

PENGARUH *SELF-EFFICACY* TERHADAP *FEAR OF FAILURE* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PARUH WAKTU DI KOTA BEKASI

Daniar Kurnia Putra¹, Erik Saut H. Hutahaean², Ferdy Muzzamil³

Prodi Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

202010515002@mhs.ubharajaya.ac.id, ferdy.muzzamil@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstract

This study aims to examine the relationship between self-efficacy and fear of failure among part-time working students in Bekasi City. Part-time students often face dual-role challenges that can lead to academic pressure and reduced self-confidence. This research employs a quantitative correlational approach with 170 respondents selected using purposive sampling. The instruments used were the General Self-Efficacy Scale by Schwarzer & Jerusalem (1995) and the Fear of Failure Scale by Conroy et al. (2002), both adapted into Indonesian. The results of the Kendall's Tau correlation test showed a significant negative relationship between self-efficacy and fear of failure ($\tau = -0.145$; $p < .01$). Regression analysis revealed that fear of failure affects self-efficacy by 15.7%. These findings indicate that students with a high fear of failure tend to have lower self-efficacy. Therefore, educational institutions must provide psychological interventions that support the enhancement of self-efficacy to reduce the negative impact of fear of failure.

Keyword: *Self-Efficacy, Fear Of Failure, students, part time*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dan *fear of failure* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Bekasi. Mahasiswa pekerja paruh waktu menghadapi tantangan peran ganda yang dapat menimbulkan tekanan akademik dan menurunkan kepercayaan diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan 170 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala *General Self-Efficacy* dari Schwarzer & Jerusalem (1995) dan skala *Fear of Failure* dari Conroy et al. (2002) yang telah dimodifikasi ke dalam Bahasa Indonesia. Hasil uji korelasi Kendall's Tau menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan *fear of failure* ($\tau = -0,145$; $p < .01$). Selain itu, hasil regresi menunjukkan bahwa *fear of failure* memengaruhi *self-efficacy* sebesar 15,7%. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat ketakutan akan kegagalan yang tinggi cenderung memiliki efikasi diri yang rendah. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk memberikan intervensi psikologis yang mendukung peningkatan efikasi diri guna meminimalkan dampak negatif dari ketakutan akan kegagalan.

Kata kunci: Efikasi Diri, Takut Akan Kegagalan, Mahasiswa Paruh Waktu

Article History

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism Checker No 77

DOI : Prefix DOI :

10.8734/Musyitari.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



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

1. Pendahuluan

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan dituntut untuk memiliki hard skill serta soft skill sebagai bekal di masa depan (As et al., 2023). Tidak sedikit dari mereka memilih untuk bekerja paruh waktu guna memenuhi kebutuhan finansial, mengembangkan kemandirian, serta menambah pengalaman kerja (Huriyah et al., 2022). Namun, pilihan ini memunculkan tantangan tersendiri, terutama dalam menjalani peran ganda sebagai pekerja dan pelajar. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu kerap mengalami tekanan akademik karena keterbatasan waktu, energi, dan fokus (Yahya & Widjaja, 2019). Data dari Pratiwi (2023) menunjukkan bahwa 26,94% pekerja di Indonesia merupakan pekerja paruh waktu, termasuk mahasiswa. Di kota Bekasi sendiri terdapat lebih dari 130.000 individu yang bekerja paruh waktu. Sistem kerja daring seperti ojek online atau pekerjaan berbasis laptop menjadi pilihan utama mahasiswa karena fleksibel (Linggasari, L, Y., Kurniawan, R, 2020).

Meski dapat membantu secara ekonomi, bekerja sambil kuliah dapat berdampak negatif terhadap akademik. Beban peran ganda ini sering menimbulkan stres, menurunkan performa akademik, bahkan berisiko menyebabkan mahasiswa gagal lulus (Mujahidah, 2019). Ketidakmampuan membagi waktu dapat memecah fokus dan memicu rasa takut akan kegagalan atau *fear of failure*, yang merupakan perasaan cemas dan terancam terhadap kemungkinan tidak berhasil (Pratama, D, R, P., Laksmiwati, 2022). Penelitian oleh Ningrum & Suprihatin (2019) menyatakan bahwa ketakutan akan kegagalan merupakan tantangan nyata bagi mahasiswa yang bekerja. Meskipun dapat mendorong seseorang untuk lebih berusaha, jika tidak diimbangi dengan strategi pengelolaan diri yang baik, ketakutan ini justru akan menurunkan motivasi dan performa akademik (Adenia et al., 2021). Oleh karena itu, diperlukan kemampuan internal untuk menyeimbangkan kedua peran tersebut.

Salah satu faktor internal yang dapat membantu mahasiswa dalam menghadapi tantangan tersebut adalah efikasi diri (*self-efficacy*), yakni keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan (Siregar & Putri, 2020). Efikasi diri yang tinggi terbukti berkontribusi pada ketahanan belajar dan pencapaian akademik yang baik (Salim & Fakhrurrozi, 2020). Mahasiswa yang percaya diri akan kemampuannya mampu membentuk sistem belajar yang efektif serta menghadapi tekanan akademik dan pekerjaan secara lebih adaptif (Sari et al., 2022). Dengan demikian, peningkatan efikasi diri sangat penting bagi mahasiswa pekerja paruh waktu sebagai proteksi terhadap *fear of failure*. Semakin tinggi efikasi diri seorang mahasiswa, semakin kecil kemungkinan ia mengalami kegagalan akademik meskipun menjalani pekerjaan paruh waktu.

2. Metodologi

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menguji pengaruh *self-efficacy* terhadap *fear of failure* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Bekasi. Desain korelasi dipilih karena sesuai untuk mengukur sejauh mana hubungan dan pengaruh antara dua variabel psikologis. Dalam penelitian ini, variabel bebas adalah *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Pengukuran dilakukan menggunakan *General Self-Efficacy Scale* yang dikembangkan oleh Schwarzer & Jerusalem (1995), terdiri atas 10 butir aitem yang telah dimodifikasi ke dalam bahasa Indonesia dan mencakup tiga dimensi utama, yaitu: (1) *magnitude* (tingkat kesulitan tugas yang dapat dihadapi individu), (2) *strength* (keyakinan terhadap kompetensinya dalam menjalankan tugas), dan (3) *generality* (luas cakupan keyakinan dalam berbagai situasi).

Sementara itu, variabel terikat dalam penelitian ini adalah *fear of failure*, yang didefinisikan sebagai kecenderungan individu untuk merasa cemas, terancam, atau khawatir terhadap

kemungkinan mengalami kegagalan, terutama dalam konteks akademik dan pekerjaan. Pengukuran *fear of failure* dilakukan menggunakan *Performance Failure Appraisal Inventory* yang dikembangkan oleh Conroy et al. (2002), yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dan terdiri dari lima aspek utama, yaitu: (1) ketakutan akan rasa malu dan hina, (2) ketakutan terhadap penurunan harga diri, (3) ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial, (4) ketakutan akan ketidakpastian masa depan, dan (5) ketakutan mengecewakan orang penting bagi individu. Jumlah keseluruhan item dalam skala ini adalah 15.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang bekerja paruh waktu dan berdomisili di Kota Bekasi. Sampel terdiri dari 170 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria yaitu: mahasiswa aktif yang secara konsisten menjalani pekerjaan paruh waktu, serta berdomisili dan menjalani studi di wilayah Kota Bekasi. Teknik ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menjangkau responden yang secara spesifik memenuhi karakteristik yang relevan dengan tujuan penelitian.

3. Hasil dan Pembahasan

Analisis

Ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri (*self-efficacy*) merupakan dua variabel psikologis yang memengaruhi pencapaian akademik mahasiswa, khususnya mereka yang bekerja paruh waktu. Kombinasi antara tekanan pekerjaan dan tuntutan akademik seringkali memicu stres dan rasa ragu terhadap kapabilitas akademik. Mahasiswa dengan *fear of failure* tinggi cenderung menghindari tantangan dan mengalami penurunan motivasi belajar (Conroy et al., 2002). Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* tinggi mampu mengatasi hambatan dan menunjukkan kegigihan lebih tinggi Bandura (1997). Oleh karena itu, penting memahami dinamika interaksi antara kedua variabel ini dalam konteks mahasiswa yang menjalani peran ganda.

Berdasarkan pengukuran, nilai rata-rata empiris *fear of failure* adalah 37,21 dan mayoritas responden (61,2%) termasuk dalam kategori rendah. Sementara itu, *self-efficacy* memiliki rata-rata empiris 33,89, namun mayoritas responden (81,7%) justru berada pada kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa meskipun mahasiswa tidak selalu merasa takut gagal secara ekstrem, mereka memiliki persepsi negatif yang kuat terhadap kemampuan dirinya. Temuan ini konsisten dengan Schwarzer & Jerusalem (1995) yang menekankan bahwa efikasi diri rendah meningkatkan risiko stres akademik dan menghambat pencapaian.

Uji korelasi Kendall's Tau menghasilkan hubungan negatif signifikan antara *fear of failure* dan *self-efficacy* ($\tau = -0,145$; $p < .01$). Artinya, semakin tinggi rasa takut terhadap kegagalan, semakin rendah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri. Selain itu, uji regresi menunjukkan bahwa *fear of failure* berkontribusi sebesar 15,7% terhadap variasi *self-efficacy*. Temuan ini sejalan dengan studi Bartels & Herman (2011) yang menunjukkan bahwa *fear of failure* dapat menurunkan rasa percaya diri serta memicu kecemasan akademik pada mahasiswa.

Hasil ini mendukung pemahaman bahwa kedua variabel memiliki relasi yang saling memengaruhi. Mahasiswa yang merasa cemas gagal cenderung menghindari tantangan akademik dan menjadi pasif, sementara mahasiswa yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung menghadapi tugas dengan strategi yang lebih adaptif (Elliot & Thrash, 2004). Oleh sebab itu, ketidakseimbangan antara rasa takut dan kepercayaan diri berpotensi besar memengaruhi perilaku belajar dan keberhasilan akademik mahasiswa pekerja paruh waktu.

Diskusi

Teori *achievement goal* menyatakan bahwa cara seseorang merespons tugas akademik sangat dipengaruhi oleh persepsi terhadap kemampuan diri dan kecemasan terhadap kegagalan (Senko

et al., 2011). Mahasiswa dengan efikasi diri rendah dan *fear of failure* tinggi cenderung fokus pada penghindaran kegagalan daripada pencapaian prestasi. Hal ini berdampak pada perilaku seperti prokrastinasi, kurang percaya diri saat presentasi, dan penurunan nilai. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi tinggi lebih berorientasi pada proses belajar dan tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan.

Sebagai ilustrasi, kasus Andi, mahasiswa semester enam yang bekerja sebagai pelayan, mencerminkan pengaruh nyata dari kedua variabel. Andi merasa takut mengecewakan orang tua jika nilainya buruk, sehingga ia menunda tugas dan menghindari interaksi kelas. Hal ini menunjukkan tingginya *fear of failure* dan rendahnya *self-efficacy*. Studi Parviainen & Aunola (2020) juga menemukan bahwa mahasiswa pekerja yang mengalami tekanan akademik lebih rentan mengalami *burnout* dan efikasi diri yang rendah, yang pada akhirnya mengganggu kinerja akademiknya secara keseluruhan.

Oleh karena itu, keseimbangan antara *fear of failure* dan *self-efficacy* sangat krusial untuk menjaga kesehatan mental dan performa akademik mahasiswa paruh waktu. *Fear of failure* seringkali diikuti perasaan malu, rendah diri, dan kecemasan sosial (Conroy et al., 2002), sementara *self-efficacy* berperan sebagai pelindung psikologis terhadap tekanan tersebut (Bandura, 1997). Institusi pendidikan tinggi perlu mengembangkan intervensi berbasis kekuatan yang mendukung penguatan efikasi diri mahasiswa guna mengurangi pengaruh negatif ketakutan akan kegagalan dan mendorong keberhasilan akademik secara berkelanjutan.

4. Simpulan dan Saran

Penelitian ini menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *fear of failure* dan *self-efficacy* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Bekasi. Semakin tinggi ketakutan akan kegagalan yang dirasakan, semakin rendah pula keyakinan diri mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik maupun pekerjaan. Meskipun mayoritas responden memiliki tingkat *fear of failure* yang rendah, sebagian besar justru menunjukkan *self-efficacy* yang rendah, mengindikasikan bahwa faktor ketakutan tersebut tetap berperan dalam menurunkan kepercayaan diri mahasiswa pekerja.

Temuan ini memperkuat pentingnya dukungan psikologis dan pengembangan kemampuan pribadi mahasiswa untuk meningkatkan ketahanan akademik. Rendahnya *self-efficacy* menunjukkan perlunya intervensi dari pihak kampus, baik dalam bentuk program pelatihan maupun kebijakan pendukung. Ketidakseimbangan antara tuntutan studi dan pekerjaan dapat menyebabkan tekanan emosional yang berdampak negatif pada performa akademik jika tidak dikelola dengan baik.

Secara teoritis, hasil penelitian ini masih terbatas pada wilayah Kota Bekasi, sehingga disarankan penelitian selanjutnya dilakukan di wilayah lain dengan kondisi sosial berbeda untuk memperluas generalisasi temuan. Peneliti masa depan juga dianjurkan mengeksplorasi variabel psikologis lain seperti kecemasan, depresi, atau dukungan sosial, serta menggunakan desain longitudinal atau pendekatan kualitatif untuk memahami dinamika pengalaman mahasiswa secara lebih mendalam.

Dari sisi praktis, kampus perlu menyediakan program peningkatan *self-efficacy* melalui pelatihan manajemen waktu dan strategi belajar. Layanan konseling psikologis juga penting untuk membantu mahasiswa mengelola stres dan rasa takut gagal. Selain itu, kebijakan akademik yang fleksibel—seperti toleransi tenggat waktu atau penyesuaian jadwal—dapat membantu mahasiswa pekerja agar tetap fokus menjalani studi tanpa harus mengorbankan pekerjaan mereka.

Daftar Referensi

- Adenia, E. A., Arya, L., Psikologi, F., & Hang, U. (2021). *Taks Aversiveness, Fear Of Failure dan Proaktinasi Akademik Pada Mahasiswa*. 4, 34-46.
- As, M., Huda, A., Fani, M., Saragih, R. M., & Lestari, D. (2023). *Pengaruh Kerja Paruh Waktu Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa UIN SU*. 1(6), 447-456.
- Bandura, A. (1997). Self-Efficacy the Exercise of Control. In *The Routledge Handbook of the Psychology of Language Learning and Teaching*. <https://doi.org/10.1177/0032885512472964>
- Bartels, J. M., & Herman, W. E. (2011). Fear of Failure , Self-Handicapping , and Negative Emotions in Response to Failure. *Annual Convention of the Association for Psychological Science*, 11.
- Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(2), 76-90. <https://doi.org/10.1080/10413200252907752>
- Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2004). The intergenerational transmission of fear of failure. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8), 957-971. <https://doi.org/10.1177/0146167203262024>
- Huriyah, F, S., Prathama, A, G., Wardhani, N. (2022). Self-Compassion dan Stres pada Mahasiswa Magister Psikologi Profesi Klinis. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 14(1), 29-41. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v14i1.39501>
- Linggasari, L, Y,. Kurniawan, R, Y. (2020). Hubungan Kerja Paruh Waktu Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Surabaya Angkatan 2015. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JUPE)*, 7(3), 92-98. <https://doi.org/10.26740/jupe.v7n3.p92-98>
- Mujahidah, A. & M. (2019). *Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang dituntut untuk menyelesaikan berbagai tugas sebagai syarat kelulusan , salah adalah tugas Psikologi Universitas Surabaya mengatakan bahwa paling sedikit 100 ribu mahasiswa mahasiswa yang sedang menyusun skr.*
- Ningrum, R. F., & Suprihatin, T. (2019). Ketakutan Akan Kegagalan Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi. *Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 2*, 304-312.
- Parviainen, M., Aunola, K., Torppa, M., Poikkeus, A. M., & Vasalampi, K. (2020). Symptoms of psychological ill-being and school dropout intentions among upper secondary education students: A person-centered approach. *Learning and Individual Differences*, 80(March 2019), 101853. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101853>
- Pratama, D, R, P., Laksmiwati, H. (2022). Perbedaan Self Compassion Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 73-83. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/47865>
- Pratiwi, F, S. (2023). *Data Pekerja Paruh Waktu di Indonesia pada Agustus 2023 Student*. 1-8.
- Salim, F., & Fakhrurrozi, M. (2020). *Academic Self-Efficacy and Resilience on Undergraduate Students*. 175-187.
- Sari, L., Afifah, N., & Purna, R. S. (2022). Peran Self-Efficacy Akademik terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tahun Pertama. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(2), 217-225. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i2.1526>

- Schwarzer, R., Jerusalem, M., & Johnston, M. (1995). *Generalized Self-Efficacy Scale*. January 2021.
- Senko, C., Hulleman, C. S., & Harackiewicz, J. M. (2011). Achievement goal theory at the crossroads: Old controversies, current challenges, and new directions. *Educational Psychologist*, 46(1), 26-47. <https://doi.org/10.1080/00461520.2011.538646>
- Siregar, I. K., & Putri, S. R. (2020). Hubungan Self-Efficacy dan Stres Akademik Mahasiswa. *Consilium : Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan*, 6(2), 91. <https://doi.org/10.37064/consilium.v6i2.6386>
- Yahya, G. M., & Widjaja, S. U. M. (2019). Analisis prestasi akademik pada mahasiswa yang bekerja part-time di jurusan ekonomi pembangunan fakultas ekonomi universitas negeri malang angkatan 2014. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 12(1), 46-52.