**HUBUNGAN ANTARA*****FEAR OF FAILURE* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA** **SISWA YANG MENGAMBIL *GAP YEAR* DI BIMBINGAN BELAJARINDONESIA COLLEGEYOGYAKARTA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN FEAR OF FAILURE AND SUBJECTIVE WELL-BEING IN STUDENTS WHO TAKE GAP YEAR AT INDONESIA COLLEGE YOGYAKARTA.***

**Fajar Priyambada1**

1Universitas Mercu Buana Yogyakarta

1priyambadafjr@gmail.com

108985770636

**Abstrak**

Meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pendidikan menyebabkan tingkat persaingan masuk perguruan tinggi menjadi semakin ketat, khususnya pada jurusan tertentu seperti kedokteran. Siswa-siswa yang belum diterima pada jurusan yang diinginkan kemudian memilih untuk mengambil *gap year*. Belum banyak studi yang membahas mengenai kondisi siswa yang mengambil *gap year* di Indonesia, tetapi diketahui bahwa individu yang mengalami *fear of failure* akan mengalami gangguan pada taraf kesehatan mental mereka, termasuk pada *subjective well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of failure* dengan *subjective well-being* pada siswa yang mengambil *gap year*. Subjek penelitian melibatkan siswa *gap year* berusia 18-20 tahun (N=60). Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *Subjective Well-Being* dari Diener dan *The Performance Failure Appraisal Inventory*. Metode analisis menggunakan korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil analisis didapatkan nilai (rxy)= -0,737 (p<0,05). Hal ini menunjukan bahwa hubungan antara *fear of failure* dan *subjective well-being* memiliki korelasi negatif. Ditemukan koefisien determinasi yang disimbolkan dengan *R²* sebesar 0,543 hal ini membuktikan bahwa variabel *fear of failure* dapat memberikan pengaruh sebesar 54,3 % pada variabel *subjective well-being*, sedangkan 45,7 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya.

**Kata Kunci**: *Subjective Well-Being, Fear of Failure, Gap Year*

***Abstract***

*Increasing public awareness of the importance of education has caused the level of competition to enter higher education to become increasingly fierce, especially in certain majors such as medicine. Students who have not been accepted into their desired major then choose to take a gap year. Not many studies have discussed the conditions of students taking gap years in Indonesia, but it is known that individuals who experience fear of failure will experience problems with their mental health, including subjective well-being. This research aims to determine the relationship between fear of failure and subjective well-being in students who take a gap year. The research subjects involved gap year students aged 18-20 years (N=60). Data collection was carried out using the Subjective Well-Being scales from Diener dan The Performance Failure Appraisal Inventory. The analysis method uses Pearson product moment correlation. The results of the analysis obtained a value of (rxy)= -0.737 (p<0.05). This shows that the relationship between fear of failure and subjective well-being has a negative correlation. It was found that the coefficient of determination, symbolized by R², was 0.543, this proves that the fear of failure variable can have an influence of 54.3% on the subjective well-being variable, while 45.7% is influenced by other factors.*

***Keywords****: Subjective Well-Being, Fear of Failure, Gap Year*

**PENDAHULUAN**

Peningkatan taraf kesadaran masyarakat terkait pentingnya pendidikan membuat banyak individu memiliki motivasi yang lebih dalam melanjutkan pendidikannya. Bila ditinjau dari fase dewasa awal, banyak individu cenderung memilih untuk meneruskan pendidikan ke tingkat yang lebih tinggi setelah menamatkan sekolah, baik ke perguruan tinggi, institut atau akademi (Papalia & Feldman, 2014). Walaupun demikian, tidak banyak individu yang mampu melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi karena berbagai sebab, seperti tidak lulus dalam tes seleksi masuk perguruan tinggi, khususnya bagi para siswa yang berkeinginan keras untuk kuliah di jurusan tertentu yang favorit. Hal tersebut mengakibatkan munculnya fenomena baru di Indonesia dalam lima tahun terakhir, yaitu mulai bertambahnya siswa yang memilih untuk mengambil *gap year.*

Istilah *gap year* dapat diartikan sebagai suatu jeda atau kekosongan dalam sistem pendidikan formal, khususnya ketika diambil pada waktu setelah lulus sekolah menengah atas dan sebelum memasuki perguruan tinggi (King, 2011). Alasan utama bagi siswa di Indonesia ketika memutuskan mengambil *gap year* disebabkan oleh adanya kegagalan dalam mengikuti berbagai ujian atau tes masuk universitas (Rosmilawati, 2018). Di Indonesia, *gap year* sering dipandang negatif oleh sebagian masyarakat hingga memunculkan suatu anggapan bahwa siswa yang mengambil *gap year* itu seperti menganggur, tertinggal dari teman sebaya, bahkan ada yang menganggapnya sebagai aib (Candra, 2020). *Gap year* dengan alasan tersebut memberikan beberapa dampak bagi siswa di Indonesia. Dampak yang dialami oleh siswa yang mengambil *gap year* yaitu munculnya tekanan dan ketakutan pada individu yang menyebabkan penurunan harga dirinya yang kemudian berkontribusi pada level *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) yang menjadi rendah (Robins et al., 2010).

*Subjective Well-Being* (SWB) dapat pula disebut sebagai *happiness* (kebahagiaan). Ditinjau dari konsep SWB, kebahagiaan dapat diperoleh bilamana individu menilai kehidupannya itu memuaskan dan sering merasakan emosi-emosi positif sehingga *subjective well-being* dapat diukur melalui dua jenis aspek, yaitu pengukuran secara kognitif maupun afektif. Ketika seseorang mengalami kepuasan dalam hidup, maka individu tersebut melakukan penilaian pada hidupnya secara kognitif, yaitu berupa kepuasan hidup (*life satisfaction*). Sedangkan ketika seseorang seringkali mengalami emosi-emosi positif, itu berarti individu tersebut melakukan penilaian pada kehidupan menurut pengukuran afektif (perasaan). Setiap pengukuran atau penilaian dilakukan dengan dasar ideal atau standar subjektif dari seseorang atau individu, sehingga disebut dengan istilah *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) (Diener, Lucas, & Oishi, 2005).

Siswa yang mengambil *gap year* perlu mengevaluasi pengalaman kegagalan yang pernah dialami secara bijak sehingga dapat mengambil hikmah agar dapat bangkit dan lebih bersemangat untuk meraih cita-citanya, yaitu diterima di jurusan yang diinginkan atau memperoleh keberhasilan dalam pembelajaran. Siswa *gap year* yang berada pada fase remaja akhir merupakan individu yang memperoleh lebih banyak bagian/porsi dalam berkehendak dan individu pun menjadi berpikir lebih realistis dalam menggapai tujuan yang berdasarkan pada kemampuan dan tekun berusaha dalam menggapai cita atau tujuan tersebut. Ketika remaja makin mampu menggapai tujuan melalui kemampuan yang ada dalam dirinya maka berefek pada kepuasan hidup (*life satisfaction*) remaja yang menjadi semakin tinggi (Shin & Johnson, 1978). Siswa yang mengambil *gap year* diharapkan tetap bisa menjaga kesehatan mentalnya, khususnya *subjective well-being*, supaya lebih bersemangat dalam menggapai cita-citanya.

Pada kenyataannya, siswa yang mengambil *gap year* umumnya memiliki kepercayaan diri yang rendah pada kemampuannya, memiliki rasa malu ketika berada di lingkungan rumahnya, dan menyebabkannya menjadi mudah *stress.* Selain itu, kecenderungan dampak psikologis yang dialami meliputi berkurangnya kemampuan dalam menghadapi kesulitan, tindakan agresif, kondisi depresi serta adanya tingkat kesejahteraan hidup yang menurun (Stavropoulos et al., 2015). Dapat dikatakan bahwa kondisi yang dialami siswa yang mengambil *gap year* tersebut tentunya berdampak negatif pada *subjective well-being.*

Mengacu pada Diener (2009), terdapat beberapa faktor yang berkontribusi atau punya pengaruh pada *subjective well-being*, yaitu: kepribadian, pendapatan atau kekayaan, kondisi sosial-budaya, modernisasi, tujuan personal, pandangan (*outlook*) dan resiliensi. Dijelaskan lebih lanjut bahwa di dalam faktor pandangan (*outlook*) terdapat variabel optimistis dan pesimistis. Salah satu dari bentuk variabel pesimistis adalah ketakutan kegagalan (*fear of failure*) yang juga menjadi faktor yang memberikan pengaruh pada *subjective well-being*.

*Fear of failure* (ketakutan akan kegagalan) mempunyai korelasi yang negatif pada *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif), khususnya pada evaluasi afektif yang berupa respon atau reaksi secara emosional yang muncul dalam tiap pengalaman hidup individu. Semakin tinggi tingkat *fear of failure* yang dialami oleh individu, maka dapat menyebabkan penurunan *subjective well-being* individu tersebut (Cacciotti et al., 2016). Oleh karena itu, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *fear of failure* (ketakutan akan kegagalan) dengan *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) pada siswa yang mengambil *gap year* di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta.

**METODE**

Penelitian ini dilakukan pada partisipan yang merupakan siswa-siswa (baik perempuan maupun laki-laki) yang sedang mengambil *gap year* dengan rentang berusia 17-20 tahun sebanyak 60 siswa yang saat ini mengikuti program bimbingan belajar khusus bagi siswa *gap year* selama setahun di salah satu bimbingan belajar di Yogyakarta, yaitu Bimbel Indonesia College Yogyakarta. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 6-8 Oktober 2023 secara langsung menggunakan kuesioner yang berisi dua macam skala jenis Likert, yaitu: *Subjective Well-Being Scales* (SWLS & PANAS) yang mengacu pada Diener dan *The Performance Failure Appraisal Inventory.* Tahap *try out* dilakukan terlebih dahulu sebelum proses pengambilan data penelitian untuk mendapatkan skala yang baik dan reliabel. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan SPSS versi 25. Uji statistic yang dilakukan meliputi statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *fear of failure* dengan *subjective well-being* pada siswa yang mengalami *gap year* di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta. Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh koefisien korelasi (rxy) yaitu - 0,737 dengan p = 0,000 (p < 0.050). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *fear of failure* dan *subjective well-being* pada siswa yang mengalami *gap year* di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta. Hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat negatif sehingga semakin tinggi *fear of failure*, maka semakin rendah *subjective well-being* pada siswa yang mengalami *gap year* di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta. Sebaliknya, semakin rendah *fear of failure*, maka semakin tinggi *subjective well-being* yang dimiliki siswa tersebut.

Berdasarkan literatur, terdapat bukti yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara *fear of failure* dan *subjective well-being*. *Fear of failure* dapat menyebabkan stres, kecemasan, rasa takut dan depresi, yang berpotensi mengurangi kesejahteraan psikologis seseorang. Individu yang tingkat *fear of failure*-nya tinggi cenderung menghindari situasi yang menantang atau mengambil risiko, yang dapat membatasi eksplorasi potensi dan pencapaian individu yang kemudian dapat berdampak negatif pada *subjective well-being* secara keseluruhan (Conroy & Elliot, 2004).

Berikut ini ditampilkan hasil statistic deskriptif pada Tabel 1 yang menunjukkan gambaran data penelitian yang diperoleh di lapangan.

**Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian (N = 60)**

Variabel N Data Hipotetik Data Empirik

Mean Skor SD Mean Skor

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Min | Maks |  |  | Min | Maks | SD |
| SWB | 60 | 25 | -17 | 67 | 14 | 26,38 | 2 | 57 | 12,81 |
| *Fear of Failure* | 60 | 55 | 22 | 88 | 11 | 52,25 | 24 | 78 | 9,78 |

**Keterangan :**

N = Jumlah Subjek

Mean = Rerata

Min = Skor minimal atau terendah

Maks = Skor maksimal atau tertinggi

SD = Standar Deviasi

Data yang diperoleh juga dilakukan kategorisasi terhadap 60 subjek. Pada kategorisasi tingkat *Subjective Well-Being* diperoleh hasil yaitu sebanyak 10 orang atau persentase 16,67 % berada pada kategori tinggi, subjek sebanyak 45 orang atau persentase 75 % termasuk dalam kategori sedang dan subjek sebanyak 5 orang atau persentase 8,33 % berada dalam kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat *subjective well-being* yang termasuk dalam kategori sedang. Sedangkan pada kategorisasi tingkat Fear of Failure, diperoleh hasil subjek sebanyak 5 orang atau persentase 8,33% berada pada kategori tinggi, subjek sebanyak 45 orang atau persentase 75% termasuk dalam kategori sedang dan subjek sebanyak 10 orang atau persentase 16,67% berada dalam kategori rendah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat *fear of failure* yang termasuk dalam kategori sedang. Tabel kategorisasi ditampilkan pada tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Kategorisasi Subjek pada Skala *Subjective Well-Being***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor | N | Persentase |
| Tinggi | X > (µ+1σ) | X > 39 | 10 | 16,67 % |
| Sedang | (µ-1σ) X (µ+1σ) | 11 ≤ X ≤ 39 | 45 | 75,00 % |
| Rendah | X < (µ-1σ) | X < 11 | 5 | 8,33 % |
|  |  | Total | 60 | 100 % |

Keterangan :

X = Skor Subjek

μ = Mean atau rerata hipotetik

σ = Standar deviasi hipotetik

**Tabel 3. Kategorisasi Subjek pada Skala *Fear of Failure***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Kategori | Pedoman | Skor | N | Persentase |
| Tinggi | X > (µ+1σ) | X > 66 | 5 | 8,33 % |
| Sedang | (µ-1σ) X (µ+1σ) | 44 ≤ X ≤ 66 | 45 | 75,00 % |
| Rendah | X < (µ-1σ) | X < 44 | 10 | 16,67 % |
|  |  | Total | 60 | 100 % |

Keterangan :

X = Skor Subjek

μ = Mean atau rerata hipotetik

σ = Standar deviasi hipotetik

Pada hasil penelitian yang dilakukan, siswa yang memiliki emosi negatif yang lebih tinggi umumnya menyebabkan mereka memiliki *subjective well-being* yang rendah, sedangkan bagi yang memiliki emosi positif tinggi dan juga kepuasan hidup yang tinggi memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Siswa dengan *subjective well-being* yang rendah umumnya memiliki emosi negatif dengan tingkat tinggi berupa perasaan tertekan, kecewa, merasa bersalah, takut, malu, gelisah dan khawatir. Emosi-emosi negatif tersebut sebagai akibat dari pengalaman pernah mengalami beberapa kegagalan sebelum belajar di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta.

Menurut Diener (2009) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being*, yaitu: kepribadian, pendapatan atau kekayaan, kondisi sosial-budaya, modernisasi, tujuan personal, pandangan (*outlook*) dan resiliensi. Dijelaskan lebih lanjut bahwa di dalam faktor pandangan (*outlook*) terdapat variabel optimistis dan pesimistis. Salah satu dari bentuk variabel pesimistis adalah ketakutan kegagalan (*fear of failure*) yang juga menjadi faktor yang turut mempengaruhi *subjective well-being*.

Mengacu pada hasil penelitian yang telah dilakukan*, fear of failure* (ketakutan akan kegagalan) memiliki hubungan yang negatif pada *subjective well-being* (kesejahteraan subjektif), khususnya pada evaluasi afektif yang merupakan reaksi atau tanggapan secara emosional yang timbul pada setiap pengalaman hidup seseorang. Semakin tinggi tingkat *fear of failure* (ketakutan akan kegagalan) yang dirasakan oleh individu, maka dapat menyebabkan penurunan kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) individu tersebut (Cacciotti et al., 2016).

Ditinjau secara keseluruhan, meskipun rasa takut akan kegagalan (*fear of failure*) merupakan emosi yang wajar dan bahkan memotivasi, rasa takut yang berlebihan akan kegagalan dapat berdampak negatif pada *subjective well-being*. Penting untuk mengenali dan mengatasi ketakutan ini untuk mencapai tujuan pribadi dan professional sehingga dalam konteks penelitian ini diharapkan *fear of failure* yang dialami oleh siswa-siswa tidak mengganggu para siswa tersebut dalam usaha mencapai tujuan atau impian untuk masuk ke jurusan kedokteran maupun instansi kedinasan.

**KESIMPULAN**

Terdapat hubungan negatif antara *fear of failure* dengan *subjective well-being* pada siswa yang mengalami *gap year* di Bimbingan Belajar Indonesia College Yogyakarta. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *fear of failure* pada siswa yang mengalami *gap year*, maka akan menyebabkan semakin rendahnya *subjective well-being* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah harga *fear of failure*, maka semakin tinggi *subjective well-being* yang dimiliki oleh siswa yang mengalami *gap year*. Hubungan antara kedua variabel ini dibuktikkan dengan adanya koefisien korelasi (rxy) = - 0,737 dengan p = 0,000 (p < 0,050). Pada hasil perhitungan diperoleh nilai determinasi (R Squared) sebesar 0,543 yang berarti variabel *fear of failure* dapat mempengaruhi variabel *subjective well-being* sebesar 54,3% dan sisanya 45,7% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

**DAFTAR PUSTAKA**

Cacciotti, G., Hayton, J .C., Mitchell, J. R., & Allen, D. G. (2015) Entrepreneurial fear of failure: scale development and validation (summary). *Frontiers of* *Entrepreneurship Research, 35 (4).*

Candra, A. (2020). Gap year: nunda kuliah setahun yang bisa sangat berfaedah. *Zenius*. Diakses dari <https://www.zenius.net/blog/19372/gap-year>

Conroy, D. E. (2001). Progress in the development of a multidimensional measure of fear of failure: The performance failure appraisal inventory (PFAI). *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 14(4), 431-452.

Conroy, D. E., & Elliot, A. J. (2004). Fear of failure and achievement goals in sport: Addressing the issue of the chicken and the egg. *Anxiety, Stress, and Coping,* 17(3), 271-285.

Diener, E. (2009). *Subjective Well-Being. In: Diener, E., Ed., The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*, *Social Indicators Research Series 37*, Springer Science + Bussiness Media B. V, 11-58.  
<http://dx.doi.org/10.1007/978-90-481-2350-6_2>

Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2005). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.

King, A. (2011). Minding the gap? young people’s accounts of taking a gap year as a form of identity work in higher education. *Journal of Youth Studies*, 14(3), 341-357.

Papalia, E.D., & Feldman, R.T. (2014). *Experience Human Development*, *12 ed* (Menyelami perkembangan manusia, Edisi 12: Fitriana). Jakarta Selatan: Salemba Humanika.

Robins, R.W., Donnellan, M.B., Widaman, K.F., & Conger, R.D. (2010). Evaluating the link between self-esteem and temperament in mexican origin early adolescents. *Journal of Adolescence,* *33*(3), 403-410.

Rosmilawati, I. (2018). Jalan Panjang Menuju Sekolah Alternatif: Refleksi Pengalaman Remaja Kurang Beruntung dalam Meraih Pendidikan. *Jurnal Eksistensi Pendidikan Luar Sekolah (E-Plus)*, 2(1), 102-111.