

Research Article

The Relationship between Fear of Failure and Academic Procrastination in College Students: A Systematic Literature Review

Mutia Azizah Al Adiba

Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya

E-mail: mutiazizah07@gmail.com**Nova Lusiana**

Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya

E-mail: novalusiana@uinsa.ac.id

Copyright © 2026 by Authors, Published by Psycoducation; Journal of Psychology, Counseling and Education. This is an open access article under the CC BY License: (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>).

Received : August 30, 2026

Revised : September 19, 2026

Accepted : October 4, 2026

Available online : October 27, 2026

How to Cite: Mutia Azizah Al Adiba, & Nova Lusiana. (2026). The Relationship between Fear of Failure and Academic Procrastination in College Students: A Systematic Literature Review. Journal Of Psychology, Counseling And Education, 4(3), 208–220. <https://doi.org/10.58355/psy.v4i3.116>

Abstract

Academic procrastination is a common problem experienced by college students and can lead to academic decline. One psychological factor believed to contribute to this behavior is fear of failure. This study aims to analyze the relationship between fear of failure and academic procrastination among college students based on a Systematic Literature Review. The article selection process was conducted in accordance with the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. Eligible articles for analysis included those that discussed fear of failure and academic procrastination among college students, had full text, and were published between 2021 and 2025. A total of ten articles were identified. Analysis of the articles showed that of the ten reviewed papers, only one did not identify a statistically significant correlation between fear of failure and academic procrastination, while all others established a positive and statistically significant correlation. In other words, college students suffering from high levels of fear of failure are more likely to engage in academic procrastination as a way to avoid academic failure.

Keywords: Fear of Failure, Academic Procrastination, University Student.

Hubungan Fear of Failure dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa: Kajian Literatur Sistematis

Abstrak

Prokrastinasi akademik merupakan masalah yang sering dialami mahasiswa dan dapat menyebabkan

The Relationship between Fear of Failure and Academic Procrastination in College Students: A Systematic Literature Review

Mutia Azizah Al Adiba, Nova Lusiana

penurunan akademik. Salah satu faktor psikologis yang diyakini berkontribusi pada perilaku ini adalah fear of failure. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara fear of failure dengan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa berdasarkan Kajian Literatur Sistematis. Proses pemilihan artikel dilakukan sesuai dengan pedoman Preferred Reporting items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA). Artikel yang memenuhi syarat untuk analisis meliputi artikel yang membahas fear of failure dan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa, memiliki teks lengkap, dan diterbitkan antara tahun 2021 dan 2025. Sebanyak sepuluh artikel diidentifikasi. Analisis artikel menunjukkan bahwa dari sepuluh makalah yang ditinjau, hanya satu yang tidak mengidentifikasi korelasi yang signifikan secara statistik antara rasa takut gagal dan penundaan akademik, sementara semua yang lain menetapkan korelasi positif dan signifikan secara statistik. Dengan kata lain, mahasiswa dengan tingkat fear of failure yang tinggi cenderung melakukan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penghindaran terhadap kemungkinan kegagalan. sebagai cara untuk menghindari kegagalan akademik.

Kata Kunci: Ketakutan Gagal, Penundaan Akademik, Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang berada pada fase perkembangan dewasa awal dan dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik maupun nonakademik selama menempuh pendidikan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk mampu menyelesaikan tugas akademik secara tepat waktu, mengikuti ujian, melakukan presentasi, berpartisipasi dalam kegiatan organisasi, serta menyelesaikan tugas akhir sesuai target yang telah ditetapkan (Xaverius et al., 2025). Kemampuan untuk mengelola berbagai tuntutan tersebut berkaitan dengan keberhasilan akademik mahasiswa selama menjalani pendidikan tinggi (Muyana & Dahlan, 2018). Namun, tidak semua mahasiswa mampu memenuhi tuntutan akademik secara optimal. Berbagai tuntutan tersebut sering kali menjadi sumber tekanan psikologis yang dapat memengaruhi proses belajar maupun kesejahteraan psikologis mahasiswa, sehingga menimbulkan berbagai hambatan dalam pencapaian akademik. (Rahmadani & Rahmawati, 2020).

Salah satu permasalahan yang banyak ditemukan adalah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda pengerjaan atau penyelesaian tugas akademik secara sengaja meskipun individu mengetahui adanya konsekuensi negatif dari perilaku tersebut (Steel, 2007). Bentuk perilaku ini dapat berupa menunda tugas, menunda menyelesaikan tugas yang telah dimulai, maupun menghindari aktivitas akademik tertentu. Perilaku tersebut tidak hanya berdampak pada keterlambatan penyelesaian tugas, tetapi juga dapat memengaruhi kualitas hasil belajar dan pencapaian akademik mahasiswa (Muyana & Dahlan, 2018). Mahasiswa yang terbiasa melakukan prokrastinasi cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola waktu dan menyelesaikan tugas secara efektif sehingga berbagai tanggung jawab akademik menjadi tertunda.

Penelitian yang dilakukan terhadap 209 mahasiswa menunjukkan bahwa 61,24% mahasiswa berada pada kategori prokrastinasi akademik sedang, 6,22% berada pada kategori tinggi, dan 0,48% berada pada kategori sangat tinggi. Temuan tersebut menunjukkan adanya ketidaksesuaian harapan perguruan tinggi yang menghendaki mahasiswa mampu menjalankan tanggung jawab akademik secara optimal dengan kenyataan bahwa sebagian mahasiswa masih menunjukkan kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik (Sa'diah & Nurfarhanah, 2024).

Dampak dari prokrastinasi akademik dapat terlihat pada berbagai permasalahan akademik yang dialami mahasiswa. Perilaku menunda pengerjaan tugas dapat menyebabkan keterlambatan penyelesaian studi, menurunkan kualitas belajar, serta menghambat pencapaian akademik mahasiswa. Selain berdampak pada aspek akademik, prokrastinasi juga dapat meningkatkan stres, kecemasan, rasa bersalah, serta berbagai bentuk tekanan psikologis lainnya yang dialami mahasiswa ketika menghadapi tuntutan akademik (Septaniar, 2020).

Prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor eksternal maupun faktor internal. Faktor eksternal dapat berupa lingkungan belajar, tuntutan akademik, maupun kondisi sosial individu. Sementara itu, faktor internal berkaitan dengan kondisi psikologis individu seperti motivasi, regulasi diri, kecemasan, dan kepercayaan diri. Salah satu faktor psikologis yang diduga memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik ialah *fear of failure*.

Fear of failure merupakan kondisi ketika individu memiliki ketakutan terhadap kemungkinan mengalami kegagalan dalam suatu situasi tertentu (Conroy, 2001). Individu yang memiliki *fear of failure* cenderung merasa takut terhadap konsekuensi negatif dari kegagalan, seperti rasa malu, kehilangan kepercayaan diri, maupun penilaian negatif dari lingkungan sekitar. Dalam konteks akademik, mahasiswa yang memiliki *fear of failure* cenderung merasa cemas ketika menghadapi tugas atau tuntutan akademik tertentu.

Ketakutan terhadap kegagalan dapat menyebabkan mahasiswa memilih untuk menghindari tugas sebagai bentuk perlindungan diri terhadap kemungkinan hasil yang tidak sesuai harapan (Zahro et al., 2025). Salah satu bentuk penghindaran yang sering muncul ialah menunda pengerjaan tugas akademik. Mahasiswa yang memiliki *fear of failure* cenderung lebih fokus pada kemungkinan hasil negatif dibandingkan proses pengerjaan tugas itu sendiri. Akibatnya, tugas yang seharusnya segera diselesaikan justru ditunda karena adanya rasa takut, cemas, atau khawatir terhadap kegagalan. Perilaku menunda tersebut sering digunakan sebagai cara untuk mengurangi tekanan emosional sementara ketika menghadapi tuntutan akademik. Namun, strategi tersebut hanya memberikan kenyamanan dalam jangka pendek dan berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan akademik maupun psikologis ketika tenggat waktu semakin dekat. Dalam jangka panjang, perilaku prokrastinasi dapat menghambat perkembangan akademik maupun kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan pendidikan tinggi. Mahasiswa juga dapat mengalami penurunan motivasi belajar akibat tekanan akademik yang terus meningkat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *fear of failure* memiliki hubungan dengan munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Sebagian besar penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Tan et al., 2022; Karim & Alim 2021; Sudirman et al., 2023). Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga menunjukkan hasil serupa, di mana peningkatan *fear of failure* diikuti oleh peningkatan kecenderungan prokrastinasi akademik (Revaldo et al., 2023). Meskipun sebagian besar penelitian menemukan hubungan positif, terdapat penelitian lain yang tidak menemukan pengaruh yang signifikan antara kedua variabel tersebut (Parastiara & Yoenanto, 2022). Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa

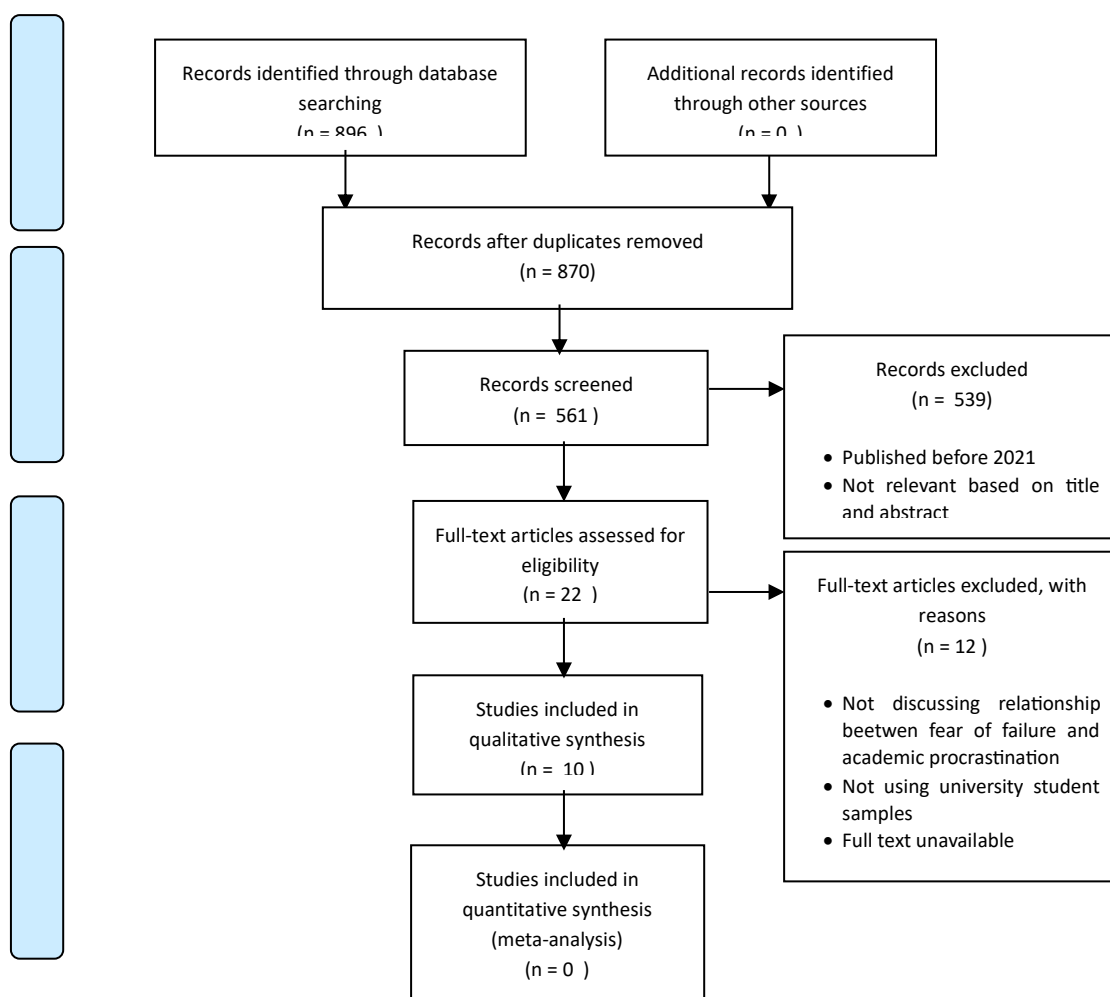
hubungan anatar *fear of failure* dan prokrastinasi akademik masih memerlukan kajian lebih lanjut untuk memperoleh pemahaman komprehensif.

Penelitian sebelumnya menemukan hasil yang beragam karena umumnya dilakukan pada populasi, karakteristik responden, dan konteks penelitian yang berbeda. Selain itu, sebagian penelitian juga mengkaji *fear of failure* bersama variabel lain, seperti perfeksionisme, motivasi berprestasi, dan *task aversiveness* sehingga diperlukan kajian literatur sistematis untuk merangkum berbagai temuan yang telah ada dan memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa melalui pendekatan kajian literatur sistematis.

METODE PENELITIAN

Proses pencarian dan penyaringan artikel dilakukan melalui beberapa tahapan hingga diperoleh artikel yang sesuai dengan kriteria. Tahapan tersebut disajikan pada diagram berikut.



Gambar 1. Diagram PRISMA

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review (SLR)*. Metode SLR merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengidentifikasi, mengkaji, mengevaluasi, dan mensintesis berbagai hasil penelitian yang relevan secara sistematis dan terstruktur. Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data sekunder yang diperoleh dari artikel ilmiah yang diperoleh dari artikel ilmiah yang dapat diakses melalui database Google Scholar.

Pencarian artikel dilakukan menggunakan beberapa kata kunci dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, yaitu “ketakutan akan kegagalan” AND “prokrastinasi akademik” AND “mahasiswa”, “fear of failure” AND “academic procrastination” AND “university student”, serta kombinasi kata kunci lain yang berkaitan dengan penelitian. Penggunaan operator Boolean “AND” bertujuan untuk mempersempit hasil pencarian agar sesuai dengan fokus penelitian. Berdasarkan hasil pencarian awal tanpa batas tahun publikasi, diperoleh sebanyak 896 artikel. Selanjutnya, artikel diseleksi kembali dengan menggunakan rentang tahun publikasi 2021-2025 sehingga diperoleh sebanyak 561 artikel untuk memasuki tahap screening.

Artikel yang digunakan dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel penelitian yang membahas hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi akademik, (2) subjek penelitian merupakan mahasiswa, (3) artikel dipublikasikan dalam jurnal ilmiah, (4) artikel tersedia dalam bentuk full text, dan (5) artikel dipublikasikan dalam rentang tahun 2021–2025. Sementara itu, kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, (2) artikel yang tidak memiliki hasil penelitian yang jelas, dan (3) artikel duplikat.

Proses seleksi artikel dilakukan menggunakan tahapan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*. Tahapan tersebut meliputi identifikasi, penyaringan (screening), kelayakan (eligibility), dan inklusi (included). Pada tahap identifikasi, peneliti mengumpulkan artikel berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan. Selanjutnya, pada tahap screening, artikel yang tidak relevan dan artikel duplikat dieliminasi berdasarkan judul dan abstrak. Pada tahap ini, sebanyak 539 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan fokus penelitian. Setelah itu, diperoleh 22 artikel full text yang masuk pada tahap eligibility. Pada tahap ini, artikel ditelaah lebih mendalam berdasarkan isi artikel dan kesesuaiannya dengan kriteria penelitian. Sebanyak 12 artikel dikeluarkan karena tidak sesuai dengan kriteria inklusi, sehingga diperoleh 10 artikel yang memenuhi kriteria dan digunakan dalam penelitian ini.

Teknik pengumpulan data dan analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode dokumentasi melalui pengumpulan informasi penting dari artikel yang telah dipilih, seperti nama penulis, tahun penelitian, metode penelitian, jumlah sampel, dan hasil penelitian. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif kualitatif dengan cara membandingkan, mengelompokkan, dan menginterpretasikan hasil penelitian untuk memperoleh gambaran mengenai hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil proses identifikasi, penyaringan, dan seleksi artikel menghasilkan sepuluh artikel yang telah memenuhi kriteria. Analisis dilakukan terhadap karakteristik penelitian yang meliputi penulis dan tahun publikasi, judul penelitian, metode penelitian, serta temuan utama terkait hubungan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Ringkasan hasil analisis artikel tersebut disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis artikel

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode	Temuan Utama
1	Nur Fauziah Karim, Minarni, & Syahrul Alim (2021)	<i>Can Fear of Failure Predict Academic Procrastination?</i>	Kuantitatif	<i>Fear of failure</i> berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan kontribusi besar (38,6%).
2	Eunice Wan-Yi Tan & Kususanto Ditto Prihadi (2022)	<i>Fear of Failure and Academic Procrastination among University Students</i>	Kuantitatif	<i>Fear of failure</i> memprediksi prokrastinasi akademik secara positif, tetapi tidak dimediasi <i>expectancy-value</i> .
3	Maulana Limbong, Lahmudin Lubis, & Risydah Fadillah (2024)	Hubungan <i>Fear of Failure</i> dan <i>Anxiety</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif antara <i>fear of failure</i> dengan prokrastinasi akademik dengan skor $<0,300$ dan nilai $(R_{xy}) = 0,585$ dengan $p = 0.000 < 0.05$ dengan tingkat hubungan kuat, artinya semakin tinggi <i>Fear Of Failure</i> maka semakin tinggi juga prokrastinasi Akademik mahasiswa
4	Elfriska Auly Adenia, Dewi Mustami'ah, & Lutfi Arya (2021)	<i>Task Aversiveness, Fear of Failure dan Prokrastinasi Akademik</i>	Kuantitatif	<i>Fear of failure</i> berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik sebesar 13,6%
5	Cindi Claudia & Untung Subroto (2024)	Hubungan Perasaan Takut akan Kegagalan dengan Perilaku	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif dan signifikan antara <i>fear of failure</i> dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode	Temuan Utama
		Menunda pada Mahasiswa		($p=0,0000$; $r= 0,3300$. Semakin tinggi <i>fear of failure</i> , semakin tinggi perilaku menunda akademik.
6	Akza Rajuwana Parastiara & Nono Hery Yoenanto (2022)	Pengaruh <i>Fear of Failure</i> dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Skripsi	Kuantitatif	Tidak ditemukan pengaruh signifikan <i>fear of failure</i> terhadap prokrastinasi akademik.
7	Erdoğan Duru, Murat Balkis, Sibel Duru (2024)	<i>Fear of failure and academic satisfaction: the mediating role of emotion regulation difficulties and procrastination</i>	Kuantitatif	<i>Fear of failure</i> berhubungan positif dengan kesulitan regulasi emosi dan prokrastinasi akademik. Kesulitan regulasi emosi memediasi hubungan <i>fear of failure</i> dengan prokrastinasi, sedangkan prokrastinasi menurunkan kepuasan akademik mahasiswa.
8	Sudirman, S. A., Reza, F. A., Yusri, N. A., Rina, R., & Bah, M. (2023)	<i>Putting Off Until Tomorrow: Academic Procrastination, Perfeksionisme, and Fear of Failure</i>	Kuantitatif	Penelitian menunjukkan bahwa <i>fear of failure</i> memiliki hubungan positif dengan prokrastinasi akademik ($r = 0,619$), sedangkan perfeksionisme memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik ($r = -0,522$). <i>Fear of failure</i> memberikan kontribusi lebih besar terhadap prokrastinasi akademik dibanding perfeksionisme.
9	Ira Septiani Iswara, MIF Baihaqi, dan	Takut akan Kegagalan sebagai Prediktor Prokrastinasi	Kuantitatif	<i>Fear of failure</i> berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Semakin

No.	Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode	Temuan Utama
	Helli Ihsan (2021)	Akademik Dimoderasi Status Identitas Vokasional Mahasiswa Bidikmisi UPI		tinggi <i>fear of failure</i> , semakin tinggi prokrastinasi akademik. Status identitas vokasional achievement dan foreclosure memoderasi hubungan tersebut.
10	Deo Revaldo Nabiel Butar Butar, Herlan Praktikto, Suhadianto” dan “Sukma (2023)	<i>Fear of failure</i> pada mahasiswa menyusun skripsi: Bagaimana peran prokrastinasi akademik?	Kuantitatif	Terdapat hubungan positif dan signifikan antara <i>fear</i> <i>of failure</i> dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi; semakin tinggi <i>fear of</i> <i>failure</i> , maka semakin tinggi prokrastinasi akademik ($r = 0,667$; $p < 0,01$).

Berdasarkan hasil review terdapat sepuluh artikel penelitian, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa *fear of failure* memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat ketakutan mahasiswa terhadap kegagalan, maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa melakukan perilaku penundaan tugas akademik.

Hasil penelitian dari Karim & Alim (2021) menunjukkan bahwa *fear of failure* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan kontribusi sebesar 38,6%. Penelitian Tan et al. (2022) juga menunjukkan bahwa *fear of failure* secara signifikan memprediksi prokrastinasi akademik pada mahasiswa universitas. Temuan serupa ditemukan dalam penelitian Limbong & Serdang, (2024), Adenia et al., (2021), serta Revaldo et al., (2023) yang menunjukkan adanya hubungan positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik.

Beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa *fear of failure* tidak berdiri sendiri dalam memengaruhi prokrastinasi akademik, tetapi berkaitan dengan faktor psikologis lainnya seperti perfeksionisme, regulasi emosi, motivasi berprestasi, dan *task aversiveness*. Penelitian Sudirman et al. (2023) menemukan bahwa *fear of failure* memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap prokrastinasi akademik dibandingkan perfeksionisme. Sementara itu, penelitian Duru et al. (2024) menunjukkan bahwa kesulitan regulasi emosi memediasi hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik.

Namun demikian, tidak seluruh penelitian menunjukkan hasil yang konsisten. Penelitian yang dilakukan oleh Parastiara & Yoenanto,(2022) menunjukkan bahwa *fear of failure* tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik

pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik masih dapat dipengaruhi karakteristik subjek maupun faktor psikologis.

Pembahasan

Analisis terhadap sepuluh artikel menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menemukan hubungan positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Dari kesepuluh studi tersebut, sembilan di antaranya menemukan adanya pengaruh atau hubungan positif yang signifikan, sementara satu penelitian tidak menemukan pengaruh signifikan (Parastiara & Yoenanto, 2022). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat *fear of failure* tinggi memiliki kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan tingkat *fear of failure* rendah (Karim & Alim, 2021; Sudirman et al., 2023; Iswara et al., 2021).

Konsistensi hubungan tersebut terlihat dari besarnya kontribusi dan kekuatan hubungan yang ditemukan pada berbagai penelitian. Karim & Alim, (2021) menemukan bahwa *fear of failure* memberikan kontribusi sebesar 38,6% terhadap prokrastinasi akademik. Temuan ini memperkuat argumen bahwa *fear of failure* merupakan salah satu prediktor utama prokrastinasi akademik, di atas sejumlah faktor lain seperti perfeksionisme maladaptif atau regulasi diri yang rendah. Sementara itu, Adenia et al., (2021) menunjukkan kontribusi paling rendah yaitu sebesar 13,6%. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian Claudia & Subroto, (2024) dan Revaldo et al., (2023) yang menunjukkan hubungan positif dengan kategori sedang hingga kuat. Secara umum, hasil-hasil tersebut memperlihatkan bahwa kekhawatiran tidak mampu mencapai standar yang diharapkan mendorong sebagian mahasiswa menghindari tugas yang dianggap berisiko menimbulkan kegagalan.

Besarnya hubungan antara kedua variabel juga tercermin dari nilai korelasi yang ditemukan dalam beberapa penelitian. Nilai korelasi tertinggi ditemukan pada penelitian (Revaldo et al., 2023) dengan $r = 0,667$ pada sampel mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang secara statistik menunjukkan hubungan positif yang kuat antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik. Penelitian (Sudirman et al., 2023) juga melaporkan korelasi yang tinggi dengan $r = 0,619 (p < 0,01)$. Berbagai penelitian yang dikaji menunjukkan pola yang serupa. Pola yang muncul secara konsisten tersebut menunjukkan bahwa peningkatan *fear of failure* diikuti oleh meningkatnya kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki ketakutan tinggi terhadap kegagalan cenderung memandang tugas akademik sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan dan berpotensi mengungkap ketidakmampuan diri sehingga mahasiswa lebih mudah mengalihkan perhatian pada aktivitas lain dan melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas (Sebastian, 2013).

Kondisi tersebut dapat dijelaskan melalui *Self-Worth Theory* yang menjelaskan bahwa individu memiliki kebutuhan untuk mempertahankan harga diri dan berusaha menghindari situasi yang dapat mengancam penilaian terhadap kemampuan dirinya (Covington, 1992). Dalam konteks akademik, prokrastinasi dapat berfungsi sebagai perlindungan diri (*self-protection strategy*) yang digunakan untuk mengurangi ancaman terhadap harga diri. Melalui prokrastinasi, kegagalan yang mungkin terjadi

dapat dianggap sebagai keterbatasan waktu atau kurangnya usaha dibandingkan dengan rendahnya kemampuan yang dimiliki individu.

Selain sebagai upaya perlindungan harga diri, hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik juga dapat dipahami melalui perspektif regulasi diri. Temuan-temuan dalam kajian ini sejalan dengan pandangan Steel (2007) yang menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan bentuk kegagalan regulasi diri (*self-regulation failure*). Dalam situasi yang menimbulkan tekanan, individu lebih memilih menghindari ketidaknyamanan emosional jangka pendek dibandingkan menghadapi tuntutan yang diperlukan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Mahasiswa cenderung akan menghindari tugas ketika menganggap tugas akademik sebagai ancaman karena adanya kemungkinan kegagalan. Oleh karena itu, prokrastinasi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengatur waktu, tetapi juga berfungsi sebagai strategi penghindaran terhadap emosi negatif yang muncul akibat *fear of failure*.

Hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik juga dapat dijelaskan melalui *Expectancy-Value Theory* (Wigfield, 2000). Teori ini menjelaskan bahwa motivasi seseorang dalam mengerjakan tugas dipengaruhi oleh ekspektasi terhadap keberhasilan dan nilai yang diberikan pada tugas tersebut. Mahasiswa yang memiliki *fear of failure* tinggi cenderung memiliki ekspektasi keberhasilan yang rendah karena lebih berfokus pada kemungkinan gagal dibanding peluang untuk berhasil. Akibatnya motivasi untuk menyelesaikan tugas semakin menurun.

Meskipun berbagai teori tersebut mampu menjelaskan hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik, beberapa penelitian menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak selalu berlangsung secara langsung. Temuan (Tan et al., 2022), menarik perhatian karena mereka menemukan bahwa meskipun *fear of failure* memprediksi prokrastinasi akademik secara positif, hubungan tersebut tidak dimediasi oleh *expectancy-value*. Hasil tersebut mengisyaratkan bahwa hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik kemungkinan dapat melibatkan mekanisme psikologis lain yang belum sepenuhnya dapat dijelaskan oleh aspek ekspektasi dan nilai tugas. Kesulitan dalam regulasi emosi diketahui dapat menjadi salah satu faktor yang memediasi hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik, sekaligus berdampak pada rendahnya kepuasan akademik mahasiswa (Duru et al., 2024). Dengan demikian, hubungan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik tidak dapat dipahami melalui satu jalur penjelasan saja penjas, melainkan melibatkan mekanisme yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis.

Penelitian yang direview juga menunjukkan adanya faktor lain yang berperan dalam hubungan kedua variabel tersebut. Iswara et al. (2021) menemukan bahwa status identitas vokasional berperan sebagai moderator yang memengaruhi hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang memiliki tujuan karir dan arah masa depan yang lebih jelas cenderung mampu mengelola ketakutan terhadap kegagalan dibandingkan mahasiswa yang mengalami kebingungan dalam menentukan identitas vokasionalnya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dampak *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik dapat berbeda-beda bergantung pada karakteristik psikologis yang dimiliki mahasiswa.

Penelitian yang tidak menemukan pengaruh signifikan, yaitu (Parastiara & Yoenanto, 2022) memberikan kontribusi penting dalam diskusi ini sebagai bukti

bahwa hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik tidak selalu muncul konsisten di setiap populasi penelitian, melainkan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor kontekstual. Ketidaksignifikanan *fear of failure* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang lebih kuat memengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Salah satu faktor yang diduga memengaruhi hasil tersebut adalah adanya variabel motivasi berprestasi yang memiliki pengaruh lebih kuat terhadap prokrastinasi akademik dibandingkan *fear of failure*. Selain itu, karakteristik responden yang spesifik merupakan mahasiswa tingkat akhir juga berperan dalam menjelaskan hasil tersebut. Mahasiswa tingkat akhir umumnya menghadapi tekanan akademik yang lebih tinggi selama proses penyusunan tugas akhir, namun pada saat yang sama mereka telah mengembangkan strategi *coping* untuk mengelola tekanan tersebut sehingga lebih mampu beradaptasi terhadap tuntutan akademik yang dihadapi (Al-arief, 2025). Kemampuan adaptasi yang lebih baik memungkinkan mereka untuk tetap menyelesaikan tugas meskipun memiliki ketakutan akan kegagalan.

Berdasarkan seluruh artikel yang dikaji, *fear of failure* merupakan faktor psikologis yang secara konsisten dan signifikan memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Keterkaitan antara kedua variabel muncul melalui berbagai mekanisme psikologis yang saling berhubungan, mulai dari upaya mempertahankan harga diri (*Self-Worth Theory*), rendahnya harapan untuk berhasil (*Expectancy-Value Theory*), hingga kesulitan dalam mengelola emosi negatif. Mahasiswa yang memiliki tingkat *fear of failure* tinggi cenderung memandang tugas akademik sebagai sumber ancaman terhadap harga diri sehingga memilih melakukan penundaan sebagai bentuk perlindungan diri. Perbedaan besaran pengaruh yang ditemukan pada setiap penelitian, mulai dari kontribusi 13,6% (Adenia et al., 2021) hingga 38,6% (Karim & Alim, 2021), menunjukkan bahwa *fear of failure* bukan satu-satunyatafaktor yang menentukan munculnya prokrastinasi akademik. Pengaruh tersebut dapat berubah bergantung pada faktor lain, seperti regulasi emosi, status identitas vokasional, motivasi berprestasi, maupun karakteristik tugas akademik yang dihadapi mahasiswa. Temuan Parastiara & Yoenanto, (2022), semakin menegaskan bahwa hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik perlu dipahami secara lebih kontekstual dengan mempertimbangkan interaksi berbagai faktor psikologis yang terlibat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil *systematic literature review* terhadap sepuluh artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa *fear of failure* merupakan salah satu faktor psikologis yang berhubungan dengan munculnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *fear of failure*, semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, mahasiswa perlu mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan cara menghadapi kegagalan secara adaptif untuk mengurangi kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji faktor mediator dan moderator, seperti,

regulasi emosi, motivasi berprestasi, dan identitas vokasional, agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai hubungan *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adenia, E. A., Arya, L., Psikologi, F., & Hang, U. (2021). Task aversiveness, fear of failure dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 4(2), 34–46. <https://journal-psikologi.hangtuah.ac.id>
- Al-arief, E. Y. A. (2025). Pengelolaan stres akademik melalui strategi coping pada mahasiswa penyusun skripsi. *JEDMI: Journal of Education and Multidisciplinary Studies*, 1(1), 47–58. <https://journal.megantaraabdinusa.org/index.php/jedmi/index>
- Claudia, C., & Subroto, U. (2024). Hubungan perasaan takut akan kegagalan dengan perilaku menunda pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 47613–47621. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/23100>
- David E. Conroy. (2001). *Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: the performance failure appraisal inventory (PFAI)* (p. Vol 14, pp, 431–452). <https://doi.org/10.1080/10615800108248365>
- 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*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00868-9>
- Iswara, I. S., Baihaqi, M. I. F., & Ihsan, H. (2021). Takut akan kegagalan sebagai prediktor prokrastinasi akademik dimoderasi status identitas vokasional mahasiswa bidikmisi UPI. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi (Journal Psychology Science and Profession)*, 5(2), 159–176. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v5i2.29660>
- Karim, N. F., & Alim, S. (2021). Can fear of failure predict academic procrastination ? A study of Indonesian university students. *Indonesian Journal of Psychological Research*, 2(2), 105–112. <https://doi.org/10.32505/inspira.v2i2.3402>
- Limbong, M., & Serdang, S. A. D. (2020). Hubungan fear of failure dan anxiety dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa magister psikologi universitas medan area 2020. *Modeling: Jurnal Program Studi PGMI*, 11, 1338–1357. <https://doi.org/10.69896/modeling.viii.2746>
- Martin V. Covington. (1992). *Making the grade: A self-worth perspective on motivation and school reform*. Cambridge University Press.
- Muyana, S., & Dahlan, U. A. (2018). Prokrastinasi akademik kalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45–52. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>
- Parastiara, A. R., & Yoenanto, N. H. (1851). Pengaruh fear of failure dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 415–425. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34637>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional : studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama.

- Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 158–166.
<https://doi.org/https://doi.org/10.29210/145700>
- Revaldo, D., Butar, N., Psikologi, F., Praktiko, H., Psikologi, F., & Psikologi, F. (2023). Fear of failure pada mahasiswa menyusun skripsi: Bagaimana peran prokrastinasi akademik? *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(02), 248–258.
<https://doi.org/10.30996/sukma.v4i2.10356>
- Sa'diah, M. A., & Nurfarhanah. (2024). *Gambaran Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Dan Implikasinya Dalam Pelayanan Konseling*. 4(1), 970–981.
<https://doi.org/10.58578/arzusin.v4i6.3948>
- Sebastian, I. (2013). Never be afraid hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1–8.
<https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/441>
- Septanir, A. (2020). *Hubungan perfeksionisme dan fear of failure dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan tugas akademik pada mahasiswa ilmu pendidikan jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan universitas negeri makassar*. 1, 1–9.
<http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25304>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination : a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sudirman, A., Reza, F. A., Yusri, N. A., & Rina, R. (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>
- Tan, E. W., Prihadi, K. D., & Info, A. (2022). *Fear of failure and academic procrastination among university students : The role of achievement expectancy and year of study*. 11(1), 69–77. <https://doi.org/10.11591/ijere.v11i1.22201>
- Wigfield, A. (2000). *Expectancy – value theory of achievement motivation*. 81, 68–81.
<https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1015>
- Xaverius, F., Roosdyanto, D., & Fahlevi, R. (2025). Kesejahteraan subjektif pada mahasiswa universitas x jakarta. *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, 18(1), 50–59. <https://doi.org/10.24912/provita.v18i1.33731>
- Zahro, A., Amelia, R., Mercu, U., & Yogyakarta, B. (2025). The meaning of fear of failure for final year students : a phenomenological approach. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(2001), 12928–12938. <https://joecy.org/index.php/joecy>