

Ketangguhan dalam Menghadapi Kegagalan: Pengaruh *Adversity Quotient* terhadap *Fear of Failure* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Bukittinggi

Nuzul Khaira, Yuninda Tria Ningsih

Universitas Negeri Padang
yuninda3ningsih@fip.unp.ac.id

Article History

accepted 10/10/2025

approved 1/11/2025

published 21/11/2025

Abstract

This study was conducted to determine how the level of adversity quotient affects the fear of failure in final year students in Bukittinggi City. In obtaining data, researchers used a quantitative method through simple linear regression analysis. Sampling used accidental sampling on 341 students. A Likert scale consisting of two research scales, namely the Adversity Response Profile (ARP) and the Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI), was used as the research instrument. Referring to the results of the analysis, an R-Square value of 0.173 was found, which indicates that the adversity quotient influences the fear of failure by 17.3%. This finding concludes that there is a significant influence of the adversity quotient on the fear of failure in a negative direction.

Keywords: *Adversity quotient, fear of failure, final year students*

Abstrak

Riset ini dilaksanakan guna mengetahui bagaimana tingkat *adversity quotient* mempengaruhi *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir di kota Bukittinggi. Dalam memperoleh data, peneliti memanfaatkan metode kuantitatif lewat analisis regresi linear sederhana. *Accidental sampling* dipakai dalam pengambilan sampelnya pada 341 mahasiswa. Skala *likert* yang tersusun atas kedua skala penelitian, yakni *Adersity Respons Profile* (ARP) serta *Performance Failure Appraisal Inventory* (PFAI).digunakan sebagai instrumen riset Merujuk pada hasil analisis mendapati skor *R-Square* sejumlah 0,173 yang memperlihatkan bahwasanya *adversity quotient* memengaruhi *fear of failure* sejumlah 17,3%. Temuan ini memberi simpulan bahwasanya terdapatnya pengaruh *adversity quotient* terhadap *fear of failure* secara signifikan dengan arah negatif.

Kata kunci: *Adversity quotient, fear of failure, mahasiswa tingkat akhir*

Social, Humanities, and Education Studies (SHEs): Conference Series
<https://jurnal.uns.ac.id/shes>

p-ISSN 2620-9284
e-ISSN 2620-9292



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Akademik adalah aspek penting dalam kehidupan dan tanpa pandangan yang positif terhadap pencapaian akademik, individu rentan mengalami tekanan yang menghambat kemampuan (Beiter., et al 2015). Mahasiswa diwajibkan guna bersikap lebih proaktif, disiplin, dapat terlibat dalam pembentukan diri secara aktif, inisiatif diri, hingga evaluasi terhadap pelbagai tugas akademiknya oleh pendidikan tinggi (Choi, 2020). Dalam dunia pendidikan tinggi, hambatan kritis bagi keberhasilan bidang akademiknya menjadi tantangan yang mereka hadapi. Hal ini meliputi kesulitan menyelesaikan tugas, memenuhi batasan waktu, ataupun bahkan memperoleh pelbagai kritik pada pekerjaannya (Martin & Marsh, 2008; Putwain et al., 2023). Di fase dewasa awal, seseorang akan bersaing menciptakan identitasnya selaku pelajar ataupun profesional yang sukses dengan orang lain (Erikson, 1959). Mereka juga mulai bersemangat merencanakan masa depan dan menemukan identitas diri, tetapi seringkali dihadapkan dengan lingkungan sosial sekitarnya yang tuntutananya berlawanan dengan kehendak mereka (Miller, 2011; Sujudi, 2020). Ketika mereka mengalami kegagalan dalam suatu tahapan akan berdampak pada ketidakbahagiaan serta kesukaran pada tugas perkembangan selanjutnya (Havighurst, 1948). Agar terhindar dari dampak negatif itu, seseorang diharap guna lebih memfokuskan dirinya guna memahami pembelajaran, menikmati tiap prosesnya, juga membuat tantangan sebagai peluang guna memajukan diri serta berkembang (Hidajat, dkk 2023). Kesedihan, kecemasan, hingga depresi juga kerap dirasakan oleh mahasiswa yang membuatnya kerap merasakan hilang harapan, letih terhadap pelbagai situasi yang mengharuskannya guna menghadapinya, hingga kerap menguji mentalnya (Santrock, 2012). Ini sejalan dengan pernyataan bahwasanya situasi maupun kondisi yang mengarahkan kepada masa mendatang, yang mana seseorang merasakan kekhawatiran, kegelisahan, ketegangan, serta ketidaknyamanan terkait peluang mengenai situasi yang buruk terjadi disebut dengan kecemasan (Halgin, 2010).

Kecenderungan seseorang guna menghindari situasi yang berpotensi pada kegagalan dikarenakan antisipasi pengalaman, seperti malu ataupun canggung saat mengalami kegagalan pada tugas capaiannya disebut dengan *Fear of Failure* (Elliot & Thrash, 2004). Penilaian kognitif mengenai konsekuensi atas kegagalan yang dibarengi emosi negatif, perilaku serta motivasi yang ditujukan guna meminimalisir konsekuensi negatif yang ditanggulangi melalui perilaku penghindaran termasuk dalam *fear of failure* (Sagar et al., 2011). Penghambatan diri sendiri, menghindari kinerja, ataupun upaya yang terlampau keras menjadi contoh wujud perilaku penghindaran (Covington, 1992; Martin & Marsh, 2003; McGregor & Elliot, 2005). Sejumlah orang yang mengalami *fear of failure* membuatnya termotivasi guna berlatih serta berupaya keras agar tidak gagal. Akan tetapi, taraf kecemasan yang lebih besar kerap dialami oleh mayoritas dari mereka, yang bisa menghambat kemampuan mereka (Nelson et al., 2013). Kesulitan menangani ihwal terkait akademik ketika menyesuaikan diri dengan kehidupan kampus dialami oleh sejumlah 46,8% mahasiswa melansir survei kesehatan perguruan tinggi sebagaimana dijalankan *American College Health Association*. Buruknya kinerja akademik, tugas akademik yang tertunda, ketidaktuntasan dalam kursus hingga putus di tengah jalan ataupun gagal disebabkan oleh stres maupun kecemasan yang tak lain sebagai faktor utamanya (*American College Health Association*, 2018). Kesehatan psikologis maupun psikis mahasiswa terpengaruh akan taraf stres yang tinggi (Barseli dkk, 2017).

Ketakutan akan kegagalan dinyatakan oleh lebih dari setengah pelajar serta lebih banyak dialami perempuan menjadi temuan dari *Programme for International Student Assessment Survey* (PISA). Perihal tersebut terjadi karena adanya risiko disertai biaya kemudian akibat kegagalan itu. Takut akan kegagalan itu berkaitan negatif dengan kesejahteraan sosial maupun emosional yang rendah, juga taraf stres pelajar di Swedia (Cashman et al, 2023). Taraf takut gagal yang tinggi juga terkait dengan taraf kepuasan

hidup yang rendah juga buruknya konsentrasi yang berimbas kepada kesehatan mental maupun hasil akademik (Chong & Cong, 2023). Berdasarkan survei terhadap 94 mahasiswa di bukittinggi bahwa 77 responden merasakan *fear of failure*, 57 (60,6%) dari mereka merasakannya yang memengaruhi kesejahteraan psikologisnya, sedang 37 lainnya (39,4%) sekedar merasa *fear of failure* tanpa memengaruhi kesejahteraan psikologisnya. Karakteristik yang bisa memengaruhi kinerja maupun kesejahteraan seseorang secara menyeluruh kerap kali ditunjukkan oleh *fear of failure* (Al Farisi et al., 2024). Dalam survei, ada pula nerasumber yang merasakan bahwasanya *fear of failure* mengganggu pola makan maupun tidurnya, membuatnya menjadi seseorang yang tertutup, *insecure*, mudah mengalami kepanikan, lemas, berkeringat, gelisah, hingga *overthinking*. Cara responden guna menanggapi individu lainnya yang membuatnya lebih menutup dirinya serta kurang terbuka kepada individu lainnya juga menjadi akibat yang ditimbulkan oleh *fear of failure* (Conroy, 2003). Gelisah, khawatir, perasaan malu, depresi, serta kendala makan menjadi serangkaian efek negatif psikologis maupun fisik yang dipicu oleh *fear of failure* (Conroy, 2004).

Kurang terukurnya perencanaan *goal-setting*, kinerja yang buruk pada situasi baru serta dinilai penuh tekanan, tak bisa bersaing, hingga senantiasa mengharapkan respons positif dari individu lainnya menjadi karakteristik yang ditunjukkan oleh seseorang dengan *fear of failure* (Aviara, dkk 2025). Konsekuensi negatif diterima seseorang dengan *fear of failure*, misalnya perasaan malu serta canggung, merendahkan harga diri, masa depan yang tak tentu, antusiasme kepada individu lainnya yang memudar serta menjadikan individu terpenting di sekitarnya kecewa (Conroy et al, 2007). Sebagai konsekuensi atas *fear of failure*, upaya penghindaran yang seseorang lakukan akan memengaruhi hasil capaiannya, semisal pilihan tugas, ketekunan, pencapaian, kinerja, motivasi diri hingga kesejahteraan. Karenanya, upaya yang dilakukan guna menghindari kondisi yang berisiko serta kompetitif menjadi kecenderungan yang ditempuh oleh seseorang dengan *fear of failure* (Elliot & Covington, 2001). Ketidakmampuan global, merasa tak layak dicintai, hingga terabaikan ditunjukkan oleh seseorang dengan *fear of failure* taraf tinggi (Elliot & Thrash, 2004). Perasaan cemas tingkat tinggi, hilangnya semangat yang mengakibatkan seseorang termpramen, pesimis, menghindari sebuah tujuan serta menurunnya mutu ketika berperan pada kegiatan pada suatu kondisi ditimbulkan oleh *fear of failure* (Conroy, 2001). Beberapa tugas yang cenderung lebih mudah juga akan dipilih oleh individu dengan ketakutan akan kegagalan yang tinggi dikarenakan merasa akan lebih mudah meraih keberhasilan melalui ihwal sederhana yang dikerjakannya (Atkinson, 1957). Gangguan bagi mayoritas orangm baik dalam menuntaskan tugasnya ataupun dalam kehidupannya berupa ketakutan akan kegagalan. Kebalikannya, seseorang dengan ketakutan yang lebih rendah bisa termotivasi guna melibatkan dirinya secara aktif pada pengembangan keterampilan, misalnya memecahkan permasalahan, berpikir kreatif dan inovatif, bekerja tim, hingga pembelajaran secara berkesinambungan. Perihal tersebut menjadi kendala yang hingga kini masih dijadikan perhatian pada bidang akademik pendidikan tinggi (Hidajat., dkk 2023).

Kapasitas guna menanggulangi kesulitan serta memulihkan diri seseorang maupun lingkungan sekitarnya secara efektif yang meliputi ketekunan serta penyesuaian diri secara dinamis ialah *adversity quotient* (Zhao & Sang, 2023). Kecakapan *adversity quotient* membuat individu memiliki pengendalian diri yang baik, sehingga mampu mengontrol perilaku ketika dihadapkan dengan suatu masalah. Penelitian Priyambada & Peristianto (2024) mengatakan bahwasanya biasanya, taraf kecerdasan emosiaonal yang rendah dimiliki oleh pelajar yang mempunyai emosi negatif tinggi. Maksud dari emosi negatif tersebut, misalnya merasa tertekan, kecewa, bersalah, ketakutan, malu, kecemasan serta khawatir yang dikarenakan pengalaman atas sesuatu yang dikehendaki maupun sudah dirancang tak bisa tercapai.

Mahasiswa tingkat akhir di kota bukittinggi merasakan *fear of failure* ditandai dengan perilaku menghindar, tidak percaya diri, butuh pengakuan orang lain atas dirinya serta mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Hal ini akan berdampak pada kehidupan jangka panjang individu sehingga harus segera diatasi dengan suatu kemampuan dalam merespon tantangan dan beradaptasi dengan situasi sulit yaitu *Adversity Quotient*. Maka dari itu, penelitian ini akan melihat bagaimana *fear of failure yang dialami*, gambaran kemampuan *adversity quotient*, serta pengaruh *adversity quotient* terhadap *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir di kota Bukittinggi untuk memahami bagaimana keterkaitan antar kedua variabel dan dapat mengetahui lebih dalam tentang bagaimana individu dapat mengatasi ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) melalui peningkatan ketahanan dalam menghadapi kesulitan.

METODE

Riset ini memanfaatkan analisis berjenis regresi yang terklasifikasikan sebagai metode riset kuantitatif. Analisis regresi merupakan analisis yang digunakan untuk menduga, bagaimana suatu variabel mempengaruhi variabel lain. Penelitian menggunakan analisis regresi sederhana, karena terdiri atas dua variabel (Sahir, 2021). Populasinya adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir yang tengah menempuh tugas akhir dan terdata di perguruan tinggi Kota Bukittinggi. Pengumpulan datanya memanfaatkan instrumen pengukuran serta dikaji secara statistik guna menguji hipotesisnya (Sugiyono, 2013). Penelitian ini menggunakan metode kuesioner dengan dua instrumen penelitian, yaitu *Adversity Respons Profile* dan *Performance Failure Appraisal Inventory*. Kedua instrumen ini menggunakan skala likert terdiri dari 5 point, dimana PFAI hanya memuat pernyataan *favorable* sedangkan ARP memuat pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skala *Performance Failure Appraisal Inventory* (PFAI) yang diadaptasi Martin & Yunanto (2023) tersebut tersusun atas 25 butir pernyataan, sedangkan skala *Adversity Respons Profile* dari Stoltz (2000) terdiri dari 60 item pernyataan. Penelitian dilakukan selama 4 minggu pada juni hingga akhir Juli 2025 dengan melibatkan 341 mahasiswa tingkat akhir. Proses olah data dilakukan melalui bantuan perangkat lunak SPSS 22.

Dikarenakan total keseluruhan populasi tidak dapat diketahui jumlahnya secara pasti, riset ini memanfaatkan teknik *non-probability sampling*, yakni *accidental sampling*. *Accidental Sampling* merupakan penarikan sampel yang didasarkan pada kebetulan siapa pun yang periset temui dilokasi penelitian serta dirasa sesuai dengan sumber data penelitian (Sugiyono, 2001; dalam Sihotang 2023). Jumlah besaran sampel merujuk kepada teori John T. Roscoe (1975) mengacu pada *Research Methods for Business* dikutip dari Sugiyono (2016) yaitu ukuran sampel yang dianggap memenuhi dalam penelitian kuantitatif ini berkisar 30 hingga 500 responden. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian sebanyak 341 responden. Skala PFAI telah teruji validitas konstruksinya melalui *CFA (Confirmatory Factor Analysis)* dengan skor nilai *Average Variance Extracted* pada rentang 0,398-0,730. Validitas dan reliabilitas instrumen didapatkan dengan uji coba kedua skala terhadap 80 responden memperoleh validitas PFAI antara 0,274-0,741 dan ARP antara 0,305-0,711. Sementara reliabilitasnya diuji menggunakan *Cronbach's Alpha* bagi *Fear of Failure* sejumlah 0,928 serta *Adversity Quotient* sejumlah 0,834. Berdasarkan uji daya diskriminasi item terhadap skala ARP, diperoleh sebanyak 8 item gugur dengan nilai korelasi item sebesar 0,30 dengan total 52 item pernyataan valid dan digunakan dalam penelitian. Analisis data dilanjutkan dengan uji normalitas, linearitas dan heteroskedastisitas sebagai uji prasyarat melakukan uji regresi memanfaatkan analisis regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan riset berdasarkan kategorisasi *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir di kota bukittinggi ada di klasifikasi sedang dengan frekuensinya sejumlah 143 ataupun 41,9%, Kategori tinggi sebanyak 89 subjek (26,1%), Pada kategori rendah sebanyak 61 subjek (17,9%), Pada kategori sangat rendah sebanyak 37 subjek (10,9%) serta sangat tinggi sebanyak 11 subjek (3,2%). Hasil bisa ditinjau dalam tabel 1 berikut.

Tabel 1. Kategorisasi Data Variabel *Fear of Failure*

Skor	Kategorisasi	F	Persentase
$X < 48$	Sangat Rendah	37	10.9%
$48 < X \leq 68$	Rendah	61	17.9%
$68 < X \leq 88$	Sedang	143	41.9%
$88 < X \leq 108$	Tinggi	89	26.1%
$X > 108$	Sangat Tinggi	11	3.2%
Total		341	100%

Merujuk pada table berikut, didapatkan bahwasanya *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir yang tengah menuntaskan tugas akhirnya di kota bukittinggi ada di klasifikasi sedang dengan frekuensi 123 subjek (36,1%), pada kategori rendah sebanyak 118 subjek (34,6%), pada kategori sangat tinggi 47 subjek (13,85), pada kategori tinggi sebanyak 40 subjek (11,7%), serta pada kategori sangat rendah sebanyak 13 subjek (3,8%).

Tabel 2. Kategorisasi data Variabel *Adversity Quotient*

Skor	Kategorisasi	F	Persentase
$X < 138$	Sangat Rendah	13	3,8%
$138 < X \leq 155$	Rendah	118	34,6%
$155 < X \leq 172$	Sedang	123	36,1%
$172 < X \leq 189$	Tinggi	40	11,7%%
$X > 189$	Sangat Tinggi	47	13,8%

Pengujian normalitas, linearitas, serta heteroskedastisitas merupakan analisis lanjutan sebagai syarat awal dalam penelitian. Pengujian normalitasnya memanfaatkan metode *One Sample Kolmogorov Smirnov*, mendapati skor *Asymp sig.* 0.200 ($p > 0.05$), maknanya data *adversity quotient* serta *fear of failure* terdistribusi normal. Nilai *F-Linearity* = 79.584 dengan nilai $p = 0.000 < 0.05$, dimaknai bahwasanya ada korelasi secara linear dari variabel *adversity quotient* dengan *fear of failure*. Skor signifikansinya (*Sig.*) variabel *Adversity Quotient* sejumlah 0.243. dikarenakan skor *Sig.* > 0.05 , mendapati simpulan bahwasanya tak ditemukan permasalahan heteroskedastisitas dalam model regresinya. Setelah syarat terpenuhi, melanjutkannya dengan pengujian hipotesis memanfaatkan analisis regresi linear sederhana.

Tabel 1. Uji Regresi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error the Estimate
1	0.416	0.173	.171	17.982

Skor koefisien korelasi (R) sejumlah 0,416 dengan signifikansinya 0,000 ($\text{Sig.} < 0,05$) artinya menerima H_a serta menolak H_0 . Nilai koefisien 0,416 ini

menunjukkan *adversity quotient* memiliki kekuatan yang cukup dalam mempengaruhi *fear of failure* dengan hubungan linear. Nilai *R-Square* menunjukkan *adversity quotient* berpengaruh sejumlah 17,3% terhadap *fear of failure*, sedang selebihnya terpengaruh akan faktor lainnya.

Temuan dalam riset ini senada dengan riset dari Nurfadillah et al. (2024) pada peserta didik sekolah menengah yang memperlihatkan bahwasanya *adversity quotient* mempunyai kontribusi pada kecemasan belajar dengan korelasi yang arahnya negatif. Temuan riset tersebut memperkuat bahwasanya kecenderungan mampu mengelola kecemasan akademiknya, termasuk *fear of failure* dimiliki oleh mahasiswa dengan *adversity quotient* pada klasifikasi sedang. Merujuk pada temuan riset serta klasifikasi di tiap dimensinya, mendapati bahwasanya taraf *adversity quotient* mahasiswa tingkat akhir di kota Bukittinggi ada di klasifikasi sedang. Stoltz (2007) menyatakan bahwa aktivitas yang cukup mudah guna menjadga kepercayaan, harapan sukses, serta penyelesaian tantangan condong dipilih oleh seseorang dengan *adversity quotient* dengan taraf sedang. *Adversity quotient* pada tingkat sedang digambarkan oleh Stoltz dengan individu yang cukup baik guna menempuh lika-liku selama segala sesuatunya masih berjalan lancar. Akan tetapi individu cenderung mengalami penderitaan yang tak perlu yang diakibatkan pelbagai kemunduran yang lebih besar ataupun terkadang berkecil hati dengan menumpuknya beban dan tantangan hidup. Temuan dalam riset senada dengan temuan pada riset yang dijalankan Astri dan Latifah (2017) bahwasanya upaya guna menanggulangi kegagalan ditunjukkan oleh seseorang yang menjadikan kesulitan sebagai kesempatan guna mengoptimalkan kemampuannya, sehingga menghindarkannya dari ketidakpastian.

Individu dengan kemampuan *adversity quotient* pada tingkat sedang ini disebut dengan istilah *camper* oleh Stoltz. *Campers* digambarkan dengan sikap seseorang yang mudah merasakan kepuasan terhadap pencapaian dengan sedikit upaya yang sudah dijalanckannya, sehingga merasa tak memerlukan perbaikan. Individu dengan tipe tersebut condong mempunyai penerimaan serta kesediaan untuk menghadapi permasalahan, akan tetapi tak suka mengambil risiko serta lebih mudah menyerah ketika dihadapkan dengan suatu permasalahan. Individu memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi lika-liku kehidupan selama masih berjalan relatif lancar. Pada penelitian ini *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir perlu ditingkatkan, karena dengan *adversity quotient* tinggi akan membuat individu mampu mengontrol, mengelola, serta mengambil keputusan ketika dihadapkan dengan kesulitan, kendala, ataupun tantangan. Temuan tersebut diperkuat dengan riset dari Ayu Purnamasari dan Novia Ananda putri (2022) yang mengatakan bahwasanya dalam menghadapi tuntutan yang mengharuskannya guna menghadapi serta menanggulangi permasalahan maupun kesulitan, mahasiswa terbantu akan adanya *adversity quotient* yang tinggi supaya tujuannya bisa tercapai dikarenakan terdapatnya keyakinan bahwasanya segala kendala bisa sesegera mungkin ditanggulangi.

Merujuk pada temuan analisis menyebutkan bahwasanya *adversity quotient* memengaruhi *fear of failure* sejumlah 17,3%, sedangkan selebihnya diprediksi terpengaruh akan faktor lainnya. Perihal tersebut diperkuat riset dari Ibrahim dan Sumaryono (2019) yang mengatakan bahwasanya sebuah dorongan guna menghadapinya yang dinamakan *Adversity Quotient* diperlukan supaya mampu menghadapi tantangan serta tekanan kegagalan. Senada dengan riset yang dijalankan Murdafasmi dkk (2020) mengatakan bahwasanya faktor yang bisa menentukan *fear of failure* individu ditentukan oleh dukungan sosial. Conroy (2003) mengatakan bahwasanya pengalaman masa kecil, karakteristik lingkungan sekitar, pengalaman belajar, serta faktor subjektif maupun kontekstual menjadi cakupan dari beberapa faktor yang memengaruhi *fear of failure*. Seseorang yang mengalami *fear of failure* merasakan

dua konsekuensi. Perasaan kehilangan kontrol, perubahan dalam relasi interpersonal, serta respons emosional seperti menyalahkan diri sendiri serta malu menjadi konsekuensi negatif yang dirasakan. Sedangkan positifnya berupa motivasi yang meningkat serta merasa mendapat dukungan dari lingkungan sekitarnya (Conroy et al., 2001). Mengacu pada riset ini, konsekuensi positif dirasakan oleh mahasiswa melalui peningkatan motivasi serta senantiasa berupaya menghadapi hambatan, terlebih pada proses mengerjakan skripsi, sehingga kepercayaan seseorang guna memperoleh hasil yang diekspektasikan serta dirancang bisa meningkat.

Mahasiswa tingkat akhir di kota bukittinggi memiliki tingkat *Endurance* rendah diantara dimensi lainnya, artinya mahasiswa masih kesulitan mempertahankan dan meningkatkan usaha dalam menghadapi situasi sulit dan penuh tantangan karena beranggapan bahwa kesulitan akan berlangsung lama sehingga penderitaan yang rasa semakin panjang. Mahasiswa perlu meningkatkan *endurance* karena *endurance* pada tingkat tinggi menunjukkan individu mampu memandang kesulitan sebagai peristiwa sementara sehingga terhindar dari perasaan tidak berdaya atau hilang harapan.

Mengacu pada data temuan klasifikasi *fear of failure* secara umum, mendapati bahwasanya mahasiswa tingkat akhir di kota bukittinggi ada di klasifikasi sedang. Sebagaimana riset dari Lanula (2024) bahwasanya, adanya karakteristik semisal mempunyai *goal-setting* yang *defensive* menjadi cerminan dari seseorang dengan *fear of failure* taraf sedang. Maknanya, mahasiswa tingkat akhir condong tak mudah menyerah pada beberapa faktor pada dirinya yang tak bisa diubah, misalnya kemampuan yang kurang pada satu bidang, sehingga motivasi dalam diri guna mengambil keputusan ketika berhadapan dengan kondisi baru serta penuh tantangan meningkat. Mengacu pada riset Hidajat., dkk (2023) dorongan guna melibatkan dirinya secara aktif dalam pengembangan kemampuan berkomunikasi, memecahkan permasalahan, berpikir kritis, kerja sama tim, serta pembelajaran berkesinambungan menjadi gambaran dari seseorang dengan *fear of failure* rendah.

Berdasarkan kategorisasi subjek penelitian berdasarkan aspeknya yaitu ketakutan mengalami rasa malu dan pengalaman memalukan diperoleh bahwa mahasiswa berada pada kategori sedang. Individu dengan kategori *fear of failure* pada tingkat sedang dapat digambarkan dengan perasaan kurang berharga, mudah merendahkan diri sendiri perasaan malu dan cenderung memikirkan penilaian negatif dari orang lain namun hanya beberapa saja. Hal ini digambarkan pada pernyataan item “ketika saya gagal, saya mengkhawatirkan pendapat orang lain tentang saya”. Hal ini diperkuat dengan Conroy (2001) bahwa perasaan *fear of failure* pada individu dapat memunculkan tingginya kecemasan, kehilangan semangat sehingga individu cenderung menjauhi tujuan serta penurunan kualitas saat berada pada situasi tertentu.

Hasil penelitian diperoleh bahwa mahasiswa tingkat akhir di Kota Bukittinggi digolongkan pada kelompok *camper*, dimana individu cukup mampu menanggapi masalah, menghadapi tantangan dan merasa cukup dengan pencapaian yang telah dimiliki. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa *Adversity Quotient* adalah variabel penting yang menunjukkan pengaruh signifikan terhadap penurunan *Fear of Failure*. Meskipun pengaruhnya relatif kecil secara statistik yaitu (17,3 %), arah pengaruhnya konsisten dengan teori dan survei empiris sebelumnya. Dengan demikian, *adversity quotient* dapat menjadi salah satu mekanisme psikologis yang dapat mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menghadapi tantangan seperti penyelesaian tugas akhir.

SIMPULAN

Fear of Failure dan *Adversity Quotient* Mahasiswa Tingkat akhir di Kota Bukittinggi digolongkan pada tingkat sedang. Berdasarkan hasil uji analisis regresi

sederhana, variabel *Adversity Quotient* berpengaruh sebesar 17,3% pada *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir. Adanya sumbangan peran tersebut menunjukkan bahwa Ha penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh dengan arah negatif antara *Adversity Quotient* dengan *fear of failure* pada mahasiswa tingkat akhir di kota Bukittinggi. Hal ini mengimplikasikan bahwa setiap adanya peningkatan *Adversity Quotient* akan menurunkan tingkat *fear of failure*. Penelitian ini menyarankan kepada mahasiswa untuk meningkatkan kemampuan dalam menghadapi dan mengatasi berbagai tantangan serta tekanan selama proses penyelesaian tugas akhir dengan meningkatkan pola pikir tangguh dengan tetap fokus dan tidak mudah putus asa ketika menghadapi hambatan, menjadikan kegagalan sebagai pengalaman berharga untuk mengevaluasi diri dan memperbaiki strategi belajar. Selain itu, mahasiswa diharapkan menggunakan cara-cara koping yang sehat, seperti mengatur waktu belajar dengan baik, meminta dukungan dari teman atau dosen, serta mencari solusi alternatif, sehingga mampu bertahan dan terus berusaha menyelesaikan kesulitan akademik yang dihadapi. Perguruan tinggi diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap pengembangan aspek non-akademik mahasiswa, khususnya dalam hal ketahanan diri atau *adversity quotient* melalui program pelatihan, seminar, bimbingan konseling, atau kegiatan pengembangan diri yang berfokus pada penguatan mental dan pengelolaan kegagalan. Peneliti berikutnya diharapkan dapat lebih mengeksplorasi faktor lain yang mempengaruhi *fear of failure*. Penelitian ini berfokus pada *adversity quotient* sebagai faktor yang mempengaruhi *fear of failure*, namun masih banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi *fear of failure* seperti faktor lingkungan yang mencakup dukungan sosial, budaya, keluarga, faktor internal seperti *mindset*, kepribadian dan *self-control* yang tidak dibahas lebih jauh dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Farisi, S. Y., Arpandy, G. A., & Fitriah, A. (2024). Hubungan Antara Fear of Failure dengan Perfeksionisme pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(4), D 19 19.
- Astri, W., & Latifah, L. (2017). Pengaruh personal attributes, adversity quotient dengan mediasi self efficacy terhadap minat berwirausaha [Effect of personal attributes, adversity quotient with self efficacy mediation towards entrepreneurial interest]. *Economic Education Analysis Journal*, 6(3), 737–751. <https://journal.unnes.ac.id/sju/eeaj/article/view/20284>
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological review*, 64(6p1), 359.
- Ayu, A. P., & Putri, N. A. (2023). Peran Adversity Quotient Terhadap Fear Of Failure Pada Mahasiswa Bidikmisi Tingkat Akhir (The Role of Adversity Quotient Toward Fear of Failure On Final Year Bidikmisi Students. *Psibernetika*, 15(2). <http://dx.doi.org/10.30813/psibernetika.v15i2.3818>
- Beiter, R., Nash, R., McCrady, M., Rhoades, D., Linscomb, M., Clarahan, M., & Sammut, S. (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college students. *Journal of affective disorders*, 173, 90-96.
- Cashman, M. R., Strandh, M., & Högberg, B. (2024). Does fear-of-failure mediate the relationship between educational expectations and stress-related complaints among Swedish adolescents? A structural equation modelling approach. *European journal of public health*, 34(1), 101-106. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckad200>
- Choi, B. (2021). I'm Afraid of not succeeding in learning: Introducing an instrument to measure higher education students' fear of failure in learning. *Studies in Higher Education*, 46(11), 2107-2121.

- <https://doi.org/10.1080/03075079.2020.1712691>
- Chong, A., & Chong, M. Z. (2023). Feeling the heat? Fear of failure and performance. *Kyklos*, 76(1), 3-17. <https://doi.org/10.1111/kykl.1231>
- Conroy, D. E., & Metzler, J. N. (2004). Patterns of self-talk associated with different forms of competitive anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(1), 69-89. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.1.69>
- Conroy, D. E., Metzler, J. N., & Hofer, S. M. (2003). Factorial invariance and latent mean stability of performance failure appraisals. *Structural equation modeling*, 10(3), 401-422. https://doi.org/10.1207/S15328007SEM1003_4
- 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, 237-253.
- De Castella, K., Byrne, D., & Covington, M. (2013). Unmotivated or motivated to fail? A cross-cultural study of achievement motivation, fear of failure, and student disengagement. *Journal of educational psychology*, 105(3), 861. 10.1037/a0032464. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0032464>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of personality and social psychology*, 92(6), 1087.
- Elliot, A. J., and M. V. Covington. 2001. "Approach and Avoidance Motivation." *Educational Psychology Review* 13 (2): 73–92
- Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2004). The intergenerational transmission of fear of failure. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(8), 957-971.
- Hidajat, H. G., Permata, R. S. R. E., Sulistiyansih, R., & Hidajat, F. A. (2023). I'm Aware of My Goal Orientation, My Fear of Failure will Decrease!: The Effect of Learning Awareness Related to Goal Orientation on Fear of Failure. *Jurnal Nalar Pendidikan*, 11(2), 139-147.
- Ibrahim, A. V. B., & Sumaryono, S. (2019). Adversity Quotient pada pelaku startup di yogyakarta: kegigihan di tengah masalah. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5 (1), 83-96
- Lanula, C. L. (2023). *Pengaruh Mindfulness Terhadap Fear Of Failure Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kota Makassar* (Doctoral Dissertation, Universitas Bosowa).
- Leonard, L., & Amanah, N. (2017). Pengaruh adversity quotient dan kemampuan berpikir kritis terhadap prestasi belajar matematika.
- Martin, A. K., & Yunanto, K. T. (2023). Properti Psikometri Performance Failure Appraisal Inventory Versi Indonesia. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(1), 1-10.
- Murdafasmi, Y., Rachmatan, R., Nisa, H., & Riamanda, I. (2020). Dukungan sosial dengan fear of failure pada foodpreneur. *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 199-224.
- Nurfadillah, S., Fijriani, F., & Januar, R. A. (2024). Predicting Learning Anxiety Through Adversity Quotient. *JITSS (Journal of Innovation and Trend in Social Sciences)*, 1(1), 29-39.
- Oktarinanda, A. N., & Fakhri, S. (2025). Fear of Failure pada Mahasiswa Lulusan Fresh Graduate Ditinjau dari Dukungan Keluarga. *Psyche 165 Journal*, 19-25.
- Priyambada, F., & Peristianto, S. V. (2024, August). Fear of Failure with Subjective Well-Being in Students Taking a Gap Year at Indonesia College Yogyakarta Tutoring. In *Proceeding International Conference On Psychology* (pp. 768-778).
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi penelitian*. Penerbit KBM Indonesia.
- Sihotang, Hotmaulina: *Metode Penelitian Kuantitatif*. UKI Preess, Jakarta; 2023
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi penelitian kuantitatif kualitatif dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono, (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Stoltz, P. G. (1999). *Adversity quotient: Turning obstacles into opportunities*. John Wiley

& Sons.

Stolz PG. Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia; 2007

Zhao, Y., & Sang, B. (2023). The role of emotional quotients and adversity quotients in career success. *Frontiers in Psychology*, 14, 1128773.