

**PERFEKSIONISME DAN PROKRASTINASI AKADEMIK
MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS 17 AGUSTUS
1945 SAMARINDA**

*PERFECTIONISM AND ACADEMIC PROCRASTINATION OF UNIVERSITY
STUDENT OF THE FACULTY OF PSYCHOLOGY, UNIVERSITY OF
AUGUST 17, 1945, SAMARINDA*

Nadia Nur Abadi¹, Siti Khumaidatul Umaroh², Yoga Achmad Ramadhan³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda, Jl. Ir. H. Juanda

Korespondensi: abadinadia30@gmail.com

Abstract. *Academic procrastination behavior is one of the factors hampering the learning process of students in almost all universities both in Indonesia and in the world. This study was conducted to empirically examine the effect of Perfectionism on academic procrastination of students of the Faculty of Psychology, University of August 17, 1945, Samarinda. This study involved 196 active students from the Faculty of Psychology, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Determination of the research sample using a disproportionate stratified random sampling technique with an error rate of 5%. Research data were obtained using two types, namely, the Perfectionism scale and the Academic Procrastination scale. The research data were analyzed using the Spearman correlation analysis technique with the help of SPSS27 for Windows application. Based on the results of the analysis, it is known that there is no significant influence between perfectionism and academic procrastination of students ($p < 0.05$).*

Keywords: *Academic Procrastination, Perfectionism, University Student*

Abstrak. Perilaku Prokrastinasi Akademik menjadi salah satu faktor terhambatnya proses belajar mahasiswa hampir di semua perguruan tinggi baik di Indonesia maupun di dunia. Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara empiris pengaruh Perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Penelitian ini melibatkan 196 mahasiswa aktif dari Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Penetapan sampel penelitian menggunakan teknik *disproportionate stratified random sampling* dengan taraf kesalahan sebesar 5%. Data penelitian diperoleh menggunakan dua jenis yaitu, skala Perfeksionisme dan skala Prokrastinasi Akademik. Data penelitian dianalisis menggunakan teknik analisis korelasi *Spearman* dengan bantuan aplikasi *SPSS27 for windows*. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara perfeksionisme dengan prokratinasi akademik mahasiswa ($p < 0,05$).

Kata kunci: Mahasiswa, Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan peserta didik yang sedang menempuh jenjang pendidikan di tingkat Perguruan Tinggi. Pada masa mahasiswa merupakan masa yang memasuki masa dewasa, pada masa tersebut mereka memiliki tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, termasuk memiliki tanggung jawab terhadap kehidupannya pada masa yang akan datang. Mereka dituntut untuk memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir, dan perencanaan dalam bertindak. Sebagai mahasiswa yang memiliki derajat pendidikan lebih tinggi dibanding pendidikan sebelumnya, tentunya mereka tidak akan terlepas dari kewajibannya yang berupa aktivitas belajar dan juga keharusan untuk

menyelesaikan tugas-tugas akademik. Pada bidang akademik tentu saja peserta didik memiliki hambatan terutama pada mahasiswa. Hambatan yang dihadapi mahasiswa adalah tugas menulis seperti skripsi, jurnal, dan makalah.

Akibat dari hambatan tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami keterlambatan. Namun hal tersebut tidak selalu berhubungan dengan tingkat intelegensi namun dapat juga disebabkan oleh ketidakmampuan mengatur waktu yang baik oleh mahasiswa pada proses perkuliahan maupun dalam menyelesaikan tugas. Mahasiswa memiliki kecenderungan untuk melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan misalnya jalanjalan, menonton televisi, bermain dengan teman-temannya sampai melupakan tugas perkuliahan. Perilaku tersebut yang membuat mahasiswa cenderung melupakan tugas-tugas akademik sehingga menunda sampai batas waktunya dan akan mengerjakannya sampai deadline tiba. Perilaku ketidaksiplinan tersebut menyebabkan penundaan yang disebut dengan prokrastinasi. Prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas oleh individu secara sadar (Tuckman, 1991).

Prokrastinasi akademik saat ini sudah menjadi fenomena umum di kalangan mahasiswa. Penelitian prokrastinasi di Amerika menemukan bahwa 95% mahasiswa melakukan penundaan atau prokrastinasi pada permulaan atau penuntasan tugas, dan sebanyak 70% mahasiswa sering melakukan prokrastinasi akademik (Ellis & Knaus dalam LaForge, 2005). Di Indonesia berdasarkan penelitian prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung yang sedang mengerjakan skripsi, ditemukan bahwa hanya 10% mahasiswa yang dapat lulus tepat waktu yang mengindikasikan tingginya prokrastinasi yang terjadi (Srantih, 2014).

Dilihat dari fenomena yang terjadi, perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang banyak dilakukan oleh kalangan mahasiswa, siswa, atau biasa disebut pelajar. Peneliti melakukan diskusi mengenai perilaku prokrastinasi akademik dengan teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda dalam waktu berbeda. Mereka mengatakan bahwa alasan melakukan perilaku prokrastinasi akademik karena adanya tugas lain yang diberikan secara bersamaan, kegiatan organisasi, suasana hati yang tidak mendukung atau badmood, rasa malas, asik mengobrol dengan teman, ketakutan akan salah atau gagal, merasa jika mengerjakan tugas diawal hasil tidak maksimal, bingung memulai darimana, rumitnya tugas yang diberikan bahkan sampai tidak paham akan materi atau tugas yang dikerjakan. Kemudian ketika ingin mengerjakan atau sudah merencanakan waktu kapan akan mengerjakan tugas tetapi malah melakukan kegiatan lain, seperti halnya bermain gadget, membaca novel, menonton drakor, menyuci baju dan bersih-bersih kostan bahkan karena suasana yang berisik pun beberapa di antara mereka tidak bisa focus sehingga tidak jadi lagi untuk mengerjakan. Setelah melakukan itu beberapa dari mereka merasa menyesal karna tugasnya menjadi menumpuk serta kurang maksimal dalam mengerjakan tugas. Tetapi ada juga yang lebih senang mengerjakan tugas ketika mendekati deadline karena dianggap lebih mengerti, berfikir masih memiliki waktu yang cukup panjang untuk mengerjakan tugas, dan waktu luang yang ada digunakan untuk hal lain salah satunya tidur. Berikut salah satu kutipan dari mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda:

“Saya menunda mengerjakan tugas karena berbenturan dengan tugas lain serta kegiatan lain diluar kampus, terlebih karena jika mengerjakan di akhir waktu ide ide muncul lebih banyak sehingga hasil lebih baik”.

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda menunjukkan bahwa ada perilaku prokrastinasi pada mahasiswa dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Prokrastinasi terjadi pada mahasiswa semester tinggi maupun rendah. Kutipan dari wawancara sebagai berikut:

“Pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda yang melakukan prokrastinasi bukan hanya mahasiswa yang mengampu skripsi, tetapi setiap semester, setiap angkatan pasti ada yang berperilaku menunda-nunda pekerjaan. Tidak hanya menunda, beberapa diantara mereka bahkan sampai tidak mengerjakan tugas”.

Dari diskusi diatas dapat disimpulkan bahwa alasan mereka melakukan prokrastinasi akademik ialah karna terbentur dengan tugas lain, tidak paham dengan materi atau tugas yang diberikan, lebih memilih melakukan kegiatan yang lebih menyenangkan, serta melakukan pekerjaan lain, dan menunggu waktu yang tepat untuk mengerjakan tugas atau biasanya dikerjakan pada saat deadline. Dari hambatan tersebut itulah yang membuat mereka merasakan malas. Adapun rasa yang ditimbulkan dari perilaku prokrastinasi yaitu perasaan menyesal karena tidak maksimal dalam pengerjaan tugas. Terlihat dari berbagai alasan yang mereka berikan ternyata faktor internal lebih banyak mempengaruhi mereka dalam melakukan perilaku prokrastinasi. Hal yang menjadi salah satu factor yang berhubungan dengan prokrastnasi akademik adalah perfeksionisme (Burka & Yuen, 2008).

Hasil dari penelitian Faradina & Setiawan (2018) di Universitas Syiah Kuala terdapat hubungan yang positif antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, tingkat perfeksionisme yang tinggi pada seseorang akan meningkatkan kemungkinan terjadinya prokrastinasi akademik. Hal ini sering terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dimana mahasiswa seringkali menetapkan standar yang tinggi terhadap skripsi yang dikerjakan. Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan prokrastinasi pada tingkat yang rendah kurang menggunakan rasionalisasi, dibandingkan dngan tingkat prokrastinasi yang sedang sampai tinggi. Sementara tingkat prokrastinasi yang sedang dan tinggi tidak berbeda secara signifikan. Rasionalisasi yang signifikan digunakan oleh prokrastinator adalah “Saya sulit memulai,” “Saya menunggu waktu yang tepat untuk melakukannya,” “Saya tahu saya dapat menyelesaikannya di menit terakhir.” (Gunawinata dkk, 2008).

Pada penelitian tentang perfeksionisme dan prokrastinasi sebelumnya telah ditemukan hasil yang bervariasi. Ada beberapa penelitian yang mendukung bahwa perfeksionisme berpengaruh pada prokrastinasi. Disamping itu juga terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Azwar (2016) pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Menurut Sujarweni (2019) penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dapat menghasilkan penemuan yang dapat diperoleh dengan menggunakan prosedur statistik dari kuantifikasi (pengukuran).

Partisipan: Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Dengan jumlah 196 mahasiswa, tertanggal 20 Maret 2024. Karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *disproportionate stratified random sampling*, digunakan untuk menentukan jumlah sampel, bila populasi berstrata tetapi kurang proporsional. Teknik tersebut termasuk dalam *probability sampling*. *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur populasi untuk dipilih sebagai anggota sampel (Sugiyono, 2017).

Tabel 1. Gambaran Populasi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda

Angkatan	Semester	Jumlah Mahasiswa
2020	8	31
2021	6	48
2022	4	61
2023	2	56
Total		196

Jumlah sampel diambil berdasarkan tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Isac & Michael dengan taraf kesalahan 5%. Diperoleh sampel sebesar 154 mahasiswa.

Tabel 2. Gambaran Sampel Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda

Angkatan	Semester	Jumlah Populasi Mahasiswa	Jumlah Sampel Mahasiswa
2020	8	31	24
2021	6	48	38
2022	4	61	48
2023	2	56	44
Total			154

Instrumen Penelitian: Skala untuk mengukur prokrastinasi akademik disusun berdasarkan teori prokrastinasi akademik milik Ferarri (dalam Ghufon & Risnawati, 2010) dikembangkan oleh Pratiwi (dalam Wulandari, 2019) yang terdiri dari 48 aitem dengan 4 aspek, setiap aspek berisi 12 aitem. Skala untuk mengukur perfeksionisme adalah MPS (Multidimensional Perfectionism Scale) yang di kembangkan oleh Hewitt & Flett (1991). Kemudian skala diadaptasi oleh Grudug (2021). MPS terdiri dari 45 aitem dengan 3 dimensi, setiap dimensi berisi 15 aitem. Menggunakan skala Likert yang telah dimodifikasi menjadi empat kategori sehingga penilaian untuk setiap jawaban bergerak dari angka 1 sampai angka 4. Skala Likert ini dimodifikasi dengan tujuan untuk menghindari adanya pemilihan jawaban bias.

Teknik Analisis Data: Teknik analisis data diarahkan untuk membuktikan atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan. Menggunakan teknik analisis korelasi *spearman*. Perhitungan analisis statistik dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 27 for windows.

HASIL

Pada penelitian ini sebelum melakukan penelitian pada sampel yang telah ditetapkan peneliti melakukan uji coba alat ukur terlebih dahulu untuk melihat validitas dan reliabilitas aitem yang diberikan kepada 40 responden. Hasil uji validitas yang diperoleh dari skala prokrastinasi berjumlah 48 aitem, didapatkan 42 aitem valid dan 6 aitem gugur. Koefisien reliabilitas masing-masing aspek prokrastinasi akademik menunjukkan indeks 0,972 sehingga angka tersebut mampu menggambarkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliable.

Hasil uji validitas yang diperoleh dari skala perfeksionisme berjumlah 45 aitem, didapatkan 29 aitem valid dan 16 aitem gugur. Koefisien reliabilitas masing-masing dimensi perfeksionisme menunjukkan indeks 0,947 sehingga angka tersebut mampu menggambarkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah reliable.

Berbeda dengan hasil validitas dan reliabilitas setelah dilakukannya penelitian pada sampel sebenarnya yang berjumlah 154 mahasiswa, koefisien reliabilitas menunjukkan indeks 0,922 dan nilai validitas berkisar antara 0,324-0,632 dengan jumlah 33 aitem valid, 9 aitem gugur untuk skala prokrastinasi akademik sedangkan untuk skala perfeksionisme koefisien reliabilitas menunjukkan indeks 0,852 dan nilai validitas berkisar antara 0,352-0,629 dengan jumlah 12 aitem valid, 17 aitem gugur.

Seluruh subjek dalam penelitian ini berjumlah 154 mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. Selanjutnya distribusi subjek penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Persentase Subjek Berdasarkan Tahun Angkatan Dan Semester

No	Angkatan	Semester	Frekuensi	Persentase
1	2023	2	44	28,6%
2	2022	4	48	31,1%
3	2021	6	38	24,7%
4	2020	8	24	15,6%
Jumlah			154	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa subjek angkatan tahun 2022 pada semester 4 merupakan subjek terbanyak dengan jumlah 48 mahasiswa persentase sebesar 31,1% dan responden paling sedikit adalah subjek angkatan tahun 2020 pada semester 8 dengan jumlah 24 mahasiswa persentase sebesar 15,6%.

Tabel 4. Persentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	38	24,7%
2	Perempuan	116	75,3%
Jumlah		154	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki. Subjek perempuan berjumlah 116 mahasiswa dengan persentase sebesar 75,3% dan subjek laki-laki berjumlah 38 mahasiswa dengan persentase sebesar 24,7%.

Variabel prokrastinasi akademik dan perfeksionisme diperoleh nilai Mean dan Std.Deviation. Dengan frekuensi dan persentase data sebagai berikut:

Tabel 5. Kategori Skor Skala Prokrastinasi Akademik

Interval Kecendrungan	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < M - 1SD$	68,75	Rendah	23	14,9%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	69 – 96,25	Sedang	124	80,5%
$M + 1SD \leq X$	97	Tinggi	7	4,5%
Total			154	100%

Berdasarkan pada tabel diatas terdapat 23 responden (14,9%) yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang rendah, 124 responden (80,5%) sedang, serta 7 responden (4,5%) yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda tergolong sedang.

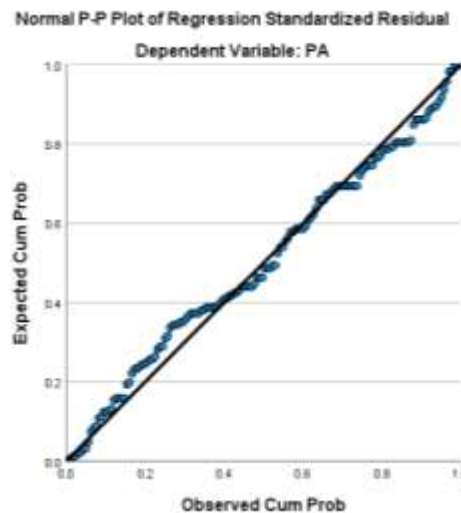
Tabel 6. Kategori Skor Skala Perfeksionisme

Interval Kecendrungan	Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < M - 1SD$	25,5	Rendah	8	5,2%
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	26 – 40,5	Sedang	125	80,6%
$M + 1SD \leq X$	41	Tinggi	21	13,5%
Total			154	100%

Berdasarkan pada tabel diatas terdapat 8 responden (5,2%) yang memiliki tingkat perfeksionisme yang rendah, 125 responden (80,6%) sedang, serta 21 responden (13,5%) yang memiliki tingkat perfeksionisme yang tinggi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tingkat perfeksionisme mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda tergolong sedang.

Uji Normalitas

Uji normalitas data penelitian ini dianalisis menggunakan *P-P Plot Test*. Data dikatakan terdistribusi secara normal apabila titik-titik plotting pada tabel selal mengikuti dan mendekati garis diagonalnya seperti yang diperlihatkan pada tabel chart berikut:



Figur 1. Uji Normalitas

Titik-titik plotting yang terdapat pada gambar “Normal P-P Plot of Regression Standarized Residual” selalu mengikuti dan mendekati garis diagonalnya. Oleh karena itu, sebagaimana dasar atau pedoman pengambilan keputusan dalam uji normalitas teknik *probability plot* dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Kaidah yang digunakan dalam uji linieritas adalah apabila nilai *deviation from linierity* > 0,05 maka hubungan dinyatakan linier.

Tabel 7. Hasil Uji Linieritas ANOVA Tabel

Variabel	Sig	α	Interpretasi
Perfeksionisme – Prokrastinasi Akademik	0,000	0,05	Tidak Linier

Hasil linieritas pada nilai *deviation from linearity* kedua variabel antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik memiliki hasil sebesar > 0,000 (sig < 0,05), maka dapat dikatakan terdapat tidak terdapat hubungan yang linier antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme. Berdasarkan hasil tersebut, maka persyaratan untuk

melakukan uji analisis regresi linier tidak terpenuhi sehingga peneliti memutuskan untuk melanjutkan pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis non-parametrik.

Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji prasyarat penelitian ini berdistribusi normal tetapi tidak linier sehingga uji hipotesis ini menggunakan analisis non-parametrik yaitu korelasi spearman yang digunakan untuk mengetahui hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik yang dapat dilihat kedalam tabel berikut:

Tabel 8. Hasil Uji Korelasi Spearman Perfeksionisme dan Prokrastinasi Akademik

Variabel	Pearson Correlation	Signifikansi
<i>Perfeksionisme -prokrastinasi akademik</i>	0,017**	0,833

Nilai signifikansi pada Tabel di atas yaitu 0,833. Penelitian ini menggunakan taraf signifikansi sebesar 5% yang artinya nilai sig > 0,05. Berdasarkan hasil tersebut, variabel perfeksionisme tidak berkorelasi kepada prokrastinasi akademik. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini ditolak.

DISKUSI

Fenomena yang terjadi di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945. Dimana sebagian besar lebih dari 80% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam kategori sedang hingga tinggi. Hal ini dapat dilihat dari fenomena yang terjadi bahwa banyak mahasiswa yang suka menunda penyelesaian tugas dan hal ini dapat berakibat fatal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan dkk (2022) yang menemukan bahwasanya prokrastinasi akademik sebesar 42,5% di Madrasah Tsanawiyah ternyata menjadi penyebab utama bagi kegagalan siswa dalam mewujudkan pengaturan ini dalam belajar. Selain itu, hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakim (2022) yang juga meneliti Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebesar 69,1% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi akademik dalam kategori sedang dan sebesar 13,2% dalam kategori tinggi. Hal ini nampak dari fenomena di Fakultas Psikologi yang menunjukkan bahwa mahasiswa mudah tergoda untuk melakukan hal yang menyenangkan namun tidak berguna. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Rosita (2021) yang menemukan bahwa tingkat prokrastinasi akademik di Universitas 17 Agustus 1945 sebesar 41,9% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang dan sebesar 44,8% mahasiswa memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik. Sebelum dilakukan analisis statistik dengan korelasi spearman, terlebih dahulu peneliti melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal dan uji linearitas untuk mengetahui apakah variabel bebas memiliki hubungan yang linier dengan variabel terikat.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian internasional yang dilakukan oleh Khalifa (2023) dengan judul "Performance Perfectionism and its Relation to Academic Procrastination and Depression among Early Childhood Student Teachers". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik. Penelitian ini berpendapat bahwa sekolah dan universitas harus menyediakan lingkungan yang mendukung dan memperkuat bagi pelajar muda dan dewasa (misalnya, pembagian beban kerja yang seimbang, dan tidak memberi tekanan kepada siswa dengan kursus yang menantang kemampuan mereka, bergantung pada hafalan, tidak terkait dengan realitas, dan tidak dibutuhkan oleh pasar tenaga kerja), serta melatih guru untuk memvariasikan strategi pengajaran yang digunakan di dalam kelas, dengan

mempertimbangkan perbedaan individu, baik dalam kemampuan dan kompetensi maupun sifat kepribadian.

Beberapa penelitian telah mencoba menemukan masalah penundaan akademik dalam kaitannya dengan variabel lain. Selain ketakutan akan kegagalan dan keengganan terhadap tugas, Cavusoglu dan Karatas (2015) juga menemukan bahwa penundaan akademik dipengaruhi oleh faktor lain seperti ketergantungan pada orang lain yang lebih kuat dan membutuhkan bantuan, pengambilan risiko yang berlebihan, kurangnya ketegasan, pemberontakan, dan kesulitan dalam membuat keputusan, meskipun persentasenya rendah. Delibalta dan Akbay (2020) menentukan hubungan antara pusat kendali dan perfeksionisme akademik dengan penundaan akademik. Mereka mengungkapkan bahwa variabel pusat kendali dan efikasi diri secara efektif berkontribusi sebesar 22,383% terhadap penundaan akademik. Sementara itu, Soysa dan Weiss (2014) menemukan bahwa kecemasan berkorelasi positif dengan penundaan akademik siswa. Berdasarkan penelitian Afzal dan Jami (2018), gaya pengambilan keputusan, terutama yang rasional, memengaruhi penundaan akademik sebesar 8,26%. Sementara itu, Hernández dkk. (2020) menemukan hubungan negatif antara harga diri dan penundaan akademik. Dengan kata lain, semakin tinggi harga diri seseorang, semakin rendah penundaan akademiknya, dan semakin rendah harga diri mereka, semakin tinggi penundaan akademiknya. Uzun dkk. (2020) menemukan bahwa secara intuitif, orang dengan harga diri rendah akan berhenti sebelum menyelesaikan tugas mereka.

Penelitian lain yang juga membahas fenomena serupa juga dilakukan oleh Nicky dan Endah (2013) dengan subjek terkhusus pada siswa program akselerasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang tidak searah antar variabel, dimana semakin tinggi variabel perfeksionisme maka akan mengakibatkan semakin rendah variabel prokrastinasi akademik dan begitu pula sebaliknya. Pada hasil uji indikator dapat terlihat bahwa faktor lingkungan lebih memiliki peran, ini dikarenakan rumination dan perceived parental perfectionism lebih disebabkan oleh adanya faktor ekspektasi yang besar dari orangtua ataupun lingkungan sekitar yang pada akhirnya membuat siswa menjadi terlalu khawatir akan kesalahan yang mungkin saja dibuatnya. Hal ini dikarenakan kesalahan yang dibuatnya dapat membawanya kepada kegagalan.

Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Heru dan Syarifah (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, oleh karenanya hipotesis yang diajukan dalam penelitian tersebut ditolak. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pernyataan Burka dan Yuen (2008) bahwa perfeksionisme menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian yang peneliti lakukan tidak sejalan dengan teori kognitif behavioristik Ellis & Knaus dalam Ghufroon & Risnawita (2012) yang menyatakan bahwa seorang perfeksionis akan berfikir secara irasional sehingga berdampak pada takut akan kegagalan. Keyakinan ini dianggap tidak rasional karena standar tinggi yang telah ditentukan seringkali gagal dipenuhi. Keyakinan ini cenderung menyebabkan keterlambatan dalam memulai, melakukan, dan menyelesaikan tugas-tugas lain.

Seorang perfeksionis membuat waktu yang dimilikinya berkurang karena ia menuntut untuk bertindak sempurna. Hal ini akan membuat ia menyelesaikan tugas dengan sempurna dan menyelesaikan tugas di awal waktu untuk mencapai kesempurnaan tersebut. Seorang perfeksionis akan menyelesaikan tugas dengan tepat waktu sehingga akan terhindar dari tindakan prokrastinasi akademik. Ia akan berusaha mencapai standar atau harapan yang telah ditentukan dalam hal prestasi. Sehingga hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Srantih (2014) dan Mohammed dkk. (2013) yang menyatakan bahwa perfeksionisme tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa keputusan seorang prokrastinator untuk menunda tugas tidak dipengaruhi oleh perfeksionisme yang dimilikinya. Perfeksionisme memberikan

pengaruh yang positif karena membuat mahasiswa berusaha menyelesaikan tugas di awal waktu dengan hasil yang sempurna.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunawinata, Nanik, dan Lasmono (2008) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam penyelesaian skripsi. Dimensi socially prescribed perfectionism dan other-oriented perfectionism ditemukan memiliki korelasi positif dengan prokrastinasi akademik. Temuan serupa juga dilaporkan oleh Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992), yang menunjukkan bahwa socially prescribed perfectionism berhubungan signifikan dengan prokrastinasi akademik. Bong, Hwang, Noh, dan Kim (2014) menjelaskan bahwa socially prescribed perfectionism meningkatkan kecenderungan seseorang untuk menunda-nunda pekerjaan akademik karena merasa sulit memenuhi standar yang ditetapkan oleh orang lain. Tekanan untuk mencapai kesempurnaan yang datang dari orang lain dapat memicu perilaku prokrastinasi (Smith, Sherry, Saklofske & Mushqaush, 2017).

Berdasarkan dari data yang disajikan diketahui bahwa pada penelitian yang melibatkan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 memiliki Tingkat perfeksionisme dan prokrastinasi akademik yang sedang. Dalam hal ini kerap kali mahasiswa memiliki pandangan bahwa dirinya cenderung meremehkan tugas-tugas yang diberikan sehingga menciptakan keinginan yang tidak realistis bahwa tugas-tugas tersebut akan bisa diselesaikan ketika waktunya telah mepet. Hal ini sejalan dengan pendapat Burka dan Yuen (2008) yang melihat prokrastinator banyak mengekspresikan karakteristik secara kognitif yang berhubungan dengan perfeksionisme, misalnya kecenderungan untuk mendukung pentingnya continual success (sukses yang berkelanjutan). Seseorang yang perfeksionis menuntut segalanya serba sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistis. Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa mampu mencapai standar namun pada kenyataannya standar tersebut sangatlah sulit untuk dicapai dengan keinginan yang setengah-setengah.

Dari hasil analisis korelasi spearman yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik, jika dilihat dari gambaran umum deskriptif perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, skor yang muncul adalah bahwa gambaran kedua variabel tersebut berada di kategori sedang. Jadi dari hasil kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang tidak terlalu kuat namun juga tidak terlalu lemah. Dalam hal ini, apabila di tinjau dari faktor yang berbeda, hanya ada satu yang mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada sampel penelitian ini. faktor yang dimaksud adalah aspek konformitas yang dimana sampel terlalu berfokus pada kebiasaan orang lain yang selalu mengerjakan segala hal pada tenggang waktu sehingga hal tersebut dianggap lumrah dan menyebabkan prokrastinasi yang berkelanjutan. Ini menunjukkan bahwa keputusan seseorang untuk melakukan prokrastinasi dipengaruhi oleh konformitas. Anggota kelompok yang mendorong untuk melakukan hal-hal negatif memberikan pengaruh yang buruk melalui konformitas ini (Azizah, 2020).

KESIMPULAN

Pengujian statistik menunjukkan bahwa ada tidak terdapat pengaruh antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi universitas 17 agustus 1945. Prokrastinasi terjadi dikarenakan kecemasan yang disebabkan ketidakmampuan mahasiswa untuk memenuhi standar tinggi yang diyakini dalam menyelesaikan serangkaian tugas yang ada dan membuat penundaan menjadi pilihan bagi mahasiswa serta adanya faktor konformitas yang menjadi penyebab mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Implikasi

Bagi subjek penelitian, cobalah menetapkan tujuan yang realistis dan terukur. Tetapkan standar tinggi yang mungkin dapat menghindari perilaku menunda, agar mendapatkan hasil yang maksimal. Bagi instansi pendidikan, agar sekiranya dapat memberikan penyuluhan kepada mahasiswa tentang pentingnya pemahaman yang lebih baik tentang prokrastinasi dan faktor-faktor yang mungkin mempengaruhinya. Hal ini dapat membantu dalam mengurangi prokrastinasi akademik dan meningkatkan kinerja akademik pada mahasiswa. Bagi peneliti selanjutnya, evaluasi efektivitas berbagai intervensi yang dirancang untuk mengurangi prokrastinasi di antara mahasiswa, seperti pelatihan manajemen waktu, terapi kognitif-perilaku, atau program pengurangan stres.

Referensi

- Afzal, S., & Jami, H. (2018). Prevalence of academic procrastination and reasons for academic procrastination in university students. *Journal of Behavioural Sciences*, 28(1), 51-69.
- Azizah, N., & Kardiyem, K. (2020). Pengaruh perfeksionisme, konformitas, dan media sosial terhadap prokrastinasi akademik dengan academic hardiness sebagai variabel moderasi. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 119-132.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2018). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bong, M., Hwang, A., Noh, A., & Kim, S. I. (2014). Perfectionism and motivation of adolescents in academic contexts. *Journal of educational psychology*, 106(3), 711.
- Burka, J.B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It Now*. Pennsylvania: Hachette Books.
- Cavusoglu, C., & Karatas, H. (2015). Academic procrastination of undergraduates: Self-determination theory and academic motivation. *The Anthropologist*, 20(3), 735-743.
- Delibalta, A., & Akbay, S. E. (2020). Academic risk taking behavior in university students: Academic procrastination, academic locus of control, and academic perfectionism. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20(89), 159-178.
- Faradina, S., & Setiawan, H. P. (2018). Perfeksionisme Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Univeritas Syiah Kuala. *Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1, 2.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components Of Perfectionism And Procrastination In College Students. *Social Behavior And Personality: An International Journal*, 20(2), 85-94.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart., C. Dkk. (1990). The Dimensions Of Perfectionism. *Cogn Ther Res*, 449 - 468.
- Ghufron, N.M. & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.
- Gunawinata, V. A. R., Nanik, & Lasmono, H. K. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik Dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Indonesian Psikologi Journal*, 23, 256-276.
- Hernández, Y. C. U., Cueto, O. F. A., Shardin-Flores, N., & Luy-Montejo, C. A. (2020). Academic procrastination, self-esteem and self-efficacy in university students: Comparative study in two peruvian cities. *International Journal of Criminology and Sociology*, 9, 2474-2480.
- Heru, S. P., & Syarifah, F. (2018). Perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa univeritas syiah kuala. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 1(2), 20-36.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism In The Self And Social Contexts: Conceptualization, Assessment, And Association With Psychopathology. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 60(3), 456 - 470.
- Khalifa, T. S. M. (2023). Performance perfectionism and its relation to academic procrastination and depression among early childhood student teachers. *Information Sciences Letters*, 12(5), 1589-1598.
- Laforge, M. (2005). Applying Explanatory Style To Academic Procrastination. *Journal Of Academy Of Business Education*, 6, 1-7.

- Mohammed, Adel Abdulla, dkk. 2013. Academic Procrastination Among College Students With Learning Disabilities: The Role Of Positive And Negative Self-Oriented Perfectionism In Terms Of Gender, Specialty And Grade. *International Journal of Psycho-Educational Sciences*. Volume 2, Issue 1.
- Nanik, N. Gunawinata, Lasmono (2008). Perfeksionisme, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 23(3), 256-276.
- Nicky A. Y., & Endah, M. (2013). Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 2(3), 226-231.
- Pratiwi, A.D. & Sawitri, D.R. (2015). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Efikasi Diri Akademik Dan Lama Studi Pada Mahasiswa Jurusan Desain Komunikasi Visual Universitas Dian Nuswantoro. *Jurnal Empati*, 4(4), 272-276.
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Saklofske, D. H., & Mushqaush, A. R. (2017). Clarifying the perfectionism-procrastination relationship using a 7-day, 14-occasion daily diary study. *Personality and Individual Differences*, 112, 117-123.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency And Cognitif Behavioural Correlates. *Journal Of Counseling Psychology*, Vol 31. 503-509.
- Soysa, C. K., & Weiss, A. (2014). Mediating perceived parenting styles–test anxiety relationships: Academic procrastination and maladaptive perfectionism. *Learning and Individual Differences*, 34, 77-85.
- Srantih, T. (2014). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. *PSYMPATHIC*, 1(1), 58-68.
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination: A Meta-Analytic And Theoretical Review Of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni V. Wiratna. (2019). *Metodologi Penelitian Bisnis & Ekonomi*. Yogyakarta: Pustakabarupress.
- Tuckman, B. W. (1990). Measuring Procrastination Attitudinally And Behaviorally. Paper Presented At Meeting Of American Educational Research Association, Boston, MA.
- Tuckman, B. W. (1991). The Development And Concurrent Validity Of The Procrastination Scale. *Educational And Psychological Measurement*, 51(2), 473-480.
- Tuckman, B. W. (2002). Academic Procrastinators: Their Rationalizations And Web-Course Performance. *Journal ERIC*
- Üstün, A., Üstün, H., & Umuzdaş, M. S. (2020). Investigation of Academic Procrastination Behavior of University Students Based on Various Variables. *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2023(21), 427-457.
- Wulandari, M., Umaroh, S.K., & Mariskha, S.E. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 58-68.