



FEAR OF FAILURE PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Rossaline Friencesca Berliana Pradini¹, Deasy Christia Sera²

^{1,2}*Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang*

e-mail: rossaline.pradini@student.unmer.ac.id¹, deasy.sera@unmer.ac.id²

ABSTRAK

Tahun 2020 terjadi peningkatan penyebaran virus Covid-19 di seluruh Dunia, sebagai upaya pencegahan angka tersebut pemerintah menerapkan kebijakan Penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Pemblakuan kebijakan ini tidak terkecuali berdampak pada proses pembelajaran perkuliahan. Mahasiswa dituntut untuk menyesuaikan proses pembelajaran dengan metode perkuliahan jarak jauh. Pembatasan yang diberlakukan oleh pemerintah menimbulkan stress terhadap nilai yang jelek dan kecemasan akan kegagalan dalam perkuliahan. *Fear of failure* adalah kecenderungan dalam menilai sesuatu sebagai ancaman dan adanya perasaan cemas terhadap situasi yang memungkinkan terjadinya kegagalan. Tujuan dari tulisan ini adalah untuk memberikan gambaran dinamika *Fear of failure* (FF) pada mahasiswa di masa pandemi dalam menjalani proses perkuliahan sehingga mahasiswa dapat meningkatkan dan memperkuat keyakinan dapat mengerjakan tugas yang diberikan, menumbuhkan keinginan dari dalam diri untuk berprestasi dan menggunakan motivasi instrinsik yang dimiliki serta dari dukungan orang terdekat.

Kata Kunci: *Fear of Failure*, Mahasiswa, Covid-19

ABSTRACT

In 2020 there was an increase in the spread of the Covid-19 virus throughout the world, as an effort to prevent this number the government implemented a policy of implementing Large-Scale Social Restrictions (PSBB). The enactment of this policy is no exception having an impact on the lecture learning process. Students are required to adapt the learning process to the distance lecture method. Restrictions imposed by the government create stress on poor grades and anxiety about failure in lectures. *Fear of failure* is a tendency to judge something as a threat and a feeling of anxiety about situations that allow failure to occur. The purpose of this paper is to provide an overview of the dynamics of *Fear of failure* (FF) in students during the pandemic during the lecture process so that students can increase and strengthen their belief that they can do the given task, foster an inner desire to excel and use their intrinsic motivation. as well as from the support of the closest people.

Keywords: *Fear of failure*, students, Covid-19



PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, Indonesia mengalami perubahan secara signifikan diberbagai sektor kehidupan. Dengan adanya kemunculan virus *corona virus disease* atau yang dikenal dengan Covid 19 mengakibatkan pemerintah dan seluruh masyarakat terpaksa waspada terhadap penyebaran virus ini. Pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menetapkan kondisi ini sebagai pandemi yang dikarenakan cepatnya penyebaran dari virus Covid-19 ini. Untuk mencegah semakin tinggi penyebaranvirus tersebut, pemerintah mengupayakan berbagai cara. Salah satunya adalah Penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang umumkan pada tanggal 31 Maret 2020 sebagai upaya pemerintah dalam mengantisipasi penyebaran Covid-19 yang semakin meluas.

Penerapan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) adalah pembatasan kegiatan tertentu penduduk dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi Covid-19 yang bertujuan untuk mencegah kemungkinan penyebaran Covid-19 (Kemenkopmk, 2020). Pembatasan ini berupa peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, pembatasan kegiatan di tempat/ fasilitas umum. Implementasi dari PSBB tidak terkecuali berdampak pada proses pembelajaran yang dialami oleh mahasiswa.

Menurut Fauziyyah, et al (2021) dalam penelitiannya menunjukkan terdapat pengaruh pandemi Covid-19 terhadap tingkat stress dan kecemasan mahasiswa selama perkuliahan jarak jauh. Terdapat 55,1% angka stress pada mahasiswa di Indonesia dan 66,3% pada mahasiswa di luar Indonesia. Sedangkan kecemasan pada mahasiswa di Indonesia sebesar 40% dan 57,2% pada mahasiswa di luar Indonesia. Faktor akademik menjadi salah satu penyumbang potensi mahasiswa mengalami stress dikarenakan perubahan gaya belajar, pemberian tugas, target pencapaian nilai, serta terkait dengan prestasi akademik. Dan semakin tinggi tingkat stress pada mahasiswa akan mengakibatkan terjadinya penurunan prestasi akademik serta berpengaruh pada kesehatan fisik dan mental mereka.

Keadaan tersebut diperkuat dengan hasil penelitian dari Fauzan (2021) yaitu gambaran mahasiswa yang menilai bahwa perkuliahan jarak jauh kurang optimal untuk memahami materi yang disampaikan oleh pengajar sehingga mengakibatkan kurang efektif dalam pembelajaran. Menurut Christianto, et al (2020), mendapatkan nilai jelek adalah salah satu yang membuat mahasiswa merasa cemas karena perkuliahan secara online. Nilai jelek banyak disebutkan secara bersamaan dengan kecemasan mahasiswa akan kegagalan kuliah. Mahardika (2008) dalam penelitiannya menemukan bahwa mahasiswa dengan prestasi akademik yang tinggi akan cenderung mendapatkan kemudahan dalam mencari pekerjaan sehingga ini menjadi salah satu faktor munculnya kecemasan mahasiswa dalam menghadapi dunia kerja.

Fear of failure (Conroy, 2007) merupakan kecenderungan untuk menilai ancaman dan merasa cemas dengan situasi yang melibatkan kemungkinan terjadinya kegagalan. Menurut Atkinson (Conroy, et al, 2007) *fear of failure* merupakan sebuah bentuk dorongan untuk menghindari kegagalan terutama



konsekuensi negative yang timbul dari kegagalan seperti rasa malu dan menurunnya konsep diri. Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008), *Fear* berarti “takut”. Rasa takut ialah rasa gentar yang muncul saat individu menghadapi sesuatu yang telah dianggap dapat mendatangkan sebuah bencana. Sedangkan menurut Chaplin (2006), rasa takut ialah sebuah bentuk dari reaksi emosional yang kuat dan meliputi sebuah perasaan yang tidak menyenangkan. Sehingga menyebabkan individu mudah mengalami resah dan gelisah.

Adanya dampak dari ketakutan akan kegagalan yaitu kecemasan dan yang tinggi, penurunan motivasi, menjadi pribadi yang tidak stabil, pesimis, dan menghindari suatu tujuan, serta menurunnya kualitas saat terlibat di situasi kegiatan. Akan tetapi, beberapa individu juga mengalami rasa takut akan kegagalan, dan membuat individu tersebut menjadi termotivasi dalam berlatih, serta belajar lebih giat lagi dalam menghindari kegagalan tersebut (Conroy, 2001)

Faktor yang mempengaruhi ketakutan akan kegagalan yaitu karakteristik lingkungan, pola asuh orang tua, pengalaman belajar, kontekstual, faktor subjektif, tempat tinggal, pengalaman masa kecil, serta sekolah (Conroy, 2007). Salah satu hal yang bisa membuat individu merasa takut akan kegagalan adalah takut memberikan rasa kecewa terhadap orang tua, persepsi mengenai harapan orang tua yang menjadikan individu tersebut merasa orang tuanya menuntut keberhasilan dalam menyelesaikan tugas akhir dengan lulus tepat waktu (Tengku A, 2003).

Berdasarkan uraian di atas, *fear of failure* merupakan salah satu faktor yang akan menghambat mahasiswa dalam proses menjalani perkuliahan jarak jauh. Melalui studi literatur ini, diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada mahasiswa terkait bagaimana gambaran *fear of failure* pada mahasiswa di masa pandemi Covid-19.

METODE

Metode yang digunakan dalam studi ini adalah *literature review*. *Literature review* merupakan kegiatan yang berfokus pada sebuah topik spesifik yang menjadi minat untuk dapat dianalisis secara kritis dengan mencari hubungan kontekstual dari semua literature yg dibaca. Isi dari *literature review* adalah tentang teori, temuan dan bahan [enelitian lain yang diperoleh dari bahan acuan untuk dijadikan sebagai landasan dalam kegiatan penelitian. Tujuan dari metode *literature review* ini adalah untuk memperoleh gambaran tentang hal apa yang telah dikerjakan sebelumnya oleh peneliti lain dan untuk menghindari duplikasi penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Fear of failure didefinisikan oleh American Psychological Association (Martin, 2012) sebagai kecemasan yang terus menerus muncul serta irasional tentang kegagalan dalam memenuhi standar dan



tujuan yang telah ditetapkan oleh diri sendiri maupun orang lain. Terdapat dua kelompok *fear of failure*, yaitu: 1) siswa yang mengatasi ketakutan mereka akan kegagalan dengan bekerja keras yang disebut dengan *overstrivers* (atau bisa disebut juga sebagai perfeksionis) dan 2) siswa yang mengatasi ketakutan akan kegagalan mereka melalui aktivitas kontraproduktif yang ditujukan pada perlindungan diri daripada mencapai kesuksesan.

Tabel 1. Karakteristik *Fear of Failure*

Tema <i>Fear of Failure</i>	Berdampak pada diri sendiri	Berhubungan dengan orang lain
Karier	Mendapatkan nilai akademik yang kecil <i>Drop Out (DO)</i> Tidak Lulus Tujuan Karir nya di masa depan Penghardaan diri rendah Kehilangan dukungan Tidak percaya diri	Tertinggal dari teman-temannya Merasa kehilangan teman Merasa tidak memiliki teman Kurang membaaur dengan teman-teman yang lain

Sumber: Andi Kiswanto (2002)

Menurut Conroy (2002), adanya lima dimensi *Fear of Failure* yaitu

1. Takut jika dihina dan dipermalukan (*fear of shame and embarrassment*). Dimana individu ketika mengalami kegagalan dalam melakukan sesuatu dan diketahui oleh banyak orang yang dikenal dan tidak dikenal. Sehingga, individu tersebut merasa cemas dan selalu *negative thinking* terhadap apa yang telah orang lain pikirkan mengenai diri sendiri yang berkaitan dengan perasaan penghinaan dan perasaan malu yang nantinya akan didapatkan.
2. Takut jika estimasi diri menjadi menurun (*fear of devaluing one's self-estimate*). Ketakutan menurunnya estimasi diri akan membuat individu tersebut menjadi kurang percaya diri, selalu tidak merasa pintar, selalu merasa bahwa dirinya tidak mampu dalam menghadapi berbagai hal, serta tidak berbakat sehingga akan menyebabkan individu tersebut menjadi tidak mampu dalam mengontrol performa yang dimilikinya.
3. Takut jika kehilangan pengaruh sosial (*fear of losing social influence*). Selalu merasakan ketakutan jika kehilangan pengaruh sosial. Perasaan takut tersebut merupakan keterlibatan penilaian orang lain terhadap individu tersebut ketika mengalami kegagalan. Sehingga perasaan takut tersebut selalu membuat individu berpikir apakah teman terdekatnya akan menjauh jika ia mengalami kegagalan suatu saat nanti. Hingga pada akhirnya individu tersebut merasa jika suatu nilai didalam dirinya menurun dimata orang lain.
4. Takut jika mendapati masa depan yang tidak pasti (*fear of having an uncertain future*). Perasaan individu yang diakibatkan saat dirinya mengalami kegagalan. Dimana individu tersebut takut masa depan yang telah direncanakan dengan baik sebelumnya untuk jangka panjang dan jangka pendek akan hancur. Oleh karena itu, semakin tinggi rasa takut akan kegagalan yang dimiliki, maka semakin tinggi pula rasa takut mendapati masa depan yang tidak pasti.



5. Takut mengecewakan orang terdekatnya (*fear of upsetting important others*). Perasaan takut ketika individu tersebut gagal tetapi diharuskan melihat orang lain merasakan kekecewaannya tersebut, mendapat berbagai kritikan dari orang-orang yang dianggap penting didalam hidupnya seperti halnya orang tua, maupun kerabat.

Winkel (1996) menyebutkan ada 3 faktor yang mempengaruhi rasa takut akan kegagalan pada mahasiswa, yaitu:

1. Suasana belajar mengajar di kelas. Hal ini terkait dengan interaksi antara dosen pengajar dengan kelas tertentu, tingkat kesulitan materi kuliah, tingkat pentingnya bidang studi dalam keseluruhan kurikulum dan bagaimana cara evaluasi pembelajaran dilaksanakan.
2. Suasana di dalam keluarga. Mahasiswa akan merasa dikejar-kejar oleh harapan orang tua dan merasa khawatir karena akan mengecewakan mereka maupun diri sendiri akibat adanya tuntutan orang tua akan tingkat prestasi yang tinggi. Hal ini dapat mungkin juga terjadi jika budaya pendidikan keluarga yang tidak mendukung, misalnya orang tua jarang menuntut anak dalam mencapai prestasi, umpan balik positif yang jarang diberikan, meragukan kemampuan anak dengan memberikan kalimat yang menyalahkan dengan menuntut tingkat prestasi yang tinggi.
3. Cara berpikir mahasiswa itu sendiri. Tekanan yang diberikan oleh orang tua akan mempengaruhi pembentukan konsep diri negatif terdapa dirinya sendiri. Mahasiswa akan cenderung pesimis terhadap potensi yang dimilikinya serta masa depan yang dapat dicapai dengan kemampuannya yang terbatas.

Berdasarkan hasil penelitian Palmer (procastination, www.cds.mcmaster.ca, 2005) di *Center for Student Development University* di Amerika, seorang pelajar sering mengalami perasaan tertekan. Dikarenakan adanya tuntutan dari berbagai harapan orang tua atau orang terdekat disekelilingnya. Pelajar yang terjerumus dalam situasi tuntutan tersebut kerap kali takut akan kegagalan, takut kritikan orang lain terhadap dirinya, serta selali cemas ketika sukses di sekolah. Faktor lain yang membuat pelajar ketakutan akan kegagalan adalah menganggap kasih sayang berupa hadiah dari orangtuanya berdasarkan pada prestasi yang diperolehnya. Oleh karena itu, ketakutan akan semakin membesar apabila pelajar mendapatkan prestasi sebelumnya tetapi tidak berprestasi setelah mendapatkannya..

Adanya harapan dan keinginan orang tua kepada anak anak dalam mencapai prestasi akademik dan karir (Chatterje dan Sinha, 2013). Persepsi mahasiswa yang terlalu tinggi dari harapan orangtua dalam pendidikannya bisa mengalami konflik di dalam diri sendiri dan dapat menyebabkan rasa takut yang semakin besar. Rasa takut akan kegagalan dapat dialami sebagian mahasiswa sebagai suatu motivasi dalam berprestasi terhadap dirinya sendiri. Akan tetapi, ada juga mahasiswa yang menjadikan persepsi orang tua dan tuntutan tersebut adalah sumber stres yang akan mengakibatkan merasa takut akan kegagalan (Gusniarti, 2002).



Menurut Covington (Martin, 2012) lingkungan belajar perlu diperhatikan sebagai yang faktor yang mempengaruhi *fear of failure* pada siswa. Lingkungan belajar terbukti memiliki implikasi terhadap motivasi siswa serta dikaitkan dengan kecenderungan siswa untuk melindungi diri. Adanya dampak dari ketakutan akan kegagalan yaitu kecemasan dan yang tinggi, penurunan motivasi, menjadi pribadi yang tidak stabil, pesimis, dan menghindari suatu tujuan, serta menurunnya kualitas saat terlibat di situasi kegiatan. Akan tetapi, beberapa individu juga mengalami rasa takut akan kegagalan, dan membuat individu tersebut menjadi termotivasi dalam berlatih, serta belajar lebih giat lagi dalam menghindari kegagalan tersebut (Conroy, 2001)

Terdapat konsekuensi negatif dan positif (Conroy, et al, 2001) yang diperoleh saat individu mengalami *fear of failure*, yaitu:

1. Konsekuensi negatif yang diperoleh individu data mengalami *fear of failure* adalah individu akan merasa kehilangan control, mengalami perubahan dalam hubungan interpersonal, memiliki konsekuensi secara emosional, menyalahkan diri sendiri, dan merasa malu.
2. Konsekuensi positif yang diperoleh oleh individu yang mengalami *fear of failure* adalah menjadi pendorong individu untuk belajar dari kegagalan yang dialami, mendapatkan dukungan dari lingkungan sosial dari kegagalan yg dialami.

Dari pernyataan di atas menunjukkan bahwa *fear of failure* tidak seluruhnya memberikan konsekuensi yang negatif bagi mahasiswa yang sedang mengalami hambatan kesulitan dalam proses perkuliahan. Terdapat beberapa strategi (Hendriksen, 2019) yang dilakukan oleh mahasiswa untuk dapat mengatasi *fear of failure*:

1. Memahami apa yang menjadi sumber ketakutan
Kerap kali ketakutan akan kegagalan tidak jelas. Ketika rasa takut semakin tidak jelas, maka tidak bisa teratasi. Setelah rasa takut yang ada dalam diri cukup dipersempit, maka lebih mudah dalam merencanakan apa yang seharusnya dilakukan selanjutnya.
2. Menjawab “bagaimana jika” dalam sebuah pertanyaan
Kerap kali individu khawatir dengan segala macam pertanyaan sehingga dalam mengatasi rasa takut akan kegagalan sebaiknya menjawab dengan pertanyaan yang sebenarnya yaitu jika rasa takut akan terjadi apa yang akan dilakukan selanjutnya, dan bagaimana cara mengatasinya, serta siapa yang dapat menghiburnya.
3. Tidak hanya memvisualisasikan kesuksesan
Jangan hanya membayangkan masa depan yang diinginkan tetapi juga merenungkan kendala apa saja dalam menghadapi masa depan tersebut.
4. Fokus pada proses bukan pada hasil akhir



Menetapkan tujuan hingga setinggi langit adalah pemicu motivasi seseorang, tetapi juga membuat seseorang untuk menunda. Hal tersebut terjadi sebagai pengalaman pembelajaran dalam mencoba, dan menguasai bukan hanya pada titik akhir. Pemikiran tersebut tidak akan pernah salah apalagi jika seseorang mendapatkan pengetahuan yang benar-benar berharga sehingga tidak pernah mengalami kegagalan.

5. Mengingat jika kegagalan cepat berlalu

Pada saat seseorang mengatakan takut gagal dan benar-benar menakutinya, maka hal tersebut akan menjadi kegagalan yang dianggap sebagai sesuatu yang permanen dan tidak bisa diperbaiki. Kegagalan bukanlah akhir tetapi adalah tempat untuk manusia agar selalu belajar dari pengalamannya. Bahkan di saat mengalami kegagalan seseorang dapat bangkit, membersihkan diri, dan berpikir mengenai proses pembelajarannya.

KESIMPULAN

Dari pembahasan kajian literatur yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa *fear of failure* dialami oleh mahasiswa dalam proses pembelajaran jarak jauh terutama pada masa pandemi Covid-19 yang akan mempengaruhi motivasi diri sendiri untuk mencapai prestasi belajar. Faktor internal yang mempengaruhi *fear of failure* pada mahasiswa adalah kepercayaan diri dan faktor eksternal yang mempengaruhi *fear of failure* adalah kondisi keluarga dan lingkungan. Mahasiswa akan mengalami kecemasan yang tinggi, penurunan motivasi, menjadi pribadi yang tidak stabil, pesimis, dan menghindari suatu tujuan, serta menurunnya kualitas saat terlibat di situasi kegiatan. Keadaan tersebut dibutuhkan strategi agar mahasiswa mampu mengatasi kesulitan yang ada yaitu memahami apa yang menjadi sumber ketakutan, menjawab “bagaimana jika” dalam sebuah pertanyaan, tidak hanya memvisualisasikan kesuksesan, fokus pada proses bukan pada hasil akhir dan mengingat jika kegagalan cepat berlalu. Diharapkan dengan strategi tersebut dapat membantu mahasiswa menghadapi hambatan dalam proses pembelajaran jarak jauh di masa pandemi Covid.



DAFTAR PUSTAKA

- Angga, Pamungkas, A. F., Muhid, Abdul. 2020. Perfectionism, Shame, Social Support and Fear of Failure in High School Students. *Journal Of Education And Technology*, 4 (2), 276-288.
- Afifah, Maylatul. 2020. *Hubungan Antara Internal Locus of Control dengan Fear of Failure Success Pada Mahasiswa*. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Christianto, L. P., Kristiani, R., Fraztius, D. N., Santoso, S. D., Winsen, & Ardani, A. 2021. Kecemasan Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 3 (1), 67-82.
- Conroy, D. E., Poczwadowski, A., & Henchen, K. P. (2001). Evaluate Criteria And Emotional Response Associated With Failure And Success Among Elite Athletes And Performing Artist. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 300-322.
- Conroy, David E., Kaye, Miranda P., Fifer, Angela M. 2007. Cognitive Links Between Fear Of Failure And Perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 25 (4), 237-253.
- Fauzan, Muhammad. 2021. Perilaku Mahasiswa Dalam Melaksanakan Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi. *Jurnal Perilaku dan Strategi Bisnis*, 9 (1), 61-70.
- Fauziyyah, Rifa., Awinda, Rinka C., Besral. 2021. Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Bikfokes*, 1 (2), 113-123.
- Hasanah, Nadiatul. 2020. *Hubungan Ketakutan Akan Kegagalan Dengan Kesiapan Kerja Mahasiswa Psikologi Tingkat Akhir UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Hidayah, Nur Desiana. 2012. *Persepsi Mahasiswa Tentang Harapan Orang Tua Terhadap Pendidikan dan Ketakutan Akan Kegagalan*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang.
- Kemendikbud. Pembatasan Sosial Berskala Besar. <https://www.kemendikbud.go.id/pembatasan-sosial-berskala-besar>
- Kemendikbud. Pembatasan Sosial Berskala Besar. <https://www.kemendikbud.go.id/pembatasan-sosial-berskala-besar>
- Kemendikbud. Pembatasan Sosial Berskala Besar. <https://www.kemendikbud.go.id/pembatasan-sosial-berskala-besar>
- Mahardhika, Tito N. M. 2008. *Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Ditinjau Dari Prestasi Akademik Dan Kecerdasan Emosi*. Naskah Publikasi. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Martin, A. J. 2012. Fear of Failure in Learning. In: *Seel N.M. (eds) Encyclopedia of the Sciences of Learning*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1428-6_266
- Murdafasmi, Y., Rachmatan, R., Nisa, H & Riamanda, I. 2020. Dukungan Sosial Dengan Fear of Failure Pada Foodpreneur. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2 (2), 199-224.
- Pamungkas, Achmad Fajar Angga. 2021. *Hubungan Antara Perfectionism, Shame, dan Social Support dengan Fear of Failure Pada Siswa Program SKS Dan Program Regular di SMA Negeri 1 Taman Sidoarjo*. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Psychology Today. 2019. *5 Ways to Overcome Your Fear Of Failure*. Diakses pada 14 Oktober 2020, dari <https://www.psychologytoday.com/us/blog/how-be-yourself/201910/5-ways-overcome-your-fear-failure>



Pujiono, Cri Hery. 2015. *Tingkat Ketakutan Akan Kegagalan Mahasiswa Angkatan 2011 Jurusan Psikologi Dengan IPK Kurang dari 2,75 dalam Menghadapi Persaingan Kerja*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang

Santoso, A. E., Astuti, N. W., & Ninawati. 2020. Hubungan Perfectionism Dengan Harga Diri Pada Mahasiswa Dewasa Awal. *Provitae Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13 (1), 92-108.

Winkel, WS. 1996. *Psikologi Pengajaran Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Grasindo