

**HUBUNGAN PERFEKSIONISME DENGAN *FEAR OF FAILURE* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi**

OLEH:

DINAH NURKHALISHA

04041281924031

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA**

2024

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN PERFEKSIONISME DENGAN *FEAR OF FAILURE* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh :

DINAH NURKHALISHA

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 5 Desember 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I

Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP.198409222018032001

Pembimbing II

Dewi Anggraini, S.Psi., MA
NIP.198311022012092201

Penguji I

Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si
NIP.199407072018031001

Penguji II

Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog
NIP. 199010282018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar sarjana

Palembang, 5 Desember 2023



Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si
NIP.197805212002122004

LEMBAR PERSETUJUAN
UJIAN SKRIPSI

Nama : Dinah Nurkhalisha
NIM : 04041281924031
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Antara Perfeksionisme dengan *Fear of Failure* Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi

Indralaya, 27 November 2023

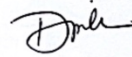
Menyetujui,

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP.198409222018032001



Dewi Anggraini, S.Psi., MA
NIP.198311022012092201

Mengetahui,
Ketua Bagian Psikologi



Sayang Ajeng Mardiyah, S.Psi., M.Si.
NIP. 197805212002122004

HALAMAN MOTTO

*“never be ashamed of trying, effortlessnes is a myth.
everything you lose is a step you take
just take the moment and taste it
you’ve got no reason to be afraid
you’re your own, kid!
you always have been”*

T.S <3

HALAMAN PERSEMBAHAN

*skripsi ini saya persembahkan
untuk orang-orang yang saya cintai dan sayangi <3*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, Dinah Nurkhalisha, dengan disaksikan oleh tim dosen penguji skripsi, menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam penelitian ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Indralaya, 5 Desember 2023
Yang menyatakan,



Dinah Nurkhalisha
NIM. 04041281924031

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Perfeksionisme dengan *Fear of Failure* Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi". Laporan ini disusun untuk memenuhi tugas akhir (skripsi) di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.

Peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang telah mempermudah dan memperlancar proses pengerjaan skripsi.
2. Bapak Prof. Dr. Taufik Marwa, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
4. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si., selaku Ketua Bagian Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
5. Ibu Marisya Pratiwi, M. Psi., Psikolog, selaku Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
6. Ibu Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy, selaku Dosen Pembimbing 1 dan Ibu Dewi Anggraini, S.Psi., M, selaku Dosen Pembimbing 2
7. Bapak Indra Prapto Nugroho, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Penguji 1 dan Ibu Rosada Dwi Iswari, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Penguji 2.

8. Bapak Muhammad Zainal Fikri, S.Psi., M.A selaku dosen pembimbing akademik
9. Seluruh Dosen dan Staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang senantiasa membantu dalam proses perkuliahan
10. Kedua orang tua, Bapak dan Umi, *number one support system* peneliti yang tidak pernah berhenti memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang selama proses perkuliahan dan penyusunan skripsi.
11. Kepada keluarga besar akas dan lemabang yang telah mendoakan dan memberikan dukungan kepada peneliti.
12. Kepada Ahmad, Salsa, Jasmine, Hanna, Tasya, dan Arahma yang telah mendukung dan menemani peneliti selama proses perkuliahan hingga akhir.
13. Kepada teman-teman *owlster master* yang telah menemani masa-masa perkuliahan.
14. Terakhir, terima kasih kepada mba Taylor Swift yang telah menemani peneliti disaat jatuh dan bangkit dengan karya yang sangat luar biasa indah. “*Long Live!... i had a time of my life, fighting dragons with you..*”

Dengan selesainya tugas akhir (skripsi) ini, diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi peneliti maupun bagi para pembaca.

Indralaya, 29 November 2023



Dinah Nurkhalisha
NIM. 04041281924031

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	7
DAFTAR ISI.....	9
DAFTAR TABEL.....	12
DAFTAR LAMPIRAN	14
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis.....	9
2. Manfaat Praktis.....	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II	19
LANDASAN TEORI.....	19
A. <i>Fear of Failure</i>	19
1. Pengertian <i>Fear of Failure</i>	19
2. Faktor yang mempengaruhi <i>fear of failure</i>	19
3. Dimensi <i>Fear of Failure</i>	21
B. Perfeksionisme.....	22

1.	Pengertian Perfeksionisme	22
2.	Faktor yang Mempengaruhi Perfeksionisme	23
3.	Aspek Perfeksionisme	24
C.	Hubungan Antara Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i>	26
D.	Kerangka Berpikir	29
E.	Hipotesis Penelitian	29
BAB III	30
METODE PENELITIAN	30
A.	Identifikasi Variabel	30
B.	Definisi Operasional Variabel.....	30
1.	<i>Fear of Failure</i>	30
2.	Perfeksionisme	31
C.	Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
1.	Populasi Penelitian	31
2.	Sampel Penelitian	32
D.	Metode Pengumpulan Data.....	33
E.	Validitas dan Reliabilitas.....	36
1.	Validitas	36
2.	Reliabilitas	37
F.	Metode Analisis Data	38
1.	Uji Asumsi	38
2.	Uji Hipotesis.....	39
BAB IV	41
HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A.	Orientasi Kacah Penelitian	41
B.	Laporan Pelaksanaan Penelitian	42
A.	Persiapan Administrasi	42
B.	Persiapan Alat Ukur	43
C.	Pelaksanaan Penelitian	48

C. Hasil Penelitian.....	52
1. Deskripsi Subjek Penelitian	52
2. Deskripsi Data Penelitian	56
3. Hasil Analisis Data Penelitian	59
D. Hasil Analisis Tambahan.....	64
1. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of failure</i> berdasarkan Jenis Kelamin.....	64
2. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of failure</i> berdasarkan Usia 66	
3. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i> berdasarkan Asal Universitas	68
4. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i> berdasarkan Progres Skripsi	69
5. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i> berdasarkan Pengalaman Mengulang Ujian Skripsi.....	74
6. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i> berdasarkan Lingkungan Tempat Tinggal	75
7. Uji Beda Perfeksionisme dengan <i>Fear of Failure</i> berdasarkan Jurusan.....	77
E. Pembahasan	80
BAB V.....	86
KESIMPULAN DAN SARAN	86
A. Kesimpulan	86
B. Saran.....	86
1. Bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi	86
2. Bagi peneliti selanjutnya.....	86
DAFTAR PUSTAKA	89
LAMPIRAN.....	99

DAFTAR TABEL

Table 3.1	Pedoman Penilaian Setiap Aitem Skala Penelitian	33
Table 3.2	Blueprint Skala Fear of Failure	34
Table 3.3	Blueprint Skala Perfeksionisme	36
Table 4.1	Distribusi Skala Fear of Failure Aitem Valid dan Gugur	45
Table 4.2	Distribusi Skala Fear of Failure Aitem Valid dan Gugur	45
Table 4.3	Distribusi Skala Perfeksionisme Aitem Valid dan Gugur	47
Table 4.4	Distribusi Skala Perfeksionisme Aitem Valid dan Gugur	48
Table 4.5	Penyebaran Skala Try Out	50
Table 4.6	Deskripsi jenis kelamin subjek penelitian	52
Table 4.7	Deskripsi usia subjek penelitian	52
Table 4.8	Deskripsi asal universitas	53
Table 4.9	Deskripsi Angkatan	53
Table 4.10	Deskripsi Asal Daerah	53
Table 4.11	Deskripsi Tempat Tinggal	54
Table 4.12	Deskripsi Progres Mengerjakan Skripsi	54
Table 4.13	Deskripsi Pengalaman Mengulang Ujian Skripsi	55
Table 4.14	Deskripsi Data Deskriptif Subjek Penelitian	56
Table 4.15	Formulasi Kategorisasi	56
Table 4.16	Deskripsi Kategorisasi Variabel High Standard	57
Table 4.17	Deskripsi Kategorisasi Variabel Order	57
Table 4.18	Deskripsi Kategorisasi Variabel Discrepancy	58
Table 4.19	Deskripsi Kategorisasi Variabel Fear of Failure	58
Table 4.20	Hasil Uji Normalitas Variabel Penelitian	59
Table 4.21	Hasil Uji Linearitas Variabel Penelitian	61
Table 4.22	Hasil Uji Hipotesis Pertama	62
Table 4.23	Hasil Uji Hipotesis Kedua	63
Table 4.24	Hasil Uji Hipotesis Ketiga	64
Table 4.25	Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	65
Table 4.26	Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	65

Table 4.27 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia	66
Table 4.28 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	67
Table 4.29 Hasil Perbedaan Mean Discrepancy dan Fear of Failure Berdasarkan Usia	67
Table 4.30 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Asal Universitas.....	68
Table 4.31 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	69
Table 4.32 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Progres Mengerjakan Skripsi.....	70
Table 4.33 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Progres Mengerjakan Skripsi.....	71
Table 4.34 Hasil Perbedaan Mean Fear of Failure Berdasarkan Progres Mengerjakan Skripsi	72
Table 4.35 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pengalaman Mengulang Ujian Skripsi.....	74
Table 4.36 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Pengalaman Mengulang Ujian Skripsi.....	75
Table 4.37 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Lingkungan Tempat Tinggal.....	77
Table 4.38 Deskripsi Hasil Uji Beda Berdasarkan Lingkungan Tempat Tinggal.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A94
LAMPIRAN B	104
LAMPIRAN C	107
LAMPIRAN D	116
LAMPIRAN E	161
LAMPIRAN F	175
LAMPIRAN G	182
LAMPIRAN H	187

HUBUNGAN PERFEKSIONISME DENGAN *FEAR OF FAILURE* PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI

Dinah Nurkhalisha¹, Yeni Anna Appulembang²

ABSTRAK

Peneliti ini ditujukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan perfeksionisme dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hipotesis dalam penelitian ini ialah terdapat hubungan ketiga dimensi perfeksionisme, yaitu (1) *high standard*; (2) *order*; (3) *discrepancy* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Responden penelitian ini adalah 312 mahasiswa yang mengambil mata kuliah skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *The Revised Almost Perfect Scale* (Slaney, 2001) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Titih Srantih (2014) dan skala baku *The Performance Failure Appraisal Inventory-Revised* (Conroy, 2002) yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia melalui teknik *back-translation*.

Analisis data yang dilakukan dengan teknik korelasi pearson product moment dan rank spearman. Hasil analisis menunjukkan skor r antara dimensi *high standard* dengan variabel *fear of failure* sebesar 0,163 dengan nilai signifikansi 0,004 ($p < 0,05$). Hasil analisis korelasi antara dimensi *order* dengan variabel *fear of failure* menunjukkan nilai r sebesar 0,113 dengan nilai signifikansi 0,046 ($p < 0,05$). Hasil analisis korelasi antara dimensi *discrepancy* dengan variabel *fear of failure* menunjukkan nilai r sebesar 0,544 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara ketiga dimensi perfeksionisme (*high standard*, *order*, dan *discrepancy*) dengan *fear of failure* pada responden penelitian. Maka dari itu, ketiga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Kata kunci : perfeksionisme, *fear of failure*, mahasiswa skripsi

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

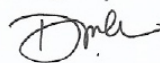
²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP.198409222018032001

Pembimbing II



Dewi Anggraini, S.Psi., MA
NIP.198311022012092201

Mengetahui,
Ketua Bagian
Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S. Psi., M. Si
NIP.197805212002122004



THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND FEAR OF FAILURE IN THESIS STUDENTS

Dinah Nurkhalisha¹, Yeni Anna Appulembang²

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between perfectionism and fear of failure in thesis students. The hypotheses in this study that there were relationship between three dimension of perfectionism (high standard, order, and discrepancy) and fear of failure in thesis students.

Respondents in this study were 312 students who taking thesis courses. The sampling technique used was purposive sampling. The measuring instruments in this study were The Revised Almost Perfect Scale (Slaney, 2001) which has been adapted into Indonesia versions by Titih Srantih (2014) and The Performance Failure Appraisal Inventory-Revised (Conroy, 2002) which has been translated into Indonesia version through back-translation technique.

Data analysis was carried out using the pearson product moment and rank spearman correlation technique. The result of the correlation analysis between high standard and fear of failure showed $r=0,613$ with a significance value $0,004$ ($p<0,05$). The correlation analysis between order and fear of failure showed $r=0,113$ with a significance value $0,046$ ($p<0,05$). The result of the correlation analysis between discrepancy and fear of failure $r=0,544$ with a significance value $0,000$ ($p<0,05$). This shows that there is a significant relationship between three dimension of perfectionism (high standard, order, and discrepancy) and fear of failure in thesis students. Therefore, the hypotheses of this study are accepted.

Keywords: *Perfectionism, fear of failure, thesis students*

¹*Student of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

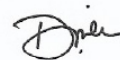
²*Lecture of Psychology Study Program, Faculty of Medicine, Sriwijaya University*

Pembimbing I



Yeni Anna Appulembang, S.Psi., MA., Psy
NIP.198409222018032001

Pembimbing II



Dewi Anggraini, S.Psi., MA
NIP.198311022012092201

Mengetahui,
Ketua Bagian
Program Studi Psikologi



Sayang Ajeng Mardhiyah, S. Psi., M. Si
NIP.197805212002122004

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sistem pendidikan di Indonesia memiliki jalur pendidikan terstruktur dan berjenjang yang terdiri dari pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi (Peraturan Pemerintahan Republik Indonesia, 2015). Berdasarkan Permendikbud nomor 3 tahun 2020, pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang terdiri dari program diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Berdasarkan Undang-Undang nomor 12 tahun 2012, peserta didik yang menuntut ilmu di pendidikan tinggi disebut dengan mahasiswa.

Menurut KBBI, mahasiswa merupakan orang yang belajar di perguruan tinggi. Menurut Siswoyo (2007) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa memiliki beban belajar yang kenal dengan Sistem Kredit Semester (SKS), untuk mahasiswa yang menempuh program sarjana dan diploma wajib mengikuti minimal 144 sks (Permendikbud, 2020). Pada tingkat akhir mahasiswa harus menyelesaikan tugas akhir, skripsi, tesis, dan disertasi (Permendikbud, 2020).

Tugas akhir merupakan salah satu mata kuliah wajib bagi mahasiswa dan menjadi syarat untuk memperoleh gelar madya, sarjana, magister, dan doktor (UNY, 2016). Tugas akhir bagi mahasiswa program sarjana ialah skripsi (UNY, 2016). Menurut pedoman tugas akhir Unimed (2021), skripsi merupakan mata kuliah wajib dan tugas akhir mahasiswa dalam menyelesaikan program sarjana untuk mencapai gelar sarjana. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa program sarjana untuk menyelesaikan Pendidikan (Unhas, 2017). Berdasarkan pedoman penulisan karya ilmiah Universitas Sriwijaya (2013) menyebutkan bahwa skripsi merupakan tugas akhir yang bersifat wajib bagi mahasiswa yang mengambil program studi sarjana (S1).

Namun, dalam mengerjakan skripsi mahasiswa mengalami banyak hambatan seperti pada penelitian yang dilakukan Wangid (2013) yang menemukan bahwa salah satu kendala yang dialami mahasiswa dalam pengerjaan skripsi adalah masalah penulisan dan kurang motivasi dalam mengerjakan skripsi. Selain itu, penelitian yang dilakukan Putri dan Savira (2013) menemukan bahwa mahasiswa seringkali merasakan khawatir dan cemas ketika akan bertemu dosen pembimbing. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Widigda dan Setyaningrum (2018) menemukan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi terkadang mengalami kecemasan karena adanya tuntutan dan tekanan. Herdiani (2012) mengatakan bahwa mahasiswa yang mengerjakan skripsi mengalami

kecemasan yang dapat menyebabkan perasaan tidak berdaya, ketegangan, dan ketakutan ketika memikirkan skripsi.

Ulansari dan Sena (2020) mengungkapkan bahwa dengan adanya tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa maka seringkali memunculkan frustrasi dan bahkan melakukan tindakan bunuh diri. Seperti pada kasus yang dikutip dari Kompas (Dewi, 2020) seorang mahasiswa semester 14 mencoba bunuh diri dikarenakan skripsi yang ditolak. Kasus yang sama, dikutip dari Radar Kediri (Nugroho, 2022) seorang mahasiswa asal Badas mencoba bunuh diri karena diduga depresi dalam mengerjakan skripsi.

Situmorang (2018) menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami depresi hingga bunuh diri disebabkan oleh judul skripsi yang ditolak. Selain itu, Solih (2018) juga menemukan bahwa depresi yang dirasakan mahasiswa disebabkan oleh rasa cemas dan stres dikarenakan kesulitan dalam mencari judul skripsi. Hidayat (2022) juga menemukan bahwa mahasiswa yang merasa stres dalam pengerjaan skripsi disebabkan oleh judul skripsi yang belum disetujui oleh dosen pembimbing. Efendi (2018) juga menemukan mahasiswa yang menyusun skripsi merasa cemas ketika mengalami penolakan judul skripsi berulang kali dari dosen pembimbing. Mahasiswa yang takut judul skripsi ditolak menjadi takut menemui dosen pembimbing dan akan berdampak pada rasa malas untuk mengerjakan skripsi (Putri dan Savira, 2013)

Aditama (2017) mengatakan bahwa mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi mengalami stres karena mereka menganggap skripsi

sebagai hal yang menakutkan. Selain itu, menurut Wahyuni dan Irsalina (2014), dengan adanya tuntutan skripsi sebagai syarat kelulusan menyebabkan mahasiswa menjadi cemas, gelisah, dan takut akan kegagalan. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami perasaan takut akan kegagalan yang disebabkan oleh skripsi yang tidak sesuai harapan dan kekhawatiran akan sidang skripsi (Zakiyah, 2016). Ningrum dan Suprihatin (2019) menemukan beberapa sebab mahasiswa mengalami takut akan kegagalan dalam penyusunan skripsi, seperti takut pada penulisan yang salah, hasil yang tidak sesuai dengan yang diharapkan, mendapatkan banyak revisi, dan takut dalam menjawab pertanyaan dosen penguji.

Ketika individu mengalami takut akan kegagalan, maka ia akan melindungi diri dari kegagalan dengan cara menghindari tugas (Iswara, Balhaqi, dan Ihsan, 2021). Mahasiswa yang mengalami ketakutan akan dinilai buruk dan dikritik, akan menyebabkan mereka menghindar untuk mengatasi takut akan kegagalan yang dirasakan (Burka dan Yuen, 2008). Takut akan kegagalan merupakan dorongan untuk menghindar dari konsekuensi yang tidak diinginkan (Conroy, 2007). Sejalan dengan penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Putri dan Savira (2013), menemukan bahwa salah satu responden, yaitu S memilih untuk menghindar mengerjakan skripsi dikarenakan mengalami rcvisi secara terus menerus sehingga responden S mengalami perasaan takut dan cemas saat

mengerjakan skripsi. Hal ini menyebabkan responden S tidak dapat lulus tepat waktu (Putri dan Savira, 2013).

Perasaan cemas, gelisah dan takut yang dirasakan oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi disebut dengan takut akan kegagalan (Winkel, 2014). *Fear of failure* adalah kecenderungan untuk menilai ancaman terhadap tujuan ketika seseorang gagal dalam pencapaian (Correia, 2017). Conroy (2004) mendefinisikan *Fear of failure* merupakan kecenderungan seseorang dalam menentukan tingkat ancaman dan perasaan cemas terhadap situasi yang menimbulkan kegagalan. Conroy (2004) membagi lima aspek dari teori *Fear of failure*, seperti *fear of shame and embarrassment*, yaitu perasaan malu terhadap diri sendiri dan komentar orang lain mengenai kegagalan; *fear of devaluing one's self estimate*, yaitu perasaan gagal karena kinerja yang kurang baik dan perasaan kurang mampu; *fear of having an uncertain future*, yaitu ketakutan akan ketidakpastian mengenai masa depan; *fear of losing social influence*, yaitu kegagalan yang menandakan hilangnya kesempatan sehingga orang lain kehilangan rasa kepercayaan terhadap kemampuannya; dan *fear of upsetting important others*, yaitu ketakutan jika kegagalan dapat mengecewakan orang lain. *Fear of failure* memiliki dampak yang kurang baik, yaitu dengan timbulnya rasa malu yang dialami, penghargaan terhadap diri sendiri yang rendah, tidak memiliki kepercayaan diri, dan hilangnya dukungan (Murdafasmi, 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Sode dan Chenji (2022) mengatakan terdapat hubungan positif antara *mindfulness* dengan *fear of failure*, dimana

mindfulness dapat meningkatkan pencapaian seseorang dengan mengurangi *fear of failure*. Dengan *mindfulness* seseorang dapat menimbulkan kesadaran untuk mengurangi rasa takut akan kegagalan (Sode & Chenji, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Burton, Schmertz, Price, Masuda, dan Anderson (2013) mengatakan bahwa ketakutan akan komentar negatif yang termasuk dalam salah satu variabel *fear of failure* berhubungan negatif dengan *mindfulness*, dimana *mindfulness* berpotensi meningkatkan dalam proses terapi untuk kecemasan.

Mindfulness adalah kondisi individu memiliki kemampuan untuk tetap fokus dan berada saat ini sedang menghadapi apa yang terjadi (Shonin, Gordon, dan Griffiths (2014). Menurut Baer dan Krietmeyer (2006) *mindfulness* merupakan kesadaran pada diri seseorang yang berfokus pada pengalaman saat ini tanpa menyalahkan dan menilai keadaan di masa lalu. Baer dan Krietmeyer (2006) membagi aspek *mindfulness* menjadi lima, yaitu *Observing* yakni kecenderungan untuk menyadari dan mengenali pikiran dan perasaan; *Describing* yaitu kemampuan untuk mengenali perasaan yang dirasakan secara jelas, dan mampu mengutarakan dengan kata-kata; *Acting with awareness* kecenderungan individu mampu menempatkan pada keadaan saat ini dan perhatian pada kejadian saat ini dengan mengabaikan hal-hal yang berpotensi mengganggu; *Non-judging of inner experience* yaitu kecenderungan individu untuk bersikap objektif dalam memutuskan suatu hal mengenai pikiran dan perasaan; dan *Non-reactivity to inner experiences* yakni kemampuan individu untuk tetap

tenang dan objektif saat menghadapi pikiran dan perasaan yang menimbulkan respon emosional.

Apabila individu bersikap *mindful*, maka ia akan bisa mendeteksi diri sendiri dari pemikiran negatif (Erpiana & Fourianalistyawati, 2018). Selain itu, individu yang memiliki *mindfulness* akan menekankan pada penerimaan dibandingkan dengan menjauhi apa yang terjadi pada diri sendiri dan lingkungannya (Mahmoudzadeh, 2015). *Mindfulness* memiliki dampak positif pada individu dengan menciptakan rasa puas sehingga individu terlepas dari ketidaknyamanan yang dialami (Waskito, Loekmono, dan Dwikurnaningsih, 2018).

Salmon, Sephton, Weissbecker, Hoover, Ulmer, Studts (2004) mengatakan dengan adanya *mindfulness*, individu fokus pada masa sekarang dan dapat menurunkan perasaan khawatir pada kejadian masa lalu dan yang akan datang. Selain itu, *mindfulness* dapat meningkatkan kesadaran individu untuk fokus dalam mengerjakan suatu hal, individu tidak akan menghindar pekerjaan tersebut (Sirois dan Pychyl, 2013).

Berdasarkan penjelasan dan penjabaran diatas mengenai fenomena penelitian, peneliti menduga adanya hubungan *mindfulness* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sehingga dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan “Hubungan antara *mindfulness* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan dari permasalahan yang akan diajukan pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan *mindfulness* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan latar belakang dan rumusan masalah yang telah diajukan maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan *mindfulness* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

D. Manfaat Penelitian

Dari gambaran latar belakang hingga tujuan penelitian, maka pada penelitian ini diharapkan hasilnya dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun manfaat secara praktis. Manfaat tersebut diantaranya :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat-manfaat secara teoritis dan untuk keperluan pengembangan ilmu khususnya terkait ilmu psikologi yang berkaitan dengan ranah psikologi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini juga diharapkan bisa memberikan masukan atau saran praktis bagi:

a) Bagi Subjek

Subjek dapat menambah wawasan dan mengembangkan diri dalam menyelesaikan skripsi

b) Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah informasi tentang hubungan *mindfulness* dengan *fear of failure* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi

E. Keaslian Penelitian

Banyak penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti lain terkait dengan variabel bebas, maupun variabel terikat pada penelitian ini. Namun belum ada penelitian yang meneliti tentang “Hubungan *Mindfulness* dengan *Fear of Failure* Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi”. Penelitian ini merupakan sebuah penelitian dengan metode kuantitatif. Peneliti akan memaparkan bahwa penelitian ini memang belum ada dengan membandingkan beberapa penelitian sebelumnya.

Penelitian pertama, dilakukan oleh Mujahidah dan Mudjiran (2019) mengenai “Hubungan antara Ketakutan akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah partisipan 100 orang. Hasil

penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Penelitian yang dilakukan oleh Mujahidah dan Mudjiran (2019) berbeda dengan penelitian yang akan dilakukan. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian Mujahidah dan Mudjiran (2019) adalah prokrastinasi akademik dan variabel bebas yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah ketakutan akan kegagalan. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan variabel terikat yang digunakan adalah takut akan kegagalan dan variabel bebas yang digunakan adalah *mindfulness*.

Penelitian kedua, dilakukan oleh Fakhria dan Setiowati (2017) mengenai “Motivasi Berprestasi Siswa Ditinjau dari Fasilitas Sosial dan Ketakutan akan Kegagalan”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara fasilitas sosial dan ketakutan kegagalan dengan motivasi berprestasi. Partisipan dalam penelitian ini adalah 200 siswa SMA kelas sepuluh dari SMAN 2 Semarang, MAN 1 Semarang, dan SMA Gita Bahari. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara fasilitas sosial dan ketakutan kegagalan dengan motivasi berprestasi. Selain itu hasil uji korelasi parsial menunjukkan bahwa fasilitas sosial dikaitkan secara positif dengan motivasi berprestasi, sedangkan ketakutan akan kegagalan dikaitkan secara negatif dengan motivasi berprestasi.

Perbedaan dalam penelitian yang akan dilakukan terletak pada jumlah variabel dan partisipan penelitian. Pada penelitian Fakhria dan Setiowati (2017) menggunakan dua variabel bebas. Sedangkan pada

penelitian yang akan dilakukan menggunakan satu variabel bebas saja. Selain itu partisipan dalam penelitian tersebut adalah siswa SMA/MAN, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan melibatkan partisipan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian ketiga, yaitu penelitian yang digarap oleh Bauzir dan Zulfiana (2021) mengenai “*Fear of failure* dengan ketidakjujuran akademik pada siswa SMA yang menjalankan system kredit semester”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu *fear of failure* dan variabel terikat pada penelitian ini yaitu ketidakjujuran akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of failure* dengan ketidakjujuran akademik pada siswa SMA yang menjalankan sistem SKS. Hasil dari penelitian ini, tidak terdapat hubungan antara ketidakjujuran akademik dengan *fear of failure* pada siswa SMA yang menjalankan sistem kredit semester (SKS).

Perbedaan pada penelitian mengenai “*Fear of Failure* dengan Ketidakjujuran Akademik Pada Siswa SMA yang Menjalankan Sistem Kredit Semester” dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada salah satu variabel yang berbeda. Pada penelitian tersebut menggunakan variabel *fear of failure* dan ketidakjujuran akademik. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel *mindfulness* dan *fear of failure*. Selain variabel, subjek yang dilibatkan juga berbeda. Pada penelitian tersebut melibatkan siswa SMA yang menjalankan sistem kredit

semester, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan melibatkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Penelitian keempat, berasal dari luar negeri mengenai “*The Direct and Indirect Role of Self Esteem and Procrastination in The Relation to Fear of Failure and Self Worth*” yang disusun oleh Balkis dan Duru (2012). Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui peran secara langsung dan tidak langsung dari *self esteem* dan *procrastination* dalam hubungan *fear of failure* dan *self worth*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 279 mahasiswa dari Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pamukkale. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua variabel secara signifikan berhubungan satu sama lain.

Perbedaan pada penelitian ini terletak pada jumlah variabel yang digunakan dan subjek penelitian. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini berjumlah dua, yaitu *fear of failure* dan *mindfulness*. Sedangkan pada penelitian Balkis dan Duru (2012) berjumlah empat variabel yaitu *self esteem*, *procrastination*, *fear of failure* dan *self worth*. Subjek pada penelitian yang akan dilakukan yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Sedangkan pada penelitian Balkis dan Duru (2012) subjek penelitian adalah mahasiswa saja.

Penelitian kelima, disusun oleh Zarrin, Gracia, dan Paixao (2020) mengenai “*Prediction of Academic Procrastination by Fear of Failure and Self Regulation*”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini melibatkan sebanyak 198 mahasiswa dari berbagai universitas

di Isfahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *fear of failure* dan *self-regulation*. Hasil dari penelitian ini mengatakan adanya hubungan positif antara *fear of failure* dan *academic procrastination*, adanya hubungan negatif antara *self-regulation* dan *academic procrastination*.

Perbedaan pada penelitian yang akan dilakukan terletak pada jumlah variabel dan subjek penelitian. Pada penelitian Zarrin, dkk (2020) menggunakan tiga variabel yaitu *academic procrastination*, *fear of failure* dan *self-regulation*. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel yaitu *mindfulness* dan *fear of failure*. Subjek yang dilibatkan pada penelitian Zarrin, dkk (2020) yaitu mahasiswa. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan melibatkan subjek mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Penelitian keenam, digarap oleh Strohmaler, Jones, dan Cane (2021). Membahas tentang “*Effects of Length of Mindfulness Practice on Mindfulness, Depression, Anxiety and Stress: a Randomized Controlled Experiment*”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa lama latihan *mindfulness* yang memberikan manfaat lebih besar. Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 71 orang. Saat proses penelitian dibagi dalam beberapa sesi latihan *mindfulness*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa Latihan *mindfulness* dengan durasi lebih pendek memiliki efek yang lebih besar pada sifat perhatian, sedangkan pada latihan dengan durasi lebih lama akan

efektif apabila digunakan pada orang dengan gangguan depresi dan kecemasan.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Strohmaler, dkk (2021) memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan, seperti metode penelitian, subjek, dan variabel yang digunakan. Pada metode penelitian penelitian Strohmaler , dkk (2021) menggunakan pendekatan eksperimen, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek yang terlibat dalam penelitian Strohmaler, dkk (2021) adalah dewasa yang sehat, sedangkan subjek pada penelitian yang akan dilakukan melibatkan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Variabel yang digunakan pada penelitian Strohmaler, dkk (2021) berjumlah empat, yaitu *practice mindfulness*, *depression*, *anxiety*, dan *stress*. Sedangkan variabel pada penelitian yang akan dilakukan berjumlah dua, yaitu *mindfulness* dan *fear of failure*.

Penelitian ketujuh, mengenai “Hubungan antara Mindfulness dengan Depresi Pada Remaja” yang dilakukan oleh Fouriana dan Listiyandini pada tahun 2017. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel penelitian sebanyak 200 remaja berusia 16-19 tahun. Hasil dari penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara *mindfulness* dan depresi.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Fouriana dan Listiyandini (2021) terletak pada variabel dan subjek penelitian. Pada penelitian tersebut menggunakan variabel *mindfulness* dan depresi, sedangkan pada penelitian

yang akan dilakukan menggunakan variabel *mindfulness* dan *fear of failure*. Subjek pada penelitian tersebut melibatkan remaja berusia 16-19 tahun sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan melibatkan subjek dewasa awal.

Penelitian kedelapan, mengenai “Peran *Trait Mindfulness* terhadap *Psychological Well-Being* Pada Dewasa Awal” Penelitian ini dilakukan oleh Erpiana dan Fourianalistyawati (2018). Penelitian ini termasuk dalam penelitian asosiatif. Penelitian ini menggunakan partisipan dewasa awal dengan rentang usia 20-40 tahun yang berdomisili di Jabodetabek. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *trait mindfulness* berperan secara signifikan terhadap *psychological well-being*.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terdapat pada variabel terikat. Pada penelitian yang dilakukan oleh Erpiana dan Fourianalistyawati (2018) menggunakan variabel terikat *psychological well-being*. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel terikat *fear of failure*.

Penelitian kesembilan, mengenai “Hubungan antara *Trait Mindfulness* dan Kesepian pada Orang Dewasa Awal” yang dilakukan oleh Amru dan Ambarini (2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *trait mindfulness* terhadap kesepian pada dewasa awal. Subjek pada penelitian ini merupakan dewasa awal yang berusia 20-40 tahun. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *trait mindfulness* dengan kesepian pada orang dewasa awal.

Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat. Pada penelitian yang dilakukan oleh Amru dan Ambarini (2021) menggunakan variabel bebas *trait mindfulness* dan variabel terikat kesepian. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel bebas *mindfulness* dan variabel terikat *fear of failure*.

Penelitian kesepuluh, mengenai “*The relationship between trait mindfulness, loneliness, regulatory emotional self-efficacy, and subjective well being*” yang dilakukan oleh Jin, Zhang, Wang, dan An (2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *trait mindfulness, loneliness, regulatory emotional self-efficacy*, dan *subjective well being*. Partisipan pada penelitian ini adalah mahasiswa dari *Chinese University* di *Sinchuan*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *trait mindfulness* secara positif mempengaruhi *loneliness*.

Perbedaan pada penelitian yang akan dilakukan terdapat pada variabel dan subjek penelitian. Pada penelitian Jin, dkk (2021) menggunakan empat variabel, yaitu *trait mindfulness, loneliness, regulatory emotional self-efficacy*, dan *subjective well being*. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan menggunakan variabel *mindfulness* dan *fear of failure*.

Dari penjelasan yang telah ditemukan sebelumnya pada penelitian ini, maka peneliti akan menggunakan variabel bebas (*independent*) berupa *mindfulness* dan variabel terikat (*dependen*) berupa *fear of failure*. Subjek yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang

mengerjakan skripsi. Sehingga, berdasarkan sepuluh penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa pada penelitian yang akan dilaksanakan ini memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, dengan demikian penelitian ini dapat dijamin keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, D. (2017). Hubungan antara spiritualitas dan stres pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *EL-TARBAWI*, 10(2).
- Amru, M. F., & Ambarini, T. K. (2021). Hubungan antara Trait Mindfulness dan Kesepian pada Orang Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(2), 1064-1074.
- Atkinson, J. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64, 359-372.
- Azwar, S. (2019). Metode penelitian psikologi. Pustaka Belajar.
- Baer, R. A., Smith, G. T., Hopkins, J., Krietemeyer, J., & Toney, L. (2006). Using self-report assessment methods to explore facets of mindfulness. *Assessment*, 13(1), 27-45.
- Balkis, M., & Duru, E. (2012). The direct and indirect role of self esteem and procrastination in the relation to fear of failure and self worth. *Journal of Human Sciences*, 9(2), 1075-1093.
- Bauzir, N. H., & Zulfiana, U. (2021). Fear of failure dengan ketidakjujuran akademik pada siswa SMA yang menjalankan sistem kredit semester. *Cognicia*, 9(2), 85-98.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 84(4), 822.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). Procrastination: Why you do it, what to do about it now. Cambridge: Da Capo Press.
- Burton, M., Schmertz, S. K., Price, M., Masuda, A., & Anderson, P. L. (2013). The relation between mindfulness and fear of negative evaluation over the course of cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder. *Journal of clinical psychology*, 69(3), 222-228.
- Cacciotti, G., Hayton, J. C., Mitchell, J. R., & Giazitzoglu, A. (2016). A reconceptualization of fear of failure in entrepreneurship. *Journal of Business Venturing*, 31(3), 302-325
- Cardaciotto, L., Herbert, J. D., Forman, E. M., Moitra, E., & Farrow, V. (2008). The assessment of present-moment awareness and acceptance: The Philadelphia Mindfulness Scale. *Assessment*, 15(2), 204-223.

- Coreia, M. E., Rosado, A., Serpa, S., & Ferreira, V. (2017). Fear of failure in athletes: Gender, age and type of sport differences. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 12(2), 185-193.
- Conroy, D. E., & Elliot, A. J. (2004). Fear of failure and achievement goals in sport: Addressing the issue of the chicken and the egg. *Anxiety, Stress & Coping*, 17(3), 271-285.
- Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Fifer, A. M. (2007). Cognitive links between fear of failure and perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25(4), 237-253.
- Dewi. (2020). Viral Soal Kasus Bunuh Diri Mahasiswa Karena Skripsi Ditolak Dosen, Ini Analisis Pengamat Pendidikan. Kompas.com. <https://www.kompas.com/tren/read/2020/07/15/120405165/viral-soal-kasus-bunuh-diri-mahasiswa-karena-skripsinya-kerap-ditolak-dosen?page=all> (diakses tanggal 10 September 2022).
- Efendi, M. Z., & DEWI, D. K. (2018). HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN STRATEGI KOPING PADA MAHASISWA YANG MENEMPUH PROGRAM SKRIPSI DI FIP UNESA. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 5(3).
- Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2004). The intergenerational transmission of fear of failure. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8), 957-971.
- Ernawati Jais, R. R., & Siombiwi, S. (2019). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Timbulnya Rasa Takut Siswa akan Kegagalan dalam Mempelajari Matematika. *Education Journal*, 1(2), 95-103.
- Erpiana, A., & Fourianalistyawati, E. (2018). Peran trait mindfulness terhadap psychological well-being pada dewasa awal. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 67-82.
- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29-42.
- Fakultas Hukum Unhas. (2021). Panduan Penulisan Skripsi dan Pelaksanaan Ujian Sarjana. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjPzM6ql-n6AhVUSGwGHeeYCj4QFnoECBIQAQ&url=https%3A%2F%2Flawfaculty.unhas.ac.id%2FDataFile%2Fskripsi_2021_id.pdf&usq=AOvVaw0i9hQq1QGz47ti6i9YM2TY (diakses tanggal 31 Agustus 2022)

- FIP Unimed. (2021). SOP Penyusunan Skripsi Bagi Mahasiswa. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi3zcrMmOn6AhUZT2wGHc6JD38QFnoECBIQAQ&url=https%3A%2F%2Ffip.unimed.ac.id%2Fwp-content%2Fuploads%2F2021%2F07%2FSOP_PENULISAN_SKRIPSI_FIP_UNIMED_2021_compressed.pdf&usg=AOvVaw3W8ZDGq1E11MmQ9pmWdwmM (diakses tanggal 31 Agustus 2022)
- FMIPA UNY. (2016). Pedoman Tugas Akhir UNY. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiezvTml-n6AhWvSmwGHcHTAC4QFnoECA4QAQ&url=http%3A%2F%2Ffmipa.uny.ac.id%2Fid%2Fpedoman-tas&usg=AOvVaw3_SYvqKhzubNATs88QJgr (diakses tanggal 31 Agustus 2022).
- Fourianalistyawati, E., & Listiyandini, R. A. (2017). Hubungan antara mindfulness dengan depresi pada remaja. *Jurnal Psikogenesis*, 5(2), 115-122.
- Grund, A., Galla, B. M., & Fries, S. (2022). Achievement motivation in students' everyday lives: Its relationship to momentary positive and negative activation and the moderating role of mindfulness. *Learning and Individual Differences*, 97, 102176.
- Henriksen, D., Richardson, C., Gruber, N., & Mishra, P. (2022). The uncertainty of creativity: opening possibilities and reducing restrictions through mindfulness. In *Uncertainty: A Catalyst for Creativity, Learning and Development* (pp. 103-124). Springer, Cham.
- Herdiani, W. S. (2013). Pengaruh expressive writing pada kecemasan menyelesaikan skripsi. *Calyptra*, 1(1), 1-19.
- Hidayat, M. F. (2022). Kontribusi Harga Diri Terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Masa Pandemi COVID 19 Di Universitas Negeri Padang. *PAKAR Pendidikan*, 20(1), 13-23.
- Hinterman, C., Burns, L., Hopwood, D., & Rogers, W. (2012). Mindfulness: Seeking a more perfect approach to coping with life's challenges. *Mindfulness*, 3(4), 275-281.
- Iswara, I. S., Baihaqi, M. I. F., & Ihsan, H. (2021). Takut Akan Kegagalan Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Dimoderasi Status Identitas Vokasional Mahasiswa Bidikmisi Upi. *Journal of Psychological Science and Profession*, 5(2), 159-176

- Jin, Y., Zhang, M., Wang, Y., & An, J. (2020). The relationship between trait mindfulness, loneliness, regulatory emotional self-efficacy, and subjective well-being. *Personality and Individual Differences, 154*, 109650.
- Kabat-Zinn, J. (2015). Mindfulness. *Mindfulness, 6*(6), 1481-1483.
- Mahmoudzadeh, S., Mohammadkhani, P., Dolatshahi, B., & Moradi, S. (2015). Prediction of psychological well-being based on dispositional mindfulness and cognitive emotion regulation strategies in students.
- Mujahidah, A., & Mudjiran, M. (2019). Hubungan Antara Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Riset Psikologi, 2019*(2).
- Ningrum, R. F., & Suprihatin, T. (2021). Ketakutan Akan Kegagalan Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*.
- Nugroho, A. (2022). Skripsi Belum Selesai, Mahasiswa Asal Badas Gantung Diri. Radar Kediri. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjssILt7Oj6AhWVT2wGHVcKDM0QFnoECA0QAQ&url=https%3A%2F%2Fradarkediri.jawapos.com%2Fkediri-roya%2Fhukum-kriminal%2F14%2F02%2F2022%2Fskripsi-belum-selesai-mahasiswa-asal-badas-gantung-diri%2F&usg=AOvVaw17uBfi6QeTRa18uUEJexG6> (diakses tanggal 10 September 2022).
- Perkemendikbud. (2014). [permen_tahun2014_nomor049.pdf - LAM-PTK](https://lamptkes.org) <https://lamptkes.org> > unduhan > [permen_tahun2](https://lamptkes.org).(diakses 31 Agustus 2022).
- Perkemendikbud. (2015). <https://www.kopertis7.go.id/uploadperaturan/5.%20PP%20No%2013%20Tahun%202015%20Standar%20Nasional%20Pendidikan.pdf> (diakses 31 Agustus 2022).
- Perkemendikbud. (2020). [Permendikbud No. 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional ...](https://peraturan.bpk.go.id) <https://peraturan.bpk.go.id> > Home > Details > [permend...](https://peraturan.bpk.go.id) (diakses 31 Agustus 2022).
- Putri, D. K. S. (2013). Pengalaman menyelesaikan skripsi: studi fenomenologis pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi., 2*(2)

- Sagar, S. S., Busch, B. K., & Jowett, S. (2010). Success and failure, fear of failure, and coping responses of adolescent academy football players. *Journal of Applied Sport Psychology, 22*(2), 213-230.
- Sagar, S. S., Lavalley, D., & Spray, C. M. (2009). Coping with the effects of fear of failure: A preliminary investigation of young elite athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology, 3*(1), 73-98.
- Salmon, P., Sephton, S., Weissbecker, I., Hoover, K., Ulmer, C., & Studts, J. L. (2004). Mindfulness meditation in clinical practice. *Cognitive and behavioral practice, 11*(4), 434-446.
- Sirois, F., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and personality psychology compass, 7*(2), 115-127.
- Siswoyo, D. (2007). Ilmu pendidikan. Yogyakarta: UNY Pers.
- Situmorang, D. D. B. (2018). Mahasiswa mengalami academic anxiety terhadap skripsi? Berikan konseling cognitive behavior therapy dengan musik. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 3*(2), 31-42.
- Sode, R., & Chenji, K. (2021). Reducing entrepreneurial fear of failure through mindfulness. *Journal of Asia Entrepreneurship and Sustainability, 17*(4), 75-90.
- Solih, Nst, M. S., Purwoningsih, E., Gultom, D. P., & Fujiati, I. I. (2018). Pengaruh penulisan skripsi terhadap simtom depresi dan simtom kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas muhammadiyah sumatera utara angkatan 2014. *Jurnal Ibnu Sina Biomedika, 2*(1), 80-90.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Alfabeta
- Shapiro, S. L. (2009). The integration of mindfulness and psychology. *Journal of clinical psychology, 65*(6), 555-560.
- Shonin, E., Van Gordon, W., & Griffiths, M. D. (2014). Mindfulness as a treatment for behavioural addiction. *Journal of Addiction Research & Therapy, 5*(1).
- Strohmaier, S., Jones, F. W., & Cane, J. E. (2021). Effects of length of mindfulness practice on mindfulness, depression, anxiety, and stress: A randomized controlled experiment. *Mindfulness, 12*(1), 198-214.
- Tan, L. B., & Martin, G. (2016). Mind full or mindful: A report on

- mindfulness and psychological health in healthy adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 21(1), 64-74.
- Ulansari, N. L. P., & Sena, I. G. M. W. (2020). Peran Meditasi dalam Mengurangi Stres pada Mahasiswa Semester Akhir. *Guna Widya: Jurnal Pendidikan Hindu*, 7(2), 104-113.
- Undang-Undang nomor 12 tahun 2012. (2012) [UU No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi \[JDIH BPK RI\]](https://peraturan.bpk.go.id/Details/uu-no-1) <https://peraturan.bpk.go.id/Details/uu-no-1> (diakses 31 Agustus 2022).
- Unsri. (2013). Pedoman Umum Penulisan Karya Tulis Ilmiah. https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUKEwiQyP_gmOn6AhVaRmwGHRvQBkQQFnoECAgQAQ&url=https%3A%2F%2Fdigilib.unsri.ac.id%2Ffile%2FPedoman%2520Penulisan%2520Karya%2520Ilmiah%2520Unsri.pdf&usg=AOvVaw1jRJb8dORPOG1PRZn4w_1 (diakses tanggal 14 September 2022).
- Wahyuni, L. D., & Irsalina, F. I. (2014). Komunikasi interpersonal terhadap dosen pembimbing dan ketakutan akan kegagalan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *JPPP-Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 3(2), 85-93.
- Waskito, P., Loekmono, J. L., & Dwikurnaningsih, Y. (2018). Hubungan antara mindfulness dengan kepuasan hidup mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 99-107.
- Wangid, M. N. (2013). Identifikasi Hambatan Struktural Dan Kultural Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 6(2).
- Widhiarso, W. (2012). Tanya jawab tentang uji normalitas. *Fak. Psikol. UGM*, 1-5.
- Widigda, I. R., & Setyaningrum, W. (2018). Kecemasan mahasiswa pendidikan matematika Universitas Riau Kepulauan dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika dan Sains*, 6(2), 190-199.
- Wikman, J. M., Stelter, R., Melzer, M., Hauge, M. L., & Elbe, A. M. (2014). Effects of goal setting on fear of failure in young elite athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(3), 185-205.
- Winkel, W. S. (2014). *Psikologi Pengajaran*. Yogyakarta: Sketsa.
- Zakiah, Z. (2016). Gambaran Karakteristik, Tingkat Stres, Ansietas, Dan Depresi Pada Mahasiswa Keperawatan Yang Sedang Mengerjakan Skripsi: The Overview Of Characteristic, Stress Levels, Anxiety And Depression In

Nursing Students Doing Thesis. *Jurnal Impuls Universitas Binawan*, 2(2), 58-63.

Zarrin, S. A., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 20(3), 34-43.