

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi (KBBI). Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Permendikbud Ristek) No. 53 Tahun 2023 Pasal 18 Ayat (1), mahasiswa program sarjana diwajibkan menyelesaikan minimal 144 Satuan Kredit Semester (SKS) yang dirancang dengan masa tempuh delapan semester. Pemenuhan jumlah SKS tersebut dilakukan melalui pengambilan mata kuliah sesuai beban studi pada setiap program studi. Setelah seluruh mata kuliah yang dipersyaratkan terpenuhi, mahasiswa akan memasuki tahap penyusunan tugas akhir atau skripsi sebagai bagian dari persyaratan kelulusan.

Skripsi merupakan karya ilmiah yang menjadi bagian dari kurikulum mahasiswa program sarjana sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi (Seto et al., 2020). Proses ini menuntut mahasiswa untuk mengembangkan konsep teoritis dan keterampilan sesuai dengan bidang pengetahuan yang diambil. Melalui pengerjaan skripsi, mahasiswa diharapkan dapat menunjukkan kemampuan akademik yang telah diperoleh selama perkuliahan. Namun, proses penyusunan skripsi sering menjadi tahapan yang paling menantang karena menuntut ketekunan, konsistensi, dan kemampuan manajemen waktu yang baik (Pratiwi & Roosyanti, 2019).

Selama proses pengerjaan skripsi, mahasiswa akan menghadapi banyak rintangan dan hambatan. Hambatan yang dialami mahasiswa selama proses pengerjaan skripsi dapat bersumber dari faktor internal yang meliputi perasaan malas, tingginya stres akademik, kurangnya kemampuan regulasi diri, serta kecemasan yang berlebihan (Lestianti et al., 2023). Sementara itu, faktor eksternal yang dapat menjadi hambatan mencakup lingkungan sosial yang kurang mendukung, keterbatasan akses terhadap referensi, serta padatnya aktivitas non-akademik yang mengganggu fokus mahasiswa (Pratiwi & Roosyanti, 2019).

Beragam hambatan yang muncul dapat berdampak pada kondisi psikologis mahasiswa. Tekanan yang dialami selama pengerjaan skripsi dapat memicu kelelahan mental, menurunnya rasa percaya diri, serta perasaan kewalahan terhadap jumlah tuntutan akademik yang harus dipenuhi (Putri & Neviyarni, 2025). Kondisi tersebut membuat mahasiswa merasa tidak siap untuk memulai atau melanjutkan proses penulisan skripsi, sehingga mereka cenderung melakukan penundaan (MF et al., 2021). Padahal, penundaan ini justru memperkuat perasaan tertekan dan berpotensi menciptakan siklus ketidakproduktifan yang semakin sulit diputus.

Ketika tekanan psikologis yang tidak tertangani secara adaptif berlangsung dalam jangka waktu yang lama, mahasiswa cenderung mengembangkan perilaku penghindaran (Anandari et al., 2024). Bentuk penghindaran ini dapat muncul dalam berbagai cara, seperti menunda menghubungi dosen pembimbing atau menghindari sesi bimbingan. Mahasiswa juga mungkin menunda mengerjakan bagian skripsi yang dianggap sulit karena merasa belum siap secara mental. Selain itu, beberapa mahasiswa memilih aktivitas lain yang memberikan kenyamanan sesaat untuk

mengalihkan diri dari tuntutan akademik. Perilaku penghindaran terhadap tugas-tugas ini disebut juga sebagai prokrastinasi.

Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku menunda secara sadar terhadap suatu tugas yang sebenarnya perlu diselesaikan, meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat berdampak negatif terhadap dirinya (Steel, 2007). Menurut Tuckman (1991), individu yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung menghindari tugas-tugas yang dianggap tidak menyenangkan dan mencari pembenaran eksternal atas keterlambatan yang terjadi. Perilaku prokrastinasi akademik ditandai oleh penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, adanya kesenjangan antara niat dan tindakan, serta kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan dibandingkan menyelesaikan tanggung jawab akademik (Ferrari et al., 1995).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi (Mawardi, 2019; Soeli & Yusuf, 2022). Fenomena prokrastinasi juga ditemukan pada mahasiswa Universitas Andalas yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan survei awal yang dilakukan terhadap 17 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, ditemukan bahwa mahasiswa menunda pengerjaan skripsi karena beberapa alasan yang berasal dari faktor eksternal dan internal. Responden mengaku penundaan tersebut disebabkan oleh distraksi dengan hal lain yang lebih menyenangkan, kesulitan untuk membagi waktu antara akademik dan kegiatan non-akademik, rasa malas untuk memulai, kesulitan menemui dosen pembimbing, dan kehilangan motivasi setelah seminar proposal akibat banyaknya revisi. Hal ini sejalan dengan

aspek prokrastinasi akademik pada teori McCloskey dan Scielzo (2015), yaitu *distraction of attention, social factors, time management skill, personal initiative, dan laziness*.

Fenomena tersebut diperkuat melalui data yang diperoleh oleh peneliti dari layanan sistem informasi dan layanan teknologi DTI Universitas Andalas. Dari semua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang berjumlah 7961 mahasiswa, terdapat 46,95% mahasiswa Universitas Andalas yang masih mengerjakan skripsi lebih dari dua semester, yaitu mahasiswa semester 9, 11, dan 13 (LPTIK Universitas Andalas, 2025). Data ini menunjukkan masih banyak mahasiswa Universitas Andalas yang mengalami keterlambatan dalam penyelesaian skripsi. Keterlambatan dalam penyelesaian skripsi dapat menyebabkan keterlambatan dalam kelulusan mahasiswa.

Prokrastinasi akademik dapat berdampak buruk pada individu. Prokrastinasi dapat menurunkan produktivitas individu (Aristuti & Noviekayati, 2022). Kondisi tersebut dapat menyebabkan masa studi mahasiswa menjadi lebih panjang dari ketentuan normal. Selain menurunkan produktivitas, prokrastinasi akademik juga dapat menyebabkan munculnya perasaan tidak nyaman, seperti kegelisahan, ketakutan, kekhawatiran berlebih, emosi tidak terkontrol, dan perubahan *mood* (Suhadianto dan Pratitis, 2019). Hal ini didukung oleh penelitian Rozental et al. (2022) yang mengatakan bahwa prokrastinasi berkaitan dengan ketidaknyamanan psikologis, diantaranya adalah perasaan cemas terhadap performa atau kesulitan dalam meraih standar yang tinggi. Kecemasan psikologis yang mengganggu dapat

menyebabkan penundaan atau keputusan untuk tidak menyelesaikan skripsi (Susilo & Eldawaty, 2021).

Fear of failure sendiri didefinisikan sebagai perasaan takut dan cemas terhadap kemungkinan mengalami kegagalan yang disertai interpretasi negatif terhadap konsekuensinya, seperti rasa malu, kritik, atau penurunan harga diri (Cacciotti & Hayton, 2015; Sebastian, 2013). Interpretasi negatif tersebut berkembang dari keyakinan irasional, tekanan atau tuntutan sosial, serta pengalaman tidak menyenangkan terkait kegagalan di masa lalu. Conroy (2001) menambahkan bahwa *fear of failure* ditandai oleh perilaku seperti rasa takut dipermalukan, kekhawatiran terhadap penurunan penilaian kemampuan diri, kehilangan dukungan sosial, kecemasan terhadap ketidakpastian masa depan, serta kekhawatiran akan mengecewakan orang-orang yang dianggap penting.

Fear of failure berkontribusi pada munculnya pola *avoidance*, yaitu kecenderungan untuk menghindari tugas yang berpotensi menimbulkan kegagalan (Al Farisi et al., 2024). Pola ini juga dapat muncul sebagai mekanisme perlindungan diri dari rasa malu dan penilaian negatif (Nurazizah et al., 2024). Hal ini dapat mengakibatkan meningkatnya peluang individu untuk menunda pengerjaan skripsi.

Fear of failure dapat memberikan sejumlah dampak negatif terhadap individu. Secara emosional, *fear of failure* dapat memicu kecemasan, stres, rasa malu, dan perasaan tidak berharga, karena individu terus membayangkan konsekuensi negatif dari kesalahan atau penilaian orang lain (Rengkung et al., 2025). Kondisi ini juga turut menurunkan kepercayaan diri dan keyakinan terhadap kemampuan diri individu, sehingga individu menjadi ragu untuk mengambil

keputusan dan takut untuk mencoba hal baru (Putra et al., 2025). Sedangkan pada aspek perilaku, individu yang mengalami *fear of failure* berfokus pada ancaman dan membuat individu menghindari tantangan dan memilih situasi aman (Konda et al., 2024). Hal ini dapat menghambat pada perkembangan pribadi individu.

Pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi, *fear of failure* dapat memicu munculnya rasa takut dan kecemasan yang disertai tekanan emosional akibat ekspektasi dari diri sendiri dan orang-orang terdekat seperti orang tua, teman, dan dosen (Zahro & Amelia, 2025). Mahasiswa dengan *fear of failure* yang tinggi akan merasa takut melakukan kesalahan, memperoleh hasil yang rendah, atau menerima kritik dari orang lain (Sudirman et al., 2023). Hal ini menyebabkan mahasiswa cenderung menghindari situasi yang berpotensi berakhir pada kegagalan terutama ketika hal tersebut dapat menimbulkan rasa malu, penilaian buruk, dan tidak mampu memenuhi ekspektasi orang lain (Adenia et al., 2021; Elliot & Thrash, 2004). Akibatnya, mahasiswa cenderung menghindari kegiatan seperti bimbingan atau revisi karena takut akan kritik dari dosen pembimbing (Anwar et al., 2023; Pradini & Sera, 2021; Susianti et al., 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hartati & Mirza (2023), ditemukan bahwa 88,8% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi merasakan *fear of failure* sedang dan 11,1% mahasiswa berada pada kategori tinggi. Hal ini juga ditemukan pada mahasiswa Universitas Andalas yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti didapatkan bahwa 14 dari 17 mahasiswa merasakan takut mengecewakan orang terdekat (orang tua), kecemasan, kekhawatiran terhadap masa depan yang tidak pasti dan belum terjadi, dan takut

terhadap pandangan orang lain. Hal ini sejalan dengan karakteristik *fear of failure*, yaitu *fear of experiencing shame and embarrassment*, *fear of devaluing one's self estimate*, *fear of having an uncertain future*, *fear of important others losing interest*, dan *fear of upsetting important others* (Conroy, 2001).

Penelitian terdahulu mengungkapkan bahwa prokrastinasi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah *fear of failure* (Burka & Yuen, 2008; Flett et al., 1995; Solomon & Rothblum, 1984). Atkinson (dalam Maehr & Sjogren, 2015) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *fear of failure* tinggi cenderung menghindari situasi yang mengandung risiko kegagalan, karena motivasi untuk menghindari kegagalan lebih dominan dibandingkan motivasi untuk berprestasi. Akibatnya, individu tersebut cenderung menunda atau menghindari tugas-tugas penting sebagai bentuk mekanisme perlindungan diri dari kemungkinan gagal. Hal ini sejalan dengan pandangan Burka dan Yuen (2008) bahwa prokrastinasi berfungsi sebagai strategi pertahanan diri dari rasa takut akan tidak mampu memenuhi ekspektasi.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang meneliti hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi. Penelitian sebelumnya menemukan adanya hubungan positif antara kedua variabel tersebut, yang berarti semakin tinggi tingkat *fear of failure*, semakin besar pula kecenderungan seseorang untuk melakukan prokrastinasi akademik (Ananda & Alwi, 2023; Limbong et al., 2024; Septanier, 2022). Hasil penelitian Cho & Lee (2022) juga menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *fear of failure* yang tinggi lebih sering menunda tugas akademik. Adenia et al. (2021) mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *fear of*

failure dan prokrastinasi akademik sebesar 13,6%. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Parastiara dan Yoenanto (2022) menemukan hasil yang berbeda dimana *fear of failure* tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uraian fenomena dan temuan empiris tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa rumpun sosial dan humaniora Universitas Andalas yang sedang menyusun skripsi. Penelitian ini penting untuk diteliti karena mahasiswa yang melakukan prokrastinasi pada pengerjaan skripsi dapat menimbulkan ketidaknyamanan psikologis pada individu serta menurunkan produktivitas. Mahasiswa Universitas Andalas menunjukkan angka yang cukup tinggi terkait mahasiswa yang masih mengerjakan skripsi lebih dari dua semester. Kondisi ini berpotensi membuat mahasiswa menuntaskan studinya di luar batas umum, yaitu delapan semester sesuai ketentuan Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020. Selain itu, beberapa penelitian yang telah dilakukan masih terdapat perbedaan besaran pengaruh *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh tersebut apabila ditinjau dari mahasiswa Universitas Andalas yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian ini difokuskan pada mahasiswa rumpun sosial humaniora karena karakteristik akademik pada bidang ini memiliki keterkaitan yang kuat dengan proses penyusunan skripsi, *fear of failure*, dan prokrastinasi akademik. Mahasiswa sosial humaniora umumnya dihadapkan pada tuntutan akademik yang menekankan kemampuan membaca literatur, memahami teori, menganalisis fenomena sosial, serta menyusun argumentasi ilmiah dalam bentuk tulisan (Crone & Goch, 2024).

Tugas akademik yang bersifat terbuka dan interpretatif membutuhkan regulasi diri yang baik karena mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menemukan jawaban yang benar, tetapi juga membangun argumen yang logis dan dapat dipertanggungjawabkan. Tugas yang kompleks dan kurang terstruktur seperti ini dapat meningkatkan persepsi kesulitan terhadap tugas, sehingga berpotensi mendorong munculnya prokrastinasi akademik apabila mahasiswa merasa tidak mampu menyelesaikannya secara optimal (Schraw et al., 2007; Lodewyk et al., 2009).

Selain itu, pembatasan pada mahasiswa sosial humaniora juga dilakukan agar karakteristik responden menjadi lebih homogen. Perbedaan rumpun ilmu dapat memunculkan perbedaan tuntutan akademik, bentuk tugas, pola pengerjaan skripsi, serta pengalaman mahasiswa dalam menghadapi bimbingan dan revisi. Penelitian yang dilakukan oleh Koçer dan Şeker (2025) menemukan bahwa terdapat perbedaan signifikan perilaku prokrastinasi akademik pada berdasarkan fakultas atau program studi. Dengan memfokuskan penelitian pada mahasiswa sosial humaniora, penelitian ini diharapkan dapat memperoleh gambaran yang lebih terarah mengenai pengaruh *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik pada kelompok mahasiswa dengan karakteristik akademik yang relatif serupa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh antara *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa rumpun sosial dan humaniora Universitas Andalas yang sedang menjalani skripsi?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa rumpun sosial dan humaniora Universitas Andalas yang sedang menjalani skripsi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah hasil penelitian yang didapatkan dapat menjadi pengembangan pembelajaran dan menambah wawasan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang psikologi pendidikan tentang bagaimana *fear of failure* dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa rumpun sosial dan humaniora Universitas Andalas yang sedang menjalani skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi mahasiswa tingkat akhir mengenai faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kecenderungan menunda pengerjaan skripsi, khususnya *fear of failure*. Dengan pemahaman tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengidentifikasi hambatan internal dan mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mengatasi perilaku prokrastinasi.

b. Bagi Lembaga Penyelenggara Pendidikan

Hasil penelitian memberikan informasi bagi dosen pembimbing dan fakultas mengenai dinamika psikologis yang dialami mahasiswa tingkat akhir, sehingga dapat digunakan untuk menyusun strategi preventif berupa bimbingan akademik yang lebih suportif, layanan konseling yang relevan, serta kebijakan akademik yang mendukung.

