

PENGARUH RASA TAKUT GAGAL (*FEAR OF FAILURE*) TERHADAP KEBIASAAN MENUNDA TUGAS KULIAH (*PROKRASTINASI AKADEMIK*) PADA MAHASISWA UNIVERSITAS AIRLANGGA

Marshella Dwi Saputri¹, Faisol², Amaliyah³, Erindah Dimisyqiyani⁴
Departemen Bisnis, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

*Corresponding author : marshella.dwi.saputri-2024@vokasi.unair.ac.id,
faisol-2024@vokasi.unair.ac.id, amaliyah@vokasi.unair.ac.id,
erindahdimisyqiyani@vokasi.unair.ac.id

ABSTRACT

Academic procrastination is one of the problems frequently experienced by university students in completing their academic assignments and may be associated with psychological factors, one of which is fear of failure. This study aims to analyze the effect of fear of failure on academic procrastination among students at Universitas Airlangga. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional non-experimental survey design. The sampling technique used was purposive sampling with the criteria of active Universitas Airlangga students who had experience completing academic assignments. Of the 79 responses collected, 67 respondents met the criteria and were included in the study. Data were collected through a five-point Likert scale questionnaire. The fear of failure instrument was adapted from the Fear of Failure in Learning Scale, while the academic procrastination instrument was adapted from the Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15). Data analysis was conducted using validity, reliability, normality, linearity, and simple linear regression tests with the assistance of IBM SPSS. The results showed that all 19 items measuring fear of failure and 13 items measuring academic procrastination were valid. The instruments also demonstrated good reliability, with Cronbach's Alpha values of 0.804 and 0.870, respectively. Simple linear regression analysis produced the equation $Y = 14.404 + 0.377X$ with a significance value of $0.001 < 0.05$. These results indicate that fear of failure has a positive and significant effect on academic procrastination. The R Square value of 0.160 indicates that fear of failure explains 16.0% of the variation in academic procrastination, while the remaining 84.0% may be related to other factors outside the research model. Thus, the higher the fear of failure experienced by students, the higher their tendency to procrastinate on academic assignments.

Keywords: Fear Of Failure; Academic Procrastination; Academic Behavior, University Students.

ABSTRAK

*Prokrastinasi akademik merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami mahasiswa dalam menyelesaikan tugas kuliah dan dapat berkaitan dengan faktor psikologis, salah satunya rasa takut gagal (*fear of failure*). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh rasa takut gagal terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei *cross-sectional non-eksperimental*.*

Article History

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagirism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif Universitas Airlangga yang memiliki pengalaman mengerjakan tugas kuliah. Dari 79 respons yang terkumpul, sebanyak 67 responden memenuhi kriteria dan digunakan sebagai sampel penelitian. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan skala Likert lima poin. Instrumen rasa takut gagal diadaptasi dari *Fear of Failure in Learning Scale*, sedangkan instrumen prokrastinasi akademik diadaptasi dari *Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15)*. Analisis data dilakukan menggunakan uji validitas, reliabilitas, normalitas, linearitas, dan regresi linear sederhana dengan bantuan IBM SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh 19 item rasa takut gagal dan 13 item prokrastinasi akademik dinyatakan valid. Instrumen juga menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach's Alpha masing-masing sebesar 0,804 dan 0,870. Hasil regresi linear sederhana menghasilkan persamaan $Y = 14,404 + 0,377X$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$. Hasil uji t juga menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga rasa takut gagal berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Nilai R Square sebesar 0,160 menunjukkan bahwa rasa takut gagal menjelaskan 16,0% variasi prokrastinasi akademik, sedangkan 84,0% lainnya dapat berkaitan dengan faktor lain di luar model penelitian. Dengan demikian, semakin tinggi rasa takut gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas kuliah.

Kata Kunci : Rasa Takut Gagal, *Prokrastinasi Akademik*, Perilaku Akademik, Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi menuntut mahasiswa untuk mempunyai regulasi diri (*self regulation*) yang optimal, mulai dari merencanakan, memulai, hingga menyelesaikan tugas-tugas akademik secara mandiri tanpa pengawasan secara ketat sebagaimana pada jenjang pendidikan menengah (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023). Apabila kemampuan mengatur diri seseorang kurang baik, mahasiswa cenderung menunda-nunda tugas kuliah, atau biasa disebut prokrastinasi akademik (Svartdal & Løkke, 2022). Berdasarkan penelitian di beberapa negara, ditemukan banyak mahasiswa yang suka menunda mengerjakan tugas, mulai dari 23% hingga 95%, bahkan lebih dari 70% mahasiswa mengakui bahwa mereka memang suka menunda-nunda (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kebiasaan menunda bukan hanya masalah ketidakmampuan mengatur waktu, melainkan juga berkaitan erat dengan masalah motivasi dan kesulitan dalam mengelola emosi (Ghasempour et al., 2024; Kooren et al., 2024).

Di Indonesia, kebiasaan menunda tugas (*prokrastinasi akademik*) ini juga banyak ditemui di berbagai jurusan. Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan menunjukkan bahwa kebiasaan menunda tugas berhubungan dengan manajemen waktu yang kurang baik dan motivasi belajar yang rendah (Husain et al., 2023). Hal serupa juga ditemukan pada penelitian besar terhadap 2.111 mahasiswa dari jenjang Diploma sampai Doktor di Jawa Timur dan Jawa Tengah, yang menunjukkan bahwa cara belajar yang tidak teratur membuat mahasiswa makin sering menunda tugas, dan ini akhirnya menurunkan hasil belajar mereka (Aldhi et al., 2026). Penelitian pada mahasiswa di Makassar juga menemukan bahwa mahasiswa yang perfeksionis dan takut gagal cenderung lebih sering menunda tugas

(Sudirman et al., 2023). Semua temuan ini menunjukkan bahwa kebiasaan menunda tugas kuliah memang menjadi masalah yang perlu diperhatikan serius di dunia pendidikan tinggi Indonesia.

Salah satu hal yang sering dikaitkan dengan kebiasaan menunda tugas adalah rasa takut gagal, yaitu perasaan cemas dan tidak nyaman yang muncul ketika seseorang membayangkan dirinya akan mengalami kegagalan dalam belajar (Wang et al., 2026). Rasa takut gagal ini ternyata berkaitan erat dengan kebiasaan menghindar, mencari alasan untuk gagal lebih dulu (*self-handicapping*), dan menunda tugas (Duru et al., 2024; Tan & Prihadi, 2022). Penelitian pada mahasiswa Indonesia juga membuktikan bahwa rasa takut gagal bisa memprediksi kebiasaan menunda tugas, dengan pengaruh sebesar 38,6% (Karim et al., 2021). Artinya, semakin besar rasa takut gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin besar juga kemungkinan mereka menunda tugas kuliahnya.

Secara teoritis, mahasiswa dengan rasa takut gagal (*fear of failure*) yang tinggi cenderung mempersepsikan tugas yang belum jelas (ambigu) sebagai ancaman nyata yang akan mengungkap ketidakmampuan mereka atau memicu penilaian negatif dari lingkungan sosial, sehingga menunda mengerjakan tugas menjadi cara menghindari rasa malu dan kecemasan tersebut (Aldhi et al., 2026). Apabila mahasiswa juga memiliki kesulitan dalam mengendalikan emosinya, hubungan antara rasa takut gagal dan kebiasaan menunda tugas ini jadi semakin kuat, dan kepuasan belajar mereka pun ikut menurun (Duru et al., 2024). Mahasiswa yang perfeksionis dan terlalu peka terhadap kegagalan juga terbukti lebih mudah menghindar begitu ada tanda-tanda bahwa mereka bisa gagal (Yosopov et al., 2024). Selain itu, mahasiswa yang kurang percaya diri dengan kemampuan akademiknya dan sulit mengatur emosi juga lebih rentan menunda tugas (Rad et al., 2025).

Meskipun hubungan antara rasa takut gagal dan kebiasaan menunda tugas sudah banyak diteliti, alat ukur untuk kedua hal ini biasanya dibuat secara terpisah dan belum banyak yang disesuaikan khusus untuk mahasiswa Indonesia dengan menggabungkan alat ukur terbaru. *Skala Fear of Failure in Learning* yang dibuat oleh Choi (2021) dan sudah divalidasi Kembali oleh Wang et al., (2026) memperlihatkan cara mengukur rasa takut gagal dalam konteks pembelajaran. Sementara itu, *Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15)* hasil validasi dari González-Brignardello dan Sánchez-Elvira Paniagua (2023) memperlihatkan cara mengukur kebiasaan menunda tugas yang ringkas, reliabel, dan tidak terbatas pada bidang studi tertentu.

Sebagai salah satu perguruan tinggi dengan lingkungan akademik yang kompetitif di Indonesia, mahasiswa Universitas Airlangga menghadapi tuntutan untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi. Kondisi tersebut dapat menimbulkan rasa takut gagal (*fear of failure*) sekaligus mendorong munculnya kebiasaan menunda tugas akademik. Berdasarkan penelusuran literatur yang dilakukan dalam penelitian ini, belum ditemukan penelitian yang mengadaptasi dan menguji kedua instrumen tersebut secara bersama-sama pada mahasiswa Universitas Airlangga. Melihat adanya hubungan antara rasa takut gagal dan kebiasaan menunda tugas yang ditemukan dalam penelitian sebelumnya, semakin tinggi rasa takut gagal (*fear of failure*) yang dirasakan mahasiswa diduga dapat meningkatkan kecenderungan mereka untuk menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui secara lebih mendalam pengaruh rasa takut gagal terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga.

LANDASAN TEORI

Rasa Takut Gagal (*Fear of Failure*)

Rasa takut gagal merupakan bentuk penilaian emosional ketika seseorang menganggap kegagalan sebagai ancaman bagi harga dirinya, sekaligus berisiko mendatangkan penilaian

negatif dari lingkungan sekitar (Aldhi et al., 2026). Menurut Leonte (2023) kondisi ketakutan akan kegagalan ini melibatkan aspek emosi dan motivasi, di mana seseorang cenderung menghindari situasi yang berisiko gagal untuk menyelamatkan diri dari rasa malu dan canggung di depan umum.

Rasa takut gagal mendorong seseorang untuk mengambil jalur aman berupa tujuan penghindaran, artinya fokus utama mereka adalah bagaimana caranya agar tidak terlihat bodoh atau tidak tampil lebih buruk dari teman sebaya (Leonte, 2023).

Dalam konteks pengukuran rasa takut gagal pada lingkungan pendidikan tinggi, Choi (2021) mengembangkan *Fear of Failure in Learning Scale* guna menangkap ketakutan akan kegagalan secara spesifik di lingkungan perkuliahan. Skala tersebut kemudian diadaptasi dan diuji kembali oleh Wang et al. (2026) pada mahasiswa, yang hasilnya menunjukkan bahwa instrumen ini memiliki tingkat reliabilitas dan validitas yang sangat baik dengan empat dimensi utama, yaitu: a) Perasaan malu (*feeling of shame*), yaitu respons emosional berupa rasa malu dan jatuhnya harga diri ketika memperoleh hasil belajar yang buruk atau melakukan kesalahan di hadapan orang lain; b) Penghindaran kinerja (*performance avoidance*), yaitu kecenderungan menjauhi tugas, ujian, atau situasi menantang yang berpotensi memperlihatkan kekurangan diri atau membuat kinerja tampak di bawah teman sebaya; c) Ketidakberdayaan yang dipelajari (*learned helplessness*), yaitu keadaan psikologis negatif yang terbentuk setelah individu berulang kali mengalami peristiwa di luar kendalinya. Dalam konteks akademik, mahasiswa menganggap hasil tidak bisa berubah meski sudah berusaha maksimal, sehingga memilih menyerah; d) Hambatan diri (*self-handicapping*), yaitu seseorang yang cenderung mencari alasan atau menyalahkan faktor lain ketika menghadapi kemungkinan memperoleh hasil yang tidak sesuai, sehingga kegagalan tidak sepenuhnya dianggap sebagai kekurangan diri.

Dalam konteks akademik, rasa takut gagal berkaitan erat dengan penundaan dalam mengerjakan tugas. Tan dan Prihadi (2022) menunjukkan bahwa faktor harapan dan nilai tugas memegang peranan penting dalam menjembatani rasa takut gagal (*fear of failure*) dengan kebiasaan menunda tugas (*prokrastinasi akademik*), di mana rendahnya keyakinan untuk berhasil membuat mahasiswa semakin sering menunda tugas. Karim et al. (2021) meneliti rasa takut gagal pada mahasiswa di Indonesia dan menemukan bahwa mahasiswa dengan tingkat *fear of failure* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *prokrastinasi akademik* yang tinggi pula, yang menunjukkan bahwa *fear of failure* merupakan fenomena yang nyata dan berpengaruh dalam konteks lokal. Penelitian yang dilakukan oleh Duru et al. (2024) menunjukkan bahwa rasa takut gagal pada mahasiswa berkaitan dengan kesulitan dalam mengelola emosi ketika menghadapi tugas kuliah, sehingga mahasiswa dengan *fear of failure* tinggi lebih mudah mengalami penundaan sebagai bentuk penghindaran. Selain itu, Yosopov et al. (2024) juga mengaitkan rasa takut gagal dengan kecenderungan perfeksionis pada mahasiswa, di mana mahasiswa yang sangat takut gagal akan cenderung menghindari tugas karena khawatir hasilnya tidak sempurna.

Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (*Prokrastinasi akademik*)

Kebiasaan menunda tugas kuliah (*Prokrastinasi akademik*) merupakan perilaku menunda tugas atau kegiatan akademik yang sebenarnya sudah direncanakan/ dijadwalkan, meskipun individu tersebut mengetahui bahwa penundaan tersebut bisa menimbulkan dampak negatif (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023). Perilaku ini juga berhubungan dengan kesulitan mahasiswa dalam mengatur dan mengendalikan kegiatan belajarnya, sehingga tugas perkuliahan yang seharusnya dilakukan menjadi tertunda dan sulit untuk mencapai tujuan akademiknya (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023).

Dalam pengukuran *prokrastinasi akademik*, (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023). mengembangkan skala *Multidimensional Academic Procrastination Scale*

(MAPS-15) dengan penelitian terhadap 1.289 mahasiswa. Skala tersebut membagi prokrastinasi akademik menjadi tiga dimensi, yaitu: a) Prokrastinasi inti (*core procrastination*) menunjukkan kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam memulai dan melanjutkan pengerjaan tugas kuliah; b) Manajemen waktu yang buruk (*poor time management*) berkaitan dengan kebiasaan terlambat mengerjakan tugas dan tidak konsisten dalam belajar; c) Keterputusan dari tugas (*work disconnection*) menunjukkan kesulitan mahasiswa untuk tetap fokus menyelesaikan tugas tanpa sering berhenti atau melakukan aktivitas lain (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023).

Dalam konteks akademik, kebiasaan menunda tugas ini tidak terjadi begitu saja, melainkan dipicu oleh berbagai faktor psikologis. Karim et al. (2021) meneliti *prokrastinasi akademik* pada mahasiswa di Indonesia dan menemukan bahwa kebiasaan menunda tugas kuliah cukup tinggi, serta terkait dengan rendahnya regulasi diri dan tingginya rasa takut gagal. Penelitian yang dilakukan oleh Duru et al. (2024) menunjukkan bahwa kebiasaan menunda (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa berhubungan dengan kesulitan regulasi emosi dan rasa takut gagal, sehingga mahasiswa yang sulit mengelola emosi cenderung lebih sering menunda tugas. Sejalan dengan itu, penelitian Yosopov et al. (2024) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kecenderungan perfeksionis dan takut gagal memiliki tingkat *prokrastinasi akademik* yang lebih tinggi, karena mereka cenderung menghindari tugas yang berisiko menghasilkan kinerja tidak sempurna atau gagal. Sudirman et al. (2023) juga menemukan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa terkait dengan perfeksionisme dan rasa takut gagal, di mana mahasiswa menunda tugas sebagai strategi penghindaran dari kemungkinan gagal.

Hubungan antara Rasa Takut Gagal dan Prokrastinasi Akademik

Menurut Social Cognitive Theory, perilaku individu dipengaruhi oleh interaksi timbal balik antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan (Bandura, 2001). Dalam konteks akademik, rasa takut gagal sebagai faktor personal dapat berkaitan dengan munculnya perilaku penghindaran atau penundaan tugas. Dalam kondisi ini, rasa takut gagal dapat membuat mahasiswa memperkirakan kemungkinan bahwa suatu tugas akan memberikan hasil yang buruk. Apabila mahasiswa merasa tidak mampu mengatur manajemen waktu dan mengendalikan tugas yang dihadapi, kondisi tersebut bisa mengakibatkan mahasiswa untuk menghindari atau menunda tugas kuliah (Aldhi et al., 2026). Penelitian yang telah dilakukan oleh Duru et al. (2024) menunjukkan bahwa rasa takut gagal berpengaruh terhadap meningkatnya kebiasaan menunda tugas kuliah (*Prokrastinasi akademik*), salah satunya karena mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola emosi yang timbul saat menghadapi tugas kuliah. Perasaan takut gagal juga bisa berhubungan dengan kecenderungan sifat perfeksionis yang membuat mahasiswa lebih memilih untuk menghindari tugas (Yosopov et al., 2024). Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di Indonesia juga menunjukkan bahwa rasa takut gagal dapat berpengaruh terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*Prokrastinasi akademik*) (Karim et al., 2021). Selain itu, rasa takut gagal juga memiliki hubungan terhadap perfeksionisme dalam menjelaskan kecenderungan mahasiswa untuk menghindari atau menunda dalam mengerjakan tugas (Sudirman et al., 2023).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei *cross-sectional non-eksperimental*. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk menguji pengaruh Rasa Takut Gagal (*fear of failure*) sebagai variabel independen (X) terhadap Kebiasaan Menunda Tugas

Kuliah (*prokrastinasi akademik*) sebagai variabel dependen (Y) pada mahasiswa Universitas Airlangga.

Desain *cross-sectional* dipilih karena pengukuran variabel independen dan dependen dilakukan pada satu periode waktu yang sama terhadap responden, tanpa adanya perlakuan (treatment) atau manipulasi variabel oleh peneliti, sehingga penelitian ini termasuk dalam kategori *non-eksperimental*. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif asosiatif yang bertujuan menganalisis pengaruh variabel X terhadap variabel Y.

Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Universitas Airlangga. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability sampling* dengan *purposive sampling*. Peneliti menetapkan kriteria khusus untuk menentukan sampel yang memenuhi kriteria, yaitu mahasiswa aktif Universitas Airlangga yang memiliki pengalaman mengerjakan tugas kuliah dan bersedia untuk mengisi kuisisioner penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuisisioner kepada mahasiswa Universitas Airlangga dari berbagai program studi dan angkatan. Selanjutnya, peneliti melakukan proses penyaringan (*screening*) terhadap seluruh data yang masuk. Data dari responden yang tidak memenuhi kriteria yang telah ditentukan akan dieleminasi, sehingga hanya data yang memenuhi kriteria yang digunakan sebagai sampel akhir penelitian.

Variabel Penelitian

Variabel Independen (X) : Rasa Takut Gagal (*Fear of Failure*).

Variabel Dependen (Y) : Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (*Prokrastinasi Akademik*) Pada Mahasiswa Universitas Airlangga

Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional dan penyusunan instrumen dalam penelitian ini disusun berdasarkan adaptasi dimensi serta indikator dari *Fear of Failure in Learning Scale* (Wang et al., 2026; Choi, 2021) dan *Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15)* oleh González-Brignardello dan Sánchez-Elvira Paniagua (2023). sebagaimana dirangkum pada Tabel 1.

Variabel	Dimensi	Indikator	Jumlah Soal
Rasa Takut Gagal (<i>Fear of Failure</i>) (X)	Perasaan Malu (<i>feeling of shame</i>)	Malu ketika melakukan kesalahan dalam belajar	2
		Malu ketika memperoleh hasil belajar yang buruk	2
	Penghindaran Kinerja (<i>performance avoidance</i>)	Menghindari tugas yang sulit	2
		Menghindari situasi yang berpotensi mengalami kegagalan	2
		Menghindari keterlibatan	2
	Ketidakberdaya	Menganggap kegagalan	2

Variabel	Dimensi	Indikator	Jumlah Soal
	n yang Dipelajari (<i>learned helplessness</i>)	disebabkan keterbatasan kemampuan diri	
		Memandang orang lain lebih mampu daripada diri sendiri	2
		Memandang hasil sebagai sesuatu yang sulit dikendalikan atau diperbaiki	2
	Hambatan Diri (<i>self-handicapping</i>)	Mencari alasan atas hasil yang buruk	1
		Menyalahkan orang lain dan keadaan atas kesalahan	2
Kebiasaan Menunda Tugas (<i>Prokrastinasi Akademik</i>) (Y)	Prokrastinasi Inti	Kurangnya kepedulian terhadap tugas	2
		Kesulitan memulai mengerjakan	2
		Penundaan pengerjaan	1
	Manajemen Waktu Buruk	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	2
		Ketidakkonsistena n dalam menjalankan tugas	3
	Keterputusan dari Tugas	Sering menghentikan tugas/ Pengerjaan tugas yang tidak sistematis	2
		Perencanaan tugas yang tidak realistis	1

Sumber: diadaptasi dari (Wang et al. 2026; Choi, 2021)) dan González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua (2023).

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup dengan skala Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju). Butir pernyataan variabel rasa takut gagal diadaptasi dan diterjemahkan dari *Fear of Failure in Learning Scale* (Wang et al., 2026), sedangkan butir pernyataan variabel kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) diadaptasi dari

Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15) (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023).

Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui kuesioner daring (*Google Form*) yang disebarikan kepada mahasiswa Universitas Airlangga yang memenuhi kriteria sampel. Pengumpulan data dilakukan dalam kurun waktu beberapa hari untuk menjangkau responden dari berbagai program studi dan angkatan. Kuesioner yang diisi tidak lengkap tidak digunakan dalam analisis.

Penelitian ini memperhatikan prinsip etika penelitian, yaitu kesukarelaan, kerahasiaan, dan anonimitas. Identitas responden tidak dicantumkan dalam data analisis sehingga terjaga kerahasiaannya.

Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan bantuan program SPSS. Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk memprediksi perubahan pada variabel dependen berdasarkan perubahan pada satu variabel independen, dengan persamaan $Y = a + bX$, di mana Y adalah Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (prokrastinasi akademik), X adalah Rasa Takut Gagal (fear of failure), a adalah konstanta, dan b adalah koefisien regresi yang menunjukkan besarnya perubahan Y untuk setiap perubahan satu satuan pada X (Sugiyono, 2023). Tahapan analisis data disusun sebagai berikut.

1. Uji Validitas.

Uji validitas digunakan untuk menjamin keakuratan dan keabsahan alat ukur penelitian dengan menghitung nilai korelasi (r) antara skor setiap item pernyataan dan skor total, menggunakan teknik korelasi Pearson product moment (Sugiyono, 2023). Nilai r hitung pada setiap item dibandingkan dengan nilai r tabel pada derajat bebas (df) = $n - 2$ dan taraf signifikansi 5% (0,05). Suatu item pernyataan dinyatakan valid apabila nilai r hitung > r tabel dan nilai signifikansi < 0,05 (Sugiyono, 2023).

2. Uji Reliabilitas.

Uji reliabilitas digunakan untuk mengetahui seberapa jauh hasil pengukuran instrumen tetap konsisten apabila dilakukan pengukuran ulang, menggunakan koefisien Cronbach's Alpha (Sugiyono, 2023). Suatu instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach's Alpha > 0,60, sedangkan apabila nilai koefisien berada di bawah 0,60 maka instrumen dinyatakan tidak reliabel (Sugiyono, 2023).

3. Uji Normalitas.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data residual dalam model regresi berdistribusi normal atau tidak, menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test (Ghozali, 2021). Data residual dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi > 0,05, sebaliknya data dinyatakan tidak berdistribusi normal apabila nilai signifikansi < 0,05 (Ghozali, 2021). Normalitas data juga diperiksa secara visual melalui grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual dan histogram residual.

4. Uji Linieritas.

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel Rasa Takut Gagal (X) dan Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y) bersifat linear, menggunakan uji Compare

Means (Test for Linearity) pada program SPSS. Hubungan antarvariabel dinyatakan linear apabila nilai signifikansi pada Deviation from Linearity $> 0,05$ (Ghozali, 2021).

5. Analisis Regresi linier sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh Rasa Takut Gagal (X) terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y) dengan bantuan IBM SPSS. Persamaan regresi yang digunakan adalah $Y = a + bX$, dengan Y sebagai variabel dependen, X sebagai variabel independen, a sebagai konstanta, dan b sebagai koefisien regresi. Pengujian dilakukan pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka terdapat pengaruh yang signifikan antara Rasa Takut Gagal terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah.

6. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel Rasa Takut Gagal (*Fear Of Failure*) (X) berpengaruh terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (*prokrastinasi akademik*) (Y), baik secara parsial maupun simultan. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini terdiri dari uji F (simultan), uji t (parsial), dan uji koefisien determinasi (R^2), dengan penjelasan sebagai berikut :

a) Uji F (Simultan)

Uji F digunakan untuk mengetahui kelayakan model regresi dalam menjelaskan pengaruh Rasa Takut Gagal (X) terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y). Pengujian dilakukan dengan bantuan IBM SPSS pada taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Model regresi dinyatakan signifikan atau layak digunakan apabila nilai Sig. $< 0,05$ atau F hitung $> F$ tabel. Sebaliknya, apabila nilai Sig. $> 0,05$ atau F hitung $< F$ tabel, maka model regresi dinyatakan tidak signifikan.

b) Uji t (Parsial)

Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh Rasa Takut Gagal (X) secara parsial terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y). Nilai t tabel dihitung berdasarkan derajat bebas (df) = $n - k - 1$ pada taraf signifikansi 5% (dua sisi). Apabila nilai Sig. $< 0,05$ atau t hitung $> t$ tabel, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

c) Uji Koefisien Determinasi (R^2).

Uji R^2 digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel Rasa Takut Gagal (X) dalam menjelaskan variasi yang terjadi pada variabel Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y).

HASIL

Karakteristik Responden

Proses pengumpulan data dalam penelitian ini berhasil mengumpulkan total 79 pengisian kuesioner dari mahasiswa Universitas Airlangga. Setelah dilakukan tahapan seleksi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, sebanyak 67 responden ($n = 67$) dinyatakan memenuhi syarat sebagai sampel penelitian, yaitu mahasiswa aktif Universitas Airlangga yang memiliki pengalaman mengerjakan tugas kuliah dan bersedia untuk mengisi kuesioner. Seluruh kuesioner dari 67 responden tersebut dinyatakan terisi secara lengkap dan memenuhi kelayakan untuk digunakan dalam pengujian instrumen maupun pengujian hipotesis.

Berdasarkan data dari hasil kuisioner yang diperoleh, karakteristik responden didominasi oleh mahasiswa yang berasal dari Fakultas Vokasi yaitu sebesar 91,0%, serta mahasiswa dari angkatan 2024 yang mencapai 73,1%.

Uji Validitas

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Rasa Takut Gagal (X)

Item	r hitung	r tabel	Sig.	Ket.
X1	0,555	0,240	<0,001	Valid
X2	0,522	0,240	<0,001	Valid
X3	0,360	0,240	0,003	Valid
X4	0,368	0,240	0,002	Valid
X5	0,500	0,240	<0,001	Valid
X6	0,343	0,240	0,004	Valid
X7	0,605	0,240	<0,001	Valid
X8	0,484	0,240	<0,001	Valid
X9	0,525	0,240	<0,001	Valid
X10	0,405	0,240	<0,001	Valid
X11	0,648	0,240	<0,001	Valid
X12	0,582	0,240	<0,001	Valid
X13	0,514	0,240	<0,001	Valid
X14	0,399	0,240	<0,001	Valid
X15	0,480	0,240	<0,001	Valid
X16	0,329	0,240	0,007	Valid
X17	0,364	0,240	0,002	Valid
X18	0,308	0,240	0,011	Valid
X19	0,526	0,240	<0,001	Valid

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji validitas variabel Rasa Takut Gagal (*Fear Of Failure*) (X) menunjukkan bahwa seluruh item variabel Rasa Takut Gagal (X1 hingga X19) memiliki nilai r_{hitung} yang berkisar antara 0,308 sampai 0,648, lebih besar dari nilai r_{tabel} (0,240), serta nilai signifikansi seluruhnya berada di bawah 0,05 (Sig. < 0,05). Dengan demikian, seluruh item pernyataan variabel X dinyatakan valid.

Hasil Uji Validitas Variabel Kebiasaan menunda tugas kuliah (prokrastinasi akademik) (Y)

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y)

Item	r hitung	r tabel	Sig.	Ket.
Y1	0,451	0,240	<0,001	Valid
Y2	0,732	0,240	<0,001	Valid
Y3	0,441	0,240	<0,001	Valid
Y4	0,720	0,240	<0,001	Valid

Item	r hitung	r tabel	Sig.	Ket.
Y5	0,701	0,240	<0,001	Valid
Y6	0,619	0,240	<0,001	Valid
Y7	0,679	0,240	<0,001	Valid
Y8	0,752	0,240	<0,001	Valid
Y9	0,599	0,240	<0,001	Valid
Y10	0,663	0,240	<0,001	Valid
Y11	0,516	0,240	<0,001	Valid
Y12	0,615	0,240	<0,001	Valid
Y13	0,650	0,240	<0,001	Valid

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji validitas variabel Kebiasaan menunda tugas kuliah (prokrastinasi akademik) (Y) menunjukkan bahwa seluruh item Y1 sampai Y13 memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel, dengan nilai r hitung berkisar antara 0,441 sampai 0,752 yang lebih besar dari nilai r_{tabel} (0,240) serta nilai signifikansi seluruhnya lebih kecil dari 0,05 (Sig. < 0,05). Dengan demikian, seluruh 13 item pernyataan pada variabel Y dinyatakan valid.

Berdasarkan hasil uji validitas pada variabel X dan Y tersebut menunjukkan bahwa instrumen yang diadaptasi dari *Fear of Failure in Learning Scale* (Choi, 2021; Wang et al., 2026) dan *Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15)* (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023) memiliki validitas yang baik ketika digunakan untuk penelitian pada mahasiswa Universitas Airlangga. Berdasarkan uji validitas item, seluruh butir pada variabel X dan Y memenuhi kriteria validitas yang ditetapkan.

Uji Reliabilitas

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	N Item	Ket.
Rasa Takut Gagal (X)	0,804	19	Reliabel
Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y)	0,870	13	Reliabel

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji reliabilitas memperlihatkan bahwa instrumen Rasa Takut Gagal (X) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,804, sedangkan instrumen Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,870. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,60.

Nilai Cronbach's Alpha di atas 0,60 menunjukkan bahwa butir-butir dalam kedua instrumen memiliki konsistensi internal yang baik. Artinya, responden cenderung memberikan jawaban yang konsisten antarbutir dalam mengukur variabel yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen tidak hanya valid, tetapi juga reliabel untuk digunakan pada konteks mahasiswa Universitas Airlangga.

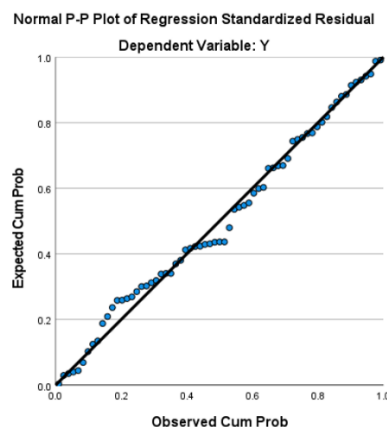
Hasil ini memperkuat hasil uji validitas dan menunjukkan bahwa adaptasi instrumen dari *Fear of Failure in Learning Scale* (Choi, 2021; Wang et al., 2026) dan *Multidimensional Academic Procrastination Scale (MAPS-15)* (González-Brignardello & Sánchez-Elvira Paniagua, 2023) ke dalam bahasa Indonesia menghasilkan alat ukur yang konsisten. Dengan demikian, skor yang diperoleh dari kedua variabel dapat dipercaya sebagai gambaran tingkat rasa takut gagal dan prokrastinasi akademik yang dialami responden.

Uji Normalitas

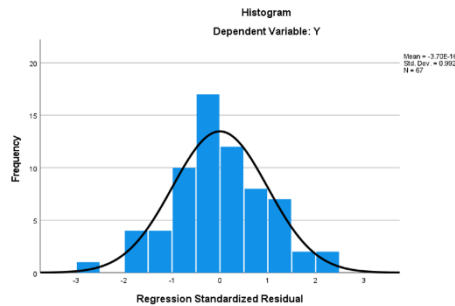
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Unstandardized Residual
N			67
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		.0000000
	Std. Deviation		7.88768754
Most Extreme Differences	Absolute		.086
	Positive		.086
	Negative		-.077
Test Statistic			.086
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.234
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.223
		Upper Bound	.245

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.
d. This is a lower bound of the true significance.
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200, lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data residual berdistribusi normal dan asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi. Selain menggunakan uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov, normalitas data juga dapat dilihat melalui Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual dan Histogram sebagai berikut:



Berdasarkan grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual di atas, terlihat bahwa titik-titik data menyebar di sekitar garis diagonal dan pengumpulannya secara umum mengikuti arah garis lurus dari kiri bawah menuju kanan atas. Hal ini menunjukkan bahwa nilai residual dalam model regresi ini berdistribusi normal.



Berdasarkan grafik Histogram *Regression Standardized Residual* di atas, grafik menunjukkan pola kurva lonceng (simetris) yang melengkung secara sempurna di bagian tengah dan tidak miring ke kiri maupun ke kanan. Batang-batang histogram juga secara umum mengikuti bentuk garis kurva normal tersebut. Hal ini menandakan bahwa data residual berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas dalam model regresi linier ini telah terpenuhi.

Uji Linearitas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	2171.232	28	77.544	1.083	.404
	Linearity	784.635	1	784.635	10.963	.002
	Deviation from Linearity	1386.597	27	51.355	.718	.814
Within Groups		2719.633	38	71.569		
Total		4890.866	66			

Berdasarkan hasil uji linearitas diperoleh nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,814. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi (0,05) , yaitu $0,814 > 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel Rasa Takut Gagal (*Fear Of Failure*) (X) dan Kebiasaan menunda tugas kuliah (prokrastinasi akademik) (Y) dinyatakan linear dan asumsi linearitas telah terpenuhi.

Hasil ini menunjukkan bahwa perubahan pada rasa takut gagal memiliki pola hubungan yang searah dan dapat dijelaskan melalui model linear terhadap perubahan prokrastinasi akademik. Artinya, setiap peningkatan rasa takut gagal diperkirakan meningkatkan prokrastinasi akademik secara selaras pada berbagai tingkat skor.

Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana digunakan untuk memprediksi perubahan yang terjadi pada variabel dependen berdasarkan perubahan pada satu variabel independen. Analisis ini didasarkan pada hubungan fungsional antara satu variabel bebas (X) dengan satu variabel terikat (Y). Persamaan regresi linear sederhana dapat dituliskan sebagai $Y = a + bX$, dengan Y sebagai variabel dependen, X sebagai variabel independen, a sebagai konstanta, dan b sebagai koefisien regresi yang menunjukkan perubahan nilai Y ketika nilai X mengalami perubahan satu satuan

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	14.404	5.912	2.437	.018
	X	.377	.107	3.524	<.001

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan hasil Coefficients pada tabel, persamaan regresi linear sederhana yang diperoleh adalah:

$$Y = 14,404 + 0,377X$$

Berdasarkan persamaan regresi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Nilai konstanta sebesar 14,404 menunjukkan bahwa apabila Rasa Takut Gagal (X) bernilai 0, maka nilai Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y) sebesar 14,404.
2. Koefisien regresi Rasa Takut Gagal (X) sebesar 0,377 menunjukkan bahwa Rasa Takut Gagal berpengaruh positif terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah. Artinya, setiap kenaikan satu satuan skor rasa takut gagal berkaitan dengan kenaikan skor prokrastinasi akademik sebesar 0,377 satuan berdasarkan model regresi.. Nilai Sig. sebesar $0,001 < 0,05$, sehingga Rasa Takut Gagal berpengaruh signifikan terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah.

Selain itu, nilai Standardized Beta sebesar 0,401 menunjukkan arah hubungan positif antara Rasa Takut Gagal dan Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah. Artinya, semakin tinggi Rasa Takut Gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk menunda tugas kuliah. Sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat rasa takut gagal yang lebih rendah cenderung menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang lebih rendah.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah variabel Rasa Takut Gagal (*Fear Of Failure*) (X) berpengaruh terhadap Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah/prokrastinasi akademik (Y), baik secara parsial maupun simultan. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini terdiri dari uji F (simultan), uji t (parsial), dan uji koefisien determinasi (R^2) dengan hasil sebagai berikut:

A. Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah model regresi yang dibentuk layak (*fit*) digunakan untuk memprediksi variabel dependen. Dasar pengambilan keputusan yang digunakan adalah apabila nilai Sig. $< 0,05$, maka model regresi dinyatakan signifikan. Sebaliknya, apabila nilai Sig. $> 0,05$ maka model regresi dinyatakan tidak signifikan.

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	784.635	1	784.635	12.420	.001 ^b
	Residual	4106.231	65	63.173		
	Total	4890.866	66			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan tabel ANOVA, diperoleh nilai F sebesar 12,420 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$), sehingga model regresi dinyatakan signifikan. Artinya, rasa takut gagal berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Airlangga. Hasil yang signifikan juga menunjukkan bahwa variabel rasa takut gagal (*fear of failure*) (X) secara statistik mampu memprediksi perubahan pada variabel kebiasaan menunda tugas (*prokrastinasi akademik*) (Y) dengan baik.

B. Uji t (Parsial)

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1					
	(Constant)	14.404		2.437	.018
	X	.377	.107	.401	.001

a. Dependent Variable: Y

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan Tabel Coefficients, Hasil uji t menunjukkan bahwa rasa takut gagal memiliki nilai t hitung sebesar 3,524 dengan nilai signifikansi sebesar 0,001. Nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan, maka hipotesis penelitian (H1) diterima, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara rasa takut gagal (*fear of failure*) terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga.

C. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Berdasarkan hasil *Model Summary*, diperoleh nilai R sebesar 0,401, nilai R Square sebesar 0,160, dan nilai Adjusted R Square sebesar 0,148.

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.401 ^a	.160	.148	7.94813
a. Predictors: (Constant), X				
b. Dependent Variable: Y				

Sumber: Hasil olahan data SPSS (2026).

Berdasarkan Tabel Model Summary, nilai R Square sebesar 0,160 menunjukkan bahwa variabel Rasa Takut Gagal (*Fear Of Failure*) (X) mampu menjelaskan sebesar 16,0% variasi yang terjadi pada variabel Kebiasaan Menunda Tugas Kuliah (Y), sedangkan sisanya sebesar 84,0% variasi prokrastinasi akademik berada di luar penjelasan model penelitian ini dan dapat berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti.

Nilai R sebesar 0,401 menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variable. Artinya rasa takut gagal (*fear of failure*) memiliki keterkaitan yang nyata dengan kebiasaan menunda tugas (*prokrastinasi akademik*).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa takut gagal (*fear of failure*) berpengaruh positif dan signifikan terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga. Hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,001 yang lebih kecil dari 0,05. Selain itu, koefisien regresi sebesar 0,377 menunjukkan bahwa pengaruh rasa takut gagal terhadap prokrastinasi akademik memiliki arah positif. Artinya, semakin tinggi rasa takut gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas kuliah.

Hasil analisis regresi menunjukkan persamaan $Y = 14,404 + 0,377X$. Koefisien regresi sebesar 0,377 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada rasa takut gagal diikuti dengan peningkatan skor prokrastinasi akademik sebesar 0,377 satuan. Hasil ini menggambarkan bahwa rasa takut gagal dapat berkaitan dengan kecenderungan mahasiswa untuk menunda pengerjaan tugas. Ketika mahasiswa merasa khawatir terhadap kemungkinan memperoleh hasil yang kurang baik atau mengalami kegagalan, mereka dapat menjadi lebih ragu untuk mulai mengerjakan tugas sehingga pengerjaannya cenderung ditunda. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara rasa takut gagal dan *prokrastinasi akademik* (Karim et al., 2021; Duru et al., 2024).

Besarnya kontribusi rasa takut gagal terhadap prokrastinasi akademik dapat dilihat dari nilai R Square sebesar 0,160. Hasil tersebut menunjukkan bahwa rasa takut gagal mampu menjelaskan 16,0% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Airlangga. Sementara itu, sebesar 84,0% lainnya berada di luar penjelasan model dan dapat berkaitan dengan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dengan demikian, rasa takut gagal merupakan salah

satu faktor yang berhubungan dengan munculnya prokrastinasi akademik, tetapi bukan satu-satunya faktor yang dapat menjelaskan kebiasaan mahasiswa dalam menunda tugas.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa takut gagal (*fear of failure*) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga. Dengan demikian, H1 diterima yaitu terdapat pengaruh yang signifikan antara rasa takut gagal (*fear of failure*) terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa takut gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin besar pula kecenderungan mereka untuk melakukan prokrastinasi akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa rasa takut gagal (*fear of failure*) berpengaruh positif dan signifikan secara statistik terhadap kebiasaan menunda tugas kuliah (*prokrastinasi akademik*) pada mahasiswa Universitas Airlangga. Artinya, semakin tinggi rasa takut gagal yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Dengan demikian, H1 diterima, yaitu terdapat pengaruh antara rasa takut gagal terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Airlangga.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rasa takut gagal memberikan kontribusi sebesar 16,0% terhadap variasi prokrastinasi akademik, sedangkan 84,0% lainnya dapat berkaitan dengan faktor lain di luar penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa rasa takut gagal merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik, tetapi bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kecenderungan mahasiswa dalam menunda tugas kuliah.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa rasa takut gagal berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

- A. Bagi mahasiswa, mahasiswa diharapkan dapat mengenali dan mengelola rasa takut gagal ketika menghadapi tugas kuliah. Rasa takut terhadap hasil yang tidak sesuai harapan sebaiknya tidak dijadikan alasan untuk menghindari atau menunda tugas.
- B. Bagi pihak Universitas Airlangga, hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam memberikan dukungan kepada mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik. Program pendampingan dapat diarahkan tidak hanya pada kemampuan mengatur waktu, tetapi juga pada kemampuan mahasiswa dalam menghadapi kegagalan, membangun keyakinan terhadap kemampuan diri, dan mengelola tekanan akademik.
- C. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan lebih beragam dari berbagai fakultas, program studi, dan angkatan, mengingat responden penelitian ini didominasi mahasiswa Fakultas Vokasi sebesar 91,0% dan angkatan 2024 sebesar 73,1%. Penelitian selanjutnya juga dapat memasukkan faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan prokrastinasi akademik, seperti regulasi diri, manajemen waktu, efikasi diri akademik, motivasi belajar, perfeksionisme, stres akademik, beban akademik, dan penggunaan media sosial. Selain itu, penggunaan desain longitudinal dapat dipertimbangkan untuk melihat perubahan rasa takut gagal dan prokrastinasi akademik dari waktu ke waktu sehingga hubungan antara kedua variabel dapat dipahami secara lebih mendalam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu selama proses penelitian ini berlangsung. Terima kasih kepada Dr. Amaliyah, Erindah Dimisyqiyani, Gagas Gayuh Aji, Rizky Amalia Sinulingga, I Kadek Candika Wira Angga, Syafira Nur Arofah selaku dosen pembimbing mata kuliah Metodologi Penelitian yang telah memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dari awal penyusunan hingga penelitian ini selesai. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh mahasiswa Universitas Airlangga yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian ini, sehingga data yang dibutuhkan dapat terkumpul dengan baik. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi pihak-pihak yang membutuhkan, khususnya dalam upaya memahami dan mengatasi kebiasaan menunda tugas kuliah pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldhi, I. F., Suhariadi, F., Rahmawati, E., Supriharyanti, E., Hardaningtyas, D., Sugiarti, R., Abbas, A., & Trihantoyo, S. (2026). *Fear of failure*, procrastination, and academic performance in higher education. *Humanities and Social Sciences Communications*, 13, Article 731. <https://doi.org/10.1057/s41599-026-07088-0>
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52, 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Choi, B. (2021). I'm afraid of not succeeding in learning: Introducing an instrument to measure higher education students' *fear of failure* in learning. *Studies in Higher Education*, 46(11), 2107-2121. <https://doi.org/10.1080/03075079.2020.1712691>
- 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(3), 2901-2914. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00868-9>
- Ghasempour, S., Mahmoodi-Aghdam, M., & Samimi, H. (2024). Academic procrastination and its correlates among university students. *BMC Psychology*, 12, Article 225. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01731-8>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 26* (Edisi 10). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- González-Brignardello, M. P., & Sánchez-Elvira Paniagua, Á. (2023). Dimensional structure of MAPS-15: Validation of the Multidimensional Academic Procrastination Scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3201. <https://doi.org/10.3390/ijerph20043201>
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku prokrastinasi akademik dan faktor penyebabnya pada mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145-157. <https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.1907>
- Karim, N. F., Minarni, & Alim, S. (2021). Can *fear of failure* predict academic procrastination? A study of Indonesian university students. *Inspira: Indonesian Journal of Psychological Research*, 2(2), 85-92. <https://doi.org/10.32505/inspira.v2i2.3402>
- Kooren, N. S., Van Nooijen, C., & Paas, F. (2024). The influence of active and passive procrastination on academic performance: A meta-analysis. *Education Sciences*, 14(3), 323. <https://doi.org/10.3390/educsci14030323>
- Leonte, R.-E. (2023). Relationship between achievement goal orientation, *fear of failure* and academic performance. *Educația* 21(26), 131-138. <https://doi.org/10.24193/ed21.2023.26.14>
- Rad, H. F., Bordbar, S., Bahmaei, J., Vejdani, M., & Yusefi, A. R. (2025). Predicting academic procrastination of students based on academic self-efficacy and emotion-regulation difficulties. *Scientific Reports*, 15, Article 3003. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-87664-7>
- Sudirman, S. A., Reza, F. A., Yusri, N. A., Rina, R., & Bah, M. (2023). Putting off until tomorrow: Academic procrastination, perfectionism, and *fear of failure*. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 4(1), 136-153. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v4i1.17576>
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi 3). Alfabeta.

- Svartdal, F., & Løkke, J. A. (2022). The ABC of academic procrastination: Functional analysis of a detrimental habit. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1019261. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1019261>
- Tan, E. W.-Y., & Prihadi, K. D. (2022). *Fear of failure* and academic procrastination among university students: The role of achievement expectancy and year of study. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 11(1), 69-77. <https://doi.org/10.11591/ijere.v11i1.22201>
- Wang, L., Mohamad Nor, A., & Yahya, A. N. (2026). Psychometric properties for *Fear of Failure* in Learning Scale among postgraduates: A Rasch model analysis. *SAGE Open*, 16(2). <https://doi.org/10.1177/21582440261451567>
- Yosopov, L., Saklofske, D. H., Smith, M. M., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2024). Failure sensitivity in perfectionism and procrastination: *Fear of failure* and overgeneralization of failure as mediators of traits and cognitions. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 42(7), 705-724. <https://doi.org/10.1177/07342829241249784>