimbing yang tidak selalu dapat disesuaikan dengan cepat (Wangid & Sugiyanto, 2013). Kondisi-kondisi tersebut secara kumulatif menimbulkan beban psikologis tersendiri bagi mahasiswa yang tengah berupaya menyelesaikan studi tepat waktu, dan pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan tekanan akademik dan psikologis yang dialami (Simbolon et al., 2025).

Tekanan akademik yang berkepanjangan pada tahap akhir studi dapat menimbulkan stres akademik (Tanjung Sari et al., 2024). Fenomena ini telah menjadi perhatian serius dalam dunia pendidikan, dimana sebagian besar mahasiswa tingkat akhir melaporkan tingkat stres yang berada pada tingkat tingkat stres sedang hingga berat (Manery et al., 2024). Penelitian (Atika Rahmawati et al., 2020) Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa dari total subjek penelitian, mayoritas mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi mengalami stres akademik pada tingkat sedang, yaitu 71,3%, sedangkan 14,8% lainnya berada pada tingkat berat. Berdasarkan laporan Journal Stressor ASEAN

yang dikutip dalam (*World Suicide Prevention Day 2023*), persentase mahasiswa yang mengalami stres akademik secara global berkisar antara 38% hingga 71%, sementara di kawasan Asia Tenggara mencapai 39,6% hingga 61,3%, dan di Indonesia sendiri berada pada kisaran 36,7% hingga 71,6% (Urip Pratama, 2023).

Pada mahasiswa yang tengah menyusun skripsi, kondisi ini umumnya dipicu oleh berbagai faktor, antaranya beban tugas skripsi yang berat, tenggat waktu yang ketat, kesulitan menentukan judul dan merumuskan masalah penelitian, hambatan dalam pengumpulan dan analisis data, serta keterbatasan referensi dan literatur yang mendukung (Eko et al., 2025). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa akhir cenderung lebih tinggi dengan mahasiswa pada tingkat lainnya (Manery et al., 2024). Ketika dilakukan kategorisasi tingkat stres sebanyak 70% mahasiswa memiliki tingkat stres di kategori tinggi (Afifah et al., 2022). Perbedaan mahasiswa yang mengalami stres akademik dan tidak mengalami stres terlihat dari berbagai aspek kognitif, emosional, dan perilaku. Mahasiswa yang mengalami stres akademik menunjukkan gejala fisik seperti sakit kepala, gejala emosional seperti mudah marah dan sedih, serta gejala kognitif seperti sulit berkonsentrasi (Safaria & Saputra, 2012). Mahasiswa yang mengalami stres akademik cenderung memiliki kemampuan mengelola waktu yang buruk, ekspektasi tinggi terhadap diri sendiri, dan ketidakpastian dalam proses bimbingan skripsi (Tanjung Sari et al., 2024). Sebaliknya, mahasiswa yang mampu menghindari atau mengelola stres akademik dengan baik umumnya memiliki strategi koping yang lebih adaptif, termasuk

pengelolaan waktu yang efektif serta pemanfaatan dukungan sosial yang memadai (Permata & Laili, 2025).

Selain tuntutan akademik yang tinggi, dinamika psikologis yang turut memengaruhi kondisi mahasiswa dapat adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Nisha, 2024). Konsep ini merujuk pada kondisi ketika individu merasa takut mengalami kegagalan dan konsekuensi negatif yang menyertainya. Seperti rasa malu, kehilangan kepercayaan diri, serta penilaian negatif dari orang lain (Conroy 2001). Dalam konteks psikologi, *fear of failure* termasuk faktor internal karena berasal dari proses kognitif dan emosional individu dalam memaknai kemungkinan terjadinya kegagalan (Dharma & Kistyanti, 2025). Pada mahasiswa angkatan 2020 & 2021, *fear of failure* sering kali muncul dalam bentuk kekhawatiran tidak mampu menyelesaikan skripsi dengan baik, takut tidak lulus tepat waktu, serta takut mengecewakan orang tua maupun dosen. Penelitian menunjukan bahwa ekspektasi besar dari keluarga dan lingkungan sosial untuk meraih nilai tinggi dapat memperburuk ketakutan terhadap kegagalan (Barboza et al., 2012). Secara psikologis, *fear of failure* berimplikasi langsung terhadap penurunan kesejahteraan mental, seperti munculnya kecemasan, depresi dan penurunan harga diri (Kuzembek, 2025). Dampak yang diberikan akhirnya menghambat kemampuan berpikir jernih dan menurunkan performa akademik secara keseluruhan. penurunan rasa percaya diri memperkuat siklus stres dan kegagalan, sehingga mahasiswa semakin sulit keluar dari tekanan emosional (Kozmus et al., 2025). Sejumlah penelitian terdahulu secara konsisten menunjukan adanya keterkaitan erat antara *fear of failure* dan kondisi tekanan

psikologis pada mahasiswa. Penelitian di Kota Makassar menemukan bahwa terdapat pengaruh positif *fear of failure* terhadap kecemasan akademik mahasiswa yang menyusun skripsi, dimana semakin tinggi pula tingkat kecemasan akademik yang dirasakan (Rangkung et al., 2025). Penelitian lain menunjukkan vebran dkk (2022), (Sholahuddin, 2020) juga menemukan bahwa ketakutan terhadap kegagalan dapat menimbulkan kecemasan dan tekanan psikologi yang berpengaruh terhadap kondisi akademik mahasiswa. Selain itu, penelitian (Alabduljabbar, 2024) menunjukkan bahwa *fear of failure* memberikan dampak negatif terhadap performa akademik secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang dilakukan terhadap sejumlah mahasiswa tingkat akhir yang merupakan mahasiswa dari fakultas psikologi, hukum dan teknik yang berada pada semester 10 & 12 yang sedang menyusun skripsi, ditemukan bahwa sebagian besar mengalami ketakutan dan tekanan psikologi selama proses penyusunan skripsi. Berdasarkan dimensi *fear of failure*, mahasiswa menunjukkan ketakutan akan menghadapi penghinaan atau rasa malu, yang ditandai dengan perasaan gugup, cemas, dan tidak percaya diri ketika menghadapi seminar atau sidang skripsi. Pada aspek ketakutan akan menurunnya estimasi diri, responden merasa khawatir hasil skripsinya tidak memuaskan dan menganggap kesalahan kecil sebagai tanda kegagalan. Selain itu, pada aspek ketakutan akan mengecewakan orang penting, mahasiswa merasa takut tidak dapat memenuhi harapan dosen pembimbing maupun harapan diri sendiri. Sementara itu, aspek ketakutan akan ketidakpastian masa depan terlihat dari kekhawatiran terhadap hasil akhir dan kelulusan dan pada aspek ketakutan akan

kehilangan pengaruh sosial mayoritas responden menyatakan bahwa hubungan sosial dengan teman sebaya tidak banyak berubah selama penyusunan skripsi tetapi mahasiswa merasa khawatir apabila mengalami kegagalan dalam proses penyusunan skripsi karena takut dipandang kurang mampu oleh lingkungan sekitarnya, selain itu mahasiswa takut menjadi bahan pembicaraan teman sebaya.

Lalu hasil wawancara berdasarkan aspek stres akademik, responden mengalami stresor akademik berupa tuntutan penyelesaian skripsi, proses bimbingan, serta tekanan untuk mencapai hasil yang baik. Kondisi tersebut menimbulkan reaksi terhadap stresor akademik berupa perasaan terbebani, sulit berkonsentrasi, menunda bimbingan, menurunnya motivasi belajar, hingga kecenderungan menghindari pengerjaan skripsi dan pertemuan dengan dosen pembimbing. Secara keseluruhan, hasil wawancara menunjukkan bahwa *fear of failure* dan stres akademik berkitan dalam proses penyusunan skripsi. Ketakutan akan kegagalan dapat meningkatkan tingkat stres akademik, sedangkan stres akademik yang tinggi dapat memperkuat ketakutan terhadap kegagalan, sehingga berpotensi menghambat penyelesaian skripsi mahasiswa.

Fenomena yang terungkap melalui wawancara tersebut mencerminkan kondisi yang umum dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Hal ini menunjukkan bahwa proses penyusunan skripsi tidak hanya menyangkut kemampuan akademik dan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis mahasiswa (Noviana et al., 2023). Jika *fear of failure* dan stres akademik yang dialami mahasiswa dibiarkan tanpa pengelolaan yang memadai, kondisi ini berpotensi menghambat penyelesaian skripsi, memperpanjang masa studi, bahkan berdampak pada

kesehatan mental mahasiswa secara keseluruhan (Butar, 2024). Temuan ini selaras dengan pernyataan dalam penelitian dari Nufrian (2025) bahwa stres akademik yang tidak dikelola dengan baik dapat menghambat penyelesaian skripsi dan berdampak pada kesehatan mental mahasiswa.

Beberapa penelitian Faturahman et al (2023), Nisha (2024) telah menunjukkan adanya keterkaitan antara *fear of failure* dan stres akademik, tetapi di Indonesia sendiri lebih banyak mengkaji hubungannya dengan variabel prokrastinasi akademik dan kecemasan akademik, sementara penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh *fear of failure* terhadap stres akademik, masih sangat terbatas. Kurangnya penelitian terkait *fear of failure* terhadap stres akademik menunjukkan perlunya penelitian yang lebih mendalam mengenai bagaimana *fear of failure* berperan dalam memperburuk dampak stres akademik terhadap kesejahteraan mental mahasiswa. Selain itu, penelitian yang berfokus pada populasi mahasiswa di perguruan tinggi swasta di wilayah Jawa Timur, Khususnya di Universitas Muhammadiyah Jember belum pernah dilakukan sebelumnya dan masih perlu untuk di eksplor lebih dalam.

Berdasarkan seluruh uraian di atas, baik dari fenomena yang terjadi di lapangan, data empiris dari berbagai penelitian terdahulu, maupun kesenjangan penelitian yang teridentifikasi, peneliti memandang bahwa penelitian mengenai *fear of failure* terhadap stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 & 2021 yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember merupakan penelitian yang penting.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *fear of failure* terhadap stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 & 2021 yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *fear of failure* terhadap stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 & 2021 yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Jember

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoretis, temuan penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi klinis, terutama mengenai konsep stres akademik dan *fear of failure* pada mahasiswa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian ilmiah mengenai faktor yang memengaruhi *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, serta menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada mahasiswa tingkat akhir mengenai pengaruh stres akademik terhadap *fear of failure* dalam proses penyusunan skripsi. Dengan pemahaman tersebut,

mahasiswa diharapkan dapat lebih mengenal gejala stres akademik dan *fear of failure* yang dialami, serta mengembangkan strategi yang efektif untuk mengatasinya

- b. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi perguruan tinggi dalam mengembangkan kebijakan dan program yang dapat membantu mengurangi stres akademik dan *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir seperti *workshop* manajemen stres, pelatihan keterampilan penelitian, atau sistem mentoring yang lebih efektif dalam proses penyusunan.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian mencakup pembahasan mengenai penelitian-penelitian sebelumnya yang memiliki keterkaitan dengan studi yang sedang dilakukan. Bagian ini memuat uraian penelitian relevan yang menjadi acuan bagi peneliti:

1. Jurnal penelitian oleh (Faturahman et al., 2023) dengan judul “ Hubungan Stres Akademik dan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Sarjana Keperawatan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi”. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan stres akademik dan ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa sarjana keperawatan. Metode yang digunakan kuantitatif dengan teknik korelasional dan *cross-sectional*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan mayoritas responden dengan tingkat stres akademik sedang menunjukkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik pada

kategori tinggi, yaitu sebesar 41,7%. Sementara itu, sebagian responden dengan stres akademik sedang berada pada kategori prokrastinasi akademik rendah sebesar 1,3%. Sebagian besar responden responden dengan ketakutan akan kegagalan dalam kategori sedang cenderung melakukan prokrastinasi dalam kategori sedang sebesar 42,1% dan sebagian kecil responden dengan ketakutan akan kegagalan dalam katogiru tinggi memiliki prokrastinasi akademik dalam kategori dengan tingkat rendah sebesar 1,3%. Terdapat hubungan antara stres akademik dan ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

2. Jurnal penelitian oleh (Obenza et al., n.d.) dengan judul “ *The Mediating Effect Of Academic Stres On Fear Of Failure and Academic Procrastination of Collage Students*” Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik dengan stres akademik sebagai variabel mediator. Metode yang dilakukan adalah kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *fear of failure* berpengaruh signifikan terhadap akademik stres dan pokrastinasi akademik. Selain itu, akademik stres terbukti memediasi secara parsial hubungan antara *fear of failure* dan akademik prokrastinasi.
3. Jurnal penelitian oleh (Suprihatin, 2019) dengan judul “Ketakutan Akan Kegagalan Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua Dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi”. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran persepsi terhadap harapan orang tua dan efikasi diri terhadap ketakutan akan kegagalan pada mahasiswa yang sedang

mengerjakan skripsi. Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi terhadap orang tua dan efikasi diri secara bersama-sama berperan signifikan terhadap ketakutan akan kegagalan, terdapat hubungan negatif signifikan antara persepsi terhadap harapan orang tua dan ketakutan akan kegagalan, terdapat hubungan negatif signifikan antara efikasi diri dan ketakutan akan kegagalan, efikasi diri memberikan kontribusi yang lebih besar dibandingkan persepsi harapan orang tua dalam menurunkan tingkat ketakutan akan kegagalan.

4. Jurnal penelitian oleh (Lubis et al., 2021) dengan judul “Stes Akademik Dan *Fear Of Failure* Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Madrasah Aliyah”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terhadap tingkat stres akademik pada siswa. Penelitian difokuskan pada bagaimana ketakutan akan kegagalan berperan sebagai faktor psikologis yang dapat meningkatkan tekanan akademik yang dialami siswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *fear of failure* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres akademik pada mahasiswa. Semakin tinggi tingkat *fear of failure* yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula stres akademik yang dialami. *Fear of failure* memberikan kontribusi yang bermakna dalam menjelaskan variasi stres akademik mahasiswa.
5. Jurnal penelitian oleh (Cashman & Strandh, 2023) dengan judul “Does Fear Of Failure Mediate The Relationship Between Aducaational Expectation And

Stressrelated Complaints Among Sweish Adoleescent? A Structural Qeuation Modelling Approch European Journal Of Public Health". Penelitian ini bertujuan untuk menguji peran *fear of failure* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *educational expectation* dan *stress-relateed complaint* pada remaja di swedia, dengan fokus khusus pada perbedaan gender. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *structural equation modeling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *fear of failure*. Berperan penting dalam menjelaskan munculnya keluhan stres terkait sekolah pada remaja, khususnya pada perempuan. Tingginya tuntutan dan harapan pendidikan dapat meningkatkan *fear of failure*, yang pada akhirnya memperburuk kondisi emosi negatif