

Ketakutan Akan Kegagalan Dalam Olahraga : Tinjauan Literatur

Faizi Muslih¹, Astri Firdasannah²

^{1,2} Universitas Informatika Dan Bisnis Indonesia

E-mail: faizimuslih@gmail.com¹, astrifirda@unibi.ac.id²

Article History:

Received: 29 Juli 2024

Revised: 04 Agustus 2024

Accepted: 10 Agustus 2024

Keywords: Ketakutan akan Kegagalan

Abstract: Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. terdapat beberapa faktor penyebab atlet merasakan ketakutan akan kegagalan yang meliputi pengaruh orang tua, kepribadian, kontekstual individu/sosial (meliputi tujuan pencapaian, usia, jenis olahraga, kompetensi yang dirasakan, mengatasi rasa malu dan pengendalian). , peneliti ingin mengetahui secara pasti terdapat variabel apa saja yang dapat mempengaruhi, ketakutan akan kegagalan dalam olahraga? Penelitian ini disusun menggunakan metode tinjauan literatur naratif mengenai Ketakutan Akan Kegagalan Dalam Olahraga. Terdapat beberapa pembaruan penelitian mengenai penyebab terjadinya ketakutan akan kegagalan yaitu faktor gaya pembinaan pelatih, faktor kepribadian dan faktor sosial.

PENDAHULUAN

Olahraga adalah aktifitas berkaitan dengan kerak tubuh yang menjadi kebutuhan bagi manusia. Dengan berolahraga, tubuh menjadi lebih sehat segar dan bugar sehingga mampu meningkatkan produktifitas manusia (Sumarjo. 2017). Menurut undangundang no. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional BAB VI pasal 17 disebutkan bahwa olahraga dikelompokkan menjadi 3 yaitu: 1) olahraga pendidikan , 2) Olahraga rekreasi, dan 3) Olahraga prestasi. Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Dalam aktifitas olahraga prestasi khususnya faktor psikis menjadi hal penting yang sering dilupakan selama proses latihan maupun dalam pertandingan. Gustafsson et al (2016) menyatakan bahwa atlet dihadapkan pada berbagai pemicu stress, baik dalam konteks latihan ataupun pertandingan, khususnya dalam urusan performa mereka. Seseorang yang melakukan olahraga prestasi atau atlet pastinya menginvestasikan waktu, tenaga dalam cabang olahraga dan performa mereka yang memiliki konsekuensi besar terhadap masa depan atlet yang menyebabkan ketakutan akan kegagalan (Conroy et al., 2001: Gustafsson et al., 2016).

Menurut (Asri & Dewi, 2016) ketakutan akan kegagalan adalah perasaan takut atau cemas yang dirasakan individu mengenai pandangan dan akibat negatif akibat kegagalan mencapai prestasi sehingga individu cenderung menghindari situasi yang berkaitan dengan kemungkinan

kegagalan. Menurut Conroy (2007) *Fear of failure* merupakan kecenderungan untuk menilai ancaman dan merasa cemas dengan situasi yang melibatkan kemungkinan terjadinya kegagalan (Conroy, 2007). Conroy dkk. (2002) mengkonseptualisasikan ketakutan akan kegagalan sebagai kecenderungan untuk menilai ancaman terhadap pencapaian tujuan yang bermakna secara pribadi ketika seseorang gagal dalam kinerjanya dalam (Conroy dkk. 2002). Maka dari itu individu yang memiliki rasa takut akan kegagalan akan cenderung menghindari situasi yang terasa kompetitif dan juga berisiko mengalami kegagalan. Dalam situasi seperti situasi kompetitif juga dihindari karena ketika individu gagal menjadi pemenang atau tidak berhasil mencapai suatu prestasi, maka akan menjadikan individu tersebut tidak yakin pada dirinya sendiri (Pamungkas, Muhid. 2020).

Dari hasil cross sectional yang dilakukan oleh Taylor et al (2021) terdapat beberapa faktor penyebab atlet merasakan ketakutan akan kegagalan yang meliputi pengaruh orang tua, kepribadian, kontekstual individu/sosial (meliputi tujuan pencapaian, usia, jenis olahraga, kompetensi yang dirasakan, mengatasi rasa malu dan pengendalian) (Taylor et al., 2021). Selain itu, Taylor et al., (2021) mengemukakan bahwa terdapat akibat yang dihasilkan dari ketakutan akan kegagalan pada atlet yaitu tingkat dominasi individu, kesejahteraan psikologis, perilaku pengambilan resiko, resiko stress psikologis lebih tinggi, potensi *Burnout* yang lebih besar, dan perfeksionis (Taylor et al., 2021)..

Dari penelitian yang dilakukan oleh Taylor et al., (2021), peneliti tertarik untuk melakukan tinjauan literatur mengenai “Ketakutan Akan Kegagalan Dalam Olahraga” karena masih terbatasnya penelitian mengenai ketakutan akan kegagalan atau *Fear of Failure* di lingkup olahraga yang terakhir dilakukan pada tahun 2021. Selain itu, peneliti ingin mengetahui secara pasti terdapat variabel apa saja yang dapat mempengaruhi ketakutan akan kegagalan dalam olahraga?

LANDASAN TEORI

Conroy (2002) mendefinisikan ketakutan akan kegagalan termasuk perasaan antisipasi terhadap suatu konsekuensi negatif pada kegagalan, dan tidak ada harapan untuk sukses atau mencapai tujuan. Ketakutan muncul ketika pikiran negatif mengenai konsekuensi yang akan diterima ketika gagal atau ketidakberhasilan. Conroy (2002) menyatakan terdapat lima aspek dari *fear of failure*, yaitu:

- a. Ketakutan akan rasa malu dan penghinaan
- b. Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu
- c. Ketakutan akan masa depan yang tidak pasti
- d. Ketakutan akan kehilangan pengaruh sosial
- e. Ketakutan mengecewakan orang yang penting

METODE PENELITIAN

Penelitian ini disusun menggunakan metode tinjauan literatur naratif mengenai Ketakutan Akan Kegagalan Dalam Olahraga. Rumrill et al. (2010) mengemukakan bahwa tujuan dari tinjauan literatur naratif ini adalah untuk merepresentasikan informasi yang sudah ada sebelumnya dengan sedemikian rupa sehingga menghasilkan perspektif baru. Perspektif baru ini kemudian dapat digunakan untuk meningkatkan penelitian dan memberikan informasi untuk penelitian di masa depan (Rumrill et al., 2010). Metode ini dilakukan melalui penelusuran literature yang disesuaikan dengan topik dan tujuan penelitian dengan menggunakan portal “*Harzing : Publish or Parish*” dan

“Google Scholar” dengan kombinasi kata “*Fear of Failure*” dan “*Sports*” dengan artikel bahasa Inggris. Penelusuran juga dilakukan dengan pembatasan tahun publikasi yaitu dari 2021-2024 karena tinjauan literatur ini mengembangkan penelitian yang dilakukan oleh Taylor, E, Arthur (2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Narative review Hu Q et al., (2023)

Hu Q et al., (2023) menyatakan bahwa gaya pembinaan pengendalian adalah salah satu kunci prediktor ketakutan akan kegagalan pada atlet. Pelatih dengan gaya pengendalian cenderung menggunakan metode melatih yang memaksa, mengancam dan otoriter dengan memaksa atlet untuk mengikuti ide-ide pelatih dan mengabaikan perspektif dan emosi atlet (Hodge dan Lonsdale, 2011). Dalam penelitian ini, gaya pembinaan pengendalian tidak berhubungan langsung dengan ketakutan akan kegagalan, namun di mediasi oleh variabel kebutuhan dasar psikologis dan komitmen dalam olahraga. Selanjutnya, komitmen dalam olahraga terbagi menjadi dua yaitu komitmen antusias dan komitmen terbatas. Berdasar dari teori determinasi diri dan model hierarki motivasi intrinsik dan ekstrinsik. Penelitian ini mencari lebih dalam pengaruh kontrol gaya kepelatihan pada ketakutan akan kegagalan atlet melalui mediasi berantai dari kebutuhan psikologis dasar dan komitmen dalam olahraga (Hu Q et al., 2023).

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dimana prosesnya dibagi menjadi dua yaitu pra-survei dan survei formal. Dalam menentukan sampel Hu Q et al., (2023) menggunakan metode cluster sampling dengan memilih 300 atlet aktif dari tim olahraga di enam provinsi di China. Survei kuesioner terhadap 252 atlet aktif dilakukan dengan menggunakan skala ketakutan akan kegagalan, pengendalian gaya kepelatihan, komitmen olahraga, dan kebutuhan psikologis dasar.

Penelitian dari Hu Q et al., (2023) setelah menguji hipotesis 1 mendapatkan hasil bahwa gaya pembinaan pengendalian secara tidak langsung berdampak pada ketakutan akan kegagalan melalui kebutuhan dasar psikologisnya. Menurut teori determinasi diri, faktor lingkungan dapat mempengaruhi integrasi diri dan pengendalian diri melalui tingkat kepuasan individu dalam kebutuhan dasar psikologis (Deci dan Ryan, 2000). Pelatih dengan gaya pembinaan pengendalian cenderung otoriter dan menerapkan kontrol ketat terhadap perilaku atlet dan bahkan bisa meremehkan kemampuan dan kontribusinya. Dalam situasi seperti itu para atlet menunjukkan kepuasan kebutuhan dasar psikologis dan kesejahteraan psikologis yang buruk. Hal ini didukung dengan kutipan Conroy et al., (2001) yang menyatakan bahwa persepsi atlet terhadap ketakutan akan kegagalan bukan ditentukan oleh performanya saja tapi bagaimana kebutuhan mereka terpenuhi (Conroy et al., 2001). Maka dari itu hasil yang diperoleh dari hipotesis 1 merujuk pada gaya pembinaan pengendalian dapat menyebabkan ketakutan akan kegagalan dengan mempengaruhi kebutuhan dasar psikologis atlet (Hu Q et al., 2023).

Kemudian Hu Q et al., (2023) melakukan pengujian hipotesis 2 dan ditemukan bahwa gaya pembinaan pengendalian mempengaruhi ketakutan akan kegagalan atlet melalui komitmen terbatas daripada melalui komitmen antusias. Atlet memiliki rasa tanggung jawab yang lebih kuat untuk bertahan setelah mengalami ekspektasi yang lebih besar dari orang lain (Wilson dkk., 2004). Gaya pembinaan pengendalian mungkin membuat atlet percaya bahwa perilaku mereka diatur oleh faktor eksternal dan bahwa mereka berkewajiban untuk berpartisipasi dalam olahraga tersebut, bukan karena hasrat terhadap olahraga tersebut, sehingga menyebabkan mereka merasa bahwa mereka “harus” daripada “ingin” berpartisipasi dalam olahraga tersebut (Hu Q et al., 2023). Efek variabel mediasi kebutuhan dasar psikologis ditemukan lebih tinggi dibandingkan Komitmen dalam olahraga. Kebutuhan dasar psikologis juga menyumbang proporsi yang lebih besar, yang

menunjukkan bahwa hal ini merupakan variabel mediasi yang penting bagi efek gaya pembinaan pengendalian pada ketakutan akan kegagalan atlet.

Narative review Hernandez et al., (2023)

Hernandez et al., (2023) Menghubungkan keinginan berprestasi, kepuasan kebutuhan dasar psikologis dan persepsi ketakutan kegagalan adalah salah satu pertanyaan paling relevan dalam memahami respons mental negatif pada atlet muda. Bagaimana bertindak dengan lebih sedikit rasa takut adalah apa yang ingin dirasakan oleh setiap atlet untuk meningkatkan tindakan kinerja mereka (Hernandez et al., 2023). Untuk memperluas konteks olahraga atlet interaksi, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konteks prestasi, kepuasan kebutuhan psikologis dasar, dan persepsi ketakutan gagal pada sampel atlet remaja, serta mendeskripsikan nilai mediasi kebutuhan psikologis dasar antara konteks motivasi dan terjadinya rasa takut gagal pada atlet muda (Hernandez et al., 2023).

Respons ketakutan akan kegagalan menunjukkan hubungan positif ketika persepsi motivasi dari konteksnya berorientasi pada keterlibatan ego, sedangkan respons negatif ketika orientasinya berorientasi pada tugas dan dengan kepuasan kebutuhan psikologis dasar. Meningkatkan kapasitas pengendalian diri, otonomi dan kompetensi mengurangi ketakutan individu dan kolektif akan kegagalan. Selain itu, konektivitas antar anggota tim ditingkatkan melalui proses pemahaman sosial (misalnya empati), sehingga kebutuhan dasar psikologis memprediksi dan memediasi antara iklim berorientasi tugas dan pengurangan rasa takut akan kegagalan (Sagar dan Jowett, 2015). Pengembangan hubungan berkualitas yang ditandai dengan kedekatan afektif, komitmen, transaksi yang saling melengkapi, empati, serta kepemilikan pengendalian diri merupakan faktor kunci dalam mengurangi rasa takut akan kegagalan pada individu (Taylor et al., 2021). Literatur telah menunjukkan kegunaan BPN sebagai faktor pelindung terhadap rasa takut gagal dalam penelitian yang dilakukan di bidang olahraga (Seker, 2019) dan konteks pendidikan (Gómez-López et al., 2021). Menurut model yang dihipotesiskan dan dikontraskan, dapat diambil dari penelitian ini bahwa pembangunan iklim motivasi yang berfokus pada tugas dan tanggung jawab tindakan akan meningkatkan BPN dan mengurangi rasa takut akan respons kegagalan (Hernandez et al., 2023).

Perbandingan Hu Q et al., (2023) dengan Taylor et al., (2021)

Dalam Taylor et al., (2021) dari hasil cross sectional mendapatkan hasil bahwa terdapat penyebab terjadinya takut akan kegagalan yaitu perilaku pembina yang dapat menciptakan iklim motivasi dan iklim motivasi yang di ciptakan dapat menjadi prediktor positif atau negatif terhadap ketakutan akan kegagalan (Taylor et al., 2021). Hasil dari penelitian Taylor et al., (2021) tersebut diperkuat oleh hasil dari penelitian dari Hu Q et al., (2023) setelah menguji hipotesis 1 mendapatkan hasil bahwa gaya pembinaan pengendalian secara tidak langsung berdampak pada ketakutan akan kegagalan melalui kebutuhan dasar psikologisnya. Pelatih dengan gaya pembinaan pengendalian cenderung otoriter dan menerapkan kontrol ketat terhadap perilaku atlet dan bahkan bisa meremehkan kemampuan dan kontribusinya. Dalam situasi seperti itu para atlet menunjukkan kepuasan kebutuhan dasar psikologis dan kesejahteraan psikologis yang buruk. Hal ini didukung dengan kutipan Conroy et al., (2001) yang menyatakan bahwa persepsi atlet terhadap ketakutan akan kegagalan bukan ditentukan oleh performanya saja tapi bagaimana kebutuhan mereka terpenuhi (Conroy et al., 2001). Maka dari itu hasil yang diperoleh dari hipotesis 1 merujuk pada gaya pembinaan pengendalian dapat menyebabkan ketakutan akan kegagalan dengan mempengaruhi kebutuhan dasar psikologis atlet (Hu Q et al., 2023).

Selain itu Hu Q et al., (2023) melakukan pengujian hipotesis 2 dan ditemukan bahwa gaya pembinaan pengendalian mempengaruhi ketakutan akan kegagalan atlet melalui komitmen terbatas daripada melalui komitmen antusias. Atlet memiliki rasa tanggung jawab yang lebih kuat untuk bertahan setelah mengalami ekspektasi yang lebih besar dari orang lain (Wilson dkk., 2004). Gaya

pembinaan pengendalian mungkin membuat atlet percaya bahwa perilaku mereka diatur oleh faktor eksternal dan bahwa mereka berkewajiban untuk berpartisipasi dalam olahraga tersebut, bukan karena hasrat terhadap olahraga tersebut, sehingga menyebabkan mereka merasa bahwa mereka “harus” daripada “ingin” berpartisipasi dalam olahraga tersebut (Hu Q et al., 2023). Efek variabel mediasi kebutuhan dasar psikologis ditemukan lebih tinggi dibandingkan Komitmen dalam olahraga. Kebutuhan dasar psikologis juga menyumbang proporsi yang lebih besar, yang menunjukkan bahwa hal ini merupakan variabel mediasi yang penting bagi efek gaya pembinaan pengendalian pada ketakutan akan kegagalan atlet.

Perbedaan pembahasan gaya kepelatihan yang terdapat pada kedua jurnal tersebut adalah terdapat variabel yang menjadi variabel mediator pada penelitian Hu Q et al., (2023) yaitu “Kebutuhan dasar psikologis” dan “Komitmen dalam olahraga”. Hal ini menunjukan pembaharuan dari penelitian Taylor et al., (2021) yang memperlihatkan bahwa ketakutan akan kegagalan disebabkan oleh faktor gaya pembinaan otoriter yang di mediasi oleh variabel “Kebutuhan dasar psikologis” dan “Komitmen dalam olahraga”.

Perbandingan Hernandez et al., (2023) dengan Taylor et al., (2021)

Taylor et al., (2021) menyatakan bahwa faktor kepribadian dapat menjadi penyebab ketakutan akan kegagalan. Asumsi tersebut di kembangkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Hernandez et al., (2023) yang mengemukakan bahwa Respons ketakutan akan kegagalan menunjukkan hubungan positif ketika persepsi motivasi dari konteksnya berorientasi pada keterlibatan ego, sedangkan respons negatif ketika orientasinya berorientasi pada tugas dan dengan kepuasan kebutuhan psikologis dasar (Hernandez et al., 2023).

Selain faktor kepribadian Hernandez et al., (2023) juga memperkuat asumsi Taylor et al., (2021) mengenai faktor kontekstual individu/sosial (misalnya tujuan pencapaian, usia, jenis olahraga, kompetensi yang dirasakan, rasa sayang pada diri sendiri, mengatasi rasa malu, pengendalian diri) juga mungkin merupakan penyebab potensial dari rasa takut. Hernandez et al., (2023) mencetuskan antisipasi berupa Meningkatkan kapasitas pengendalian diri, otonomi dan kompetensi mengurangi ketakutan individu dan kolektif akan kegagalan. Selain itu, konektivitas antar anggota tim ditingkatkan melalui proses pemahaman sosial (misalnya empati), sehingga kebutuhan dasar psikologis memprediksi dan memediasi antara iklim berorientasi tugas dan pengurangan rasa takut akan kegagalan (Hernandez et al., 2023).

KESIMPULAN

Terdapat beberapa pembaruan penelitian mengenai penyebab terjadinya ketakutan akan kegagalan yang sebelumnya dikemukakan oleh Taylor et al (2021). Peran gaya pembinaan pelatih sangat mempengaruhi ketakutan akan kegagalan karena akan mengakibatkan meningkat atau menurunnya kebutuhan dasar psikologis yang dapat menyebabkan meningkat atau menurunnya ketakutan akan kegagalan. Selain itu, faktor kepribadian juga dapat mempengaruhi ketakutan akan kegagalan. Respons ketakutan akan kegagalan menunjukkan hubungan positif ketika persepsi motivasi dari konteksnya berorientasi pada keterlibatan ego, sedangkan respons negatif ketika orientasinya berorientasi pada tugas dan dengan kepuasan kebutuhan psikologis dasar yang dapat mempengaruhi ketakutan akan kegagalan. Faktor kontekstual individu/sosial yang dapat menjadi penyebab ketakutan akan kegagalan dapat di antisipasi dengan Meningkatkan kapasitas pengendalian diri, otonomi dan kompetensi mengurangi ketakutan individu dan kolektif akan kegagalan. Selain itu, konektivitas antar anggota tim ditingkatkan melalui proses pemahaman sosial (misalnya empati), sehingga kebutuhan dasar psikologis memprediksi dan memediasi antara iklim berorientasi tugas dan pengurangan rasa takut akan kegagalan.

Ketakutan akan kegagalan juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi tingkat dominasi

individu, kesejahteraan psikologis, perilaku pengambilan resiko, resiko stress psikologis lebih tinggi, potensi *Burnout* yang lebih besar, dan perfeksionis. Namun belum ada studi yang mengembangkan kembali akibat dari ketakutan akan kegagalan tersebut. Sehingga peneliti menyarankan kepada penelitian selanjutnya untuk membahas akibat dari ketakutan akan kegagalan dalam olahraga.

DAFTAR REFERENSI

- Asri, DN, & Dewi, NK (2016). Program Studi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Bimbingan dan Konseling IKIP PGR Madiun Ditinjau dari Efikasi Diri, Takut Gagal, Gaya Pengasuhan Orang Tua, dan Iklim Akademik. *Jurnal Penelitian LPPM (Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat) IKIP PGRI MADIUN*, 2(2). <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/JPLPPM/artikel/view/357>
- Conroy, D. E., Poczwadowski, A., and Henschen, K. P. (2001). Evaluative criteria and consequences associated with failure and success for elite athletes and performing artists. *J. Appl. Sport Psychol.* 13, 300–322. doi: 10.1080/104132001753144428
- Conroy, D. E. (2004). The unique psychological meanings of multidimensional fears of failing. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26(3), 484–491. <https://doi.org/10.1123/jsep.26.3.484>
- Conroy, D. E., & Coatsworth, J. D. (2007). Coaching behaviors associated with changes in fear of failure: Changes in self-talk and need satisfaction as potential mechanisms. *Journal of Personality*, 75(2), 383–419. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00443.x>
- Deci, E. L., and Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychol. Inq.* 11, 227–268. doi: 10.1207/S15327965pli1104_01
- Gómez-López, M., Martínez Hernández, A., & Granero-Gallegos, A. (2021). Satisfaction of the basic psychological needs in Physical Education classes and their relationship with the fear of failure according to gender and the extracurricular sports practice of Secondary Education students. *Estudios Pedagógicos*, 47(1), 303–322. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052021000100303>
- Gustafsson, Henrik & Sagar, Sam & Stenling, Andreas. (2016). Fear of Failure, Psychological Stress and Burnout Among Adolescent Athletes Competing in High Level Sport. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*. 27. 10.1111/sms.12797
- Hernandez, L. S. (n.d.). Motivated and without Fear of Failure: The Strength of Basic Psychological Needs in Youth Spanish Athletes in Team Sports. *Journal of Human Kinetics* volume 87/2023, 235–245.
- Hodge, K., and Lonsdale, C. (2011). Prosocial and antisocial behavior in sport: the role of coaching style, autonomous vs. controlled motivation, and moral disengagement. *J. Sport Exerc. Psychol.* 33, 527–547. doi: 10.1123/jsep.33.4.527
- Pamungkas, Muhid. (2020) Perfeksionisme, Rasa Malu, Dukungan Sosial dan Takut Gagal pada Siswa SMA. *Journal of Education And Technology* 4 (2)
- Rumrill, P. D., Fitzgerald, S. M., & Merchant, W. R. (2010). Using scoping literature reviews as a means of understanding and interpreting existing literature. *Work*, 35(3), 399–404. doi:10.3233/wor-2010-0998
- Sagar, S. S., & Jowett, S. (2015). Fear of failure and self-control in the context of coach-athlete relationship quality. *International Journal of Coaching Science*, 9(2), 3–21.
- Şeker, R. (2019). Effects of elite athletes' aim orientation on basic psychological needs and fear of failure. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and*

- Sports, 23(3), 155–161. <https://doi.org/10.15561/18189172.2019.0308>
- Sumarjo. (2017) PERAN PSIKOLOGI OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN DALAM OLAHRAGA. *Jurnal Warta Edisi* : 51
- Taylor, S., Eklund, R., & Arthur, C. (2021). Fear of failure in sport, exercise, and physical activity: a scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–29. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1901299>
- Wilson, P. M., Rodgers, W. M., Carpenter, P. J., Hall, C., Hardy, J., and Fraser, S. N. (2004). The relationship between commitment and exercise behavior. *Psychol. Sport Exerc.* 5, 405–421. doi: 10.1016/S1469-0292(03)00035-9
-