

PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERITAS SYIAH KUALA

Heru Prima Setiawan, Syarifah Faradina
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala
heruprimasetiawan@gmail.com; sy.faradina@unsyiah.ac.id

ABSTRAK

Proses menyelesaikan skripsi pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah prokrastinasi akademik. Salah satu hal yang menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme yang dimiliki individu, dimana perfeksionisme dapat membuat mahasiswa menetapkan standar yang irasional dalam mengerjakan skripsi sehingga pada akhirnya melakukan prokrastinasi akademik. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling* pada mahasiswa dengan jumlah 326 mahasiswa, yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Pengumpulan data menggunakan *Multidimensional Perfectionism Scale* dan *Tuckman Procrastination Scale*. Analisis data menggunakan teknik korelasi *Spearman's*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya. Semakin tinggi skor perfeksionisme mahasiswa maka semakin tinggi pula skor intensitas prokrastinasi akademik. Hal ini menjelaskan bahwa keyakinan irasional untuk sempurna dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa dapat mengarahkan mahasiswa pada perilaku prokrastinasi akademik.

Kata kunci: Perfeksionisme, Prokrastinasi akademik, Skripsi, Mahasiswa

ABSTRACT

The process of completing the thesis on the students can be influenced by several factors, one of which is academic procrastination. One of the things that causes academic procrastination is perfectionism, perfectionism can make college student set irrational standards in writing thesis that in the end do academic procrastination. The purpose of this research was to know the relationship between perfectionism and academic procrastination on college students in completing thesis. The participants were 326 college students, who were selected using proportionate stratified random sampling method. Data were collected using Multidimensional

Perfectionism Scale and Tuckman Procrastination Scale. Analysis was used spearman's correlation technique. The results showed that there was positive and significant relationship between perfectionism and academic procrastination on college student in completing thesis. The higher scores on perfectionism was followed by the higher on procrastination intensity. In conclusion, the results showed that irrational belief in completing thesis in students can lead students to the behavior of academic procrastination.

Keywords: *Perfectionism, Academic Procrastination, Thesis, College Students*

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi. Salah satu yang menjadi tanggung jawab mahasiswa untuk menyelesaikan studinya adalah menyelesaikan skripsi (Nugroho, Machmuroch & Karyanta, 2015). Pada dasarnya mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam satu semester atau kurang lebih enam bulan, tetapi kenyataannya banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono & Hasan, 2002).

Keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan masa studi 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 jalan-jalan, 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 yang menunjukkan adanya ketidakdisiplinan dalam penggunaan waktu ini dikenal dengan istilah prokrastinasi (Latifah, 2013).

Menurut Tuckman (1991), prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas oleh individu secara sadar.

Prokrastinasi terkait erat dengan perasaan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan atau tugas yang dianggap sulit yang menyebabkan seseorang menghindari tugas tersebut atau melakukan penundaan (Kingofong dalam Liling, Nurcahyo & Tanojo, 2013). Prokrastinasi akan muncul karena adanya kecenderungan untuk menghindari mengerjakan tugas-tugas yang sulit dan berupaya mencari hal menyenangkan yang mudah diperolehnya (Tuckman, 1990). Prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi disebut juga prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ferrari, Johnson & Mc Cown, 1995).

Prokrastinasi akademik saat ini sudah menjadi fenomena umum di kalangan mahasiswa (Rosario, Costa, Núñez, González-Pienda, Solano & Valle, 2009). 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).

Munculnya perilaku prokrastinasi akademik ditunjang oleh beberapa faktor yang kondusif untuk menjadi katalisator munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada seseorang yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri individu, meliputi faktor fisik seperti *fatigue* (kelelahan) dan keadaan psikologis individu. Sedangkan faktor eksternal dapat berupa faktor di luar diri individu, berupa gaya pengasuhan dan kondisi lingkungan (Ferrari, Johnson & Mc Cown, 1995)

Menurut Burka dan Yuen (2008), salah satu faktor yang memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme dan *procrastinator* yang cenderung membuat keinginan tidak realistis terhadap diri sendiri. Hal ini sesuai dengan pengertian perfeksionisme menurut Hewitt dan Flett (1991), bahwa perfeksionisme adalah suatu tindakan atau sikap untuk tidak melakukan kesalahan dan untuk mencapai kesempurnaan dalam setiap aspek kehidupan individu.

Penetapan standar yang tinggi terhadap diri sendiri atau anggapan bahwa orang mengharapkan kesempurnaan pada dirinya dan kegagalan untuk mencapai standar itu membuat individu enggan menyelesaikan tugasnya, yang mana hal ini berujung pada terjadinya prokrastinasi akademik (Gunawinata, Nanik & Lasmono dalam Tondok, Ristyadi, & Kartika, 2008). Hal yang sama juga dikemukakan oleh Srantih (2014) bahwa individu yang perfeksionis menuntut segala hal sempurna dan terkadang memunculkan harapan yang tidak realistis, sehingga berujung pada penundaan pada tugas-tugasnya karena tidak mampu mencapai standar yang tinggi. Perfeksionisme itu sendiri dapat dipahami melalui tiga dimensi, yaitu *self-oriented perfectionism*, *other-oriented perfectionism*, dan *socially prescribed perfectionisme* (Hewitt & Flett, 1991).

Tuckman (1990), menjelaskan bahwa prokrastinasi terjadi atas kesadaran individu dengan tujuan untuk menghindari tugas yang tidak menyenangkan. Menurut Ramadhani (2016), penundaan yang dilakukan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi merupakan pengalihan pikiran dengan melakukan aktivitas yang menyenangkan karena menimbulkan perasaan senang daripada mengerjakan skripsi.

Solomon dan Rothblum (1984) menyebutkan salah satu yang menghubungkan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik adalah keyakinan yang irasional. Hal ini sering terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dimana mahasiswa seringkali menetapkan standar yang tinggi terhadap skripsi yang dikerjakan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang

dilakukan oleh Gunawinata, Nanik dan Lasmono (2008), yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik yang ditandai oleh usaha menghindar dari pengerjaan skripsi dan juga berhubungan dengan tipe kepribadian seseorang yaitu perfeksionisme.

TINJAUAN TEORI

Perfeksionisme

Hewitt dan Flett (1991), menyatakan perfeksionisme dalam konsep multidimensional serta mendefinisikan perfeksionisme sebagai suatu tindakan atau sikap untuk tidak melakukan kesalahan dan untuk mencapai kesempurnaan dalam setiap aspek kehidupan individu. Perfeksionisme mencakup standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki pengharapan kesempurnaan untuk dirinya. Hewitt dan Flett (1991) membagi perfeksionisme dalam 3 dimensi, yaitu *Self-Oriented Perfectionism (SOP)*, *Other-Oriented Perfectionism (OOP)* dan *Socially Prescribed Perfectionism (SPP)*. SOP dicirikan dengan individu menetapkan standar dan tujuan yang harus dipenuhi terhadap diri dan melakukan kritik yang tegas. Individu akan berusaha keras untuk mencapai kesempurnaan dan disaat yang sama berusaha menghindari kegagalan. OOP berfokus pada keyakinan dan harapan terhadap kemampuan orang lain. OOP diyakini menempatkan standar yang tidak realistis pada orang lain dan menuntut orang lain untuk menjadi sempurna serta mengevaluasi kinerja seseorang. Perilaku ini dapat mengarah pada menyalahkan, permusuhan dan kurangnya kepercayaan kepada orang lain. SPP melibatkan kebutuhan untuk memenuhi standar an harapan yang diberikan oleh orang lain. Dimensi SPP ini percaya bahwa orang lain memiliki standar yang tidak realistis dan mengevaluasi secara ketat sehingga memberikan tekanan pada individu untuk menjadi sempurna.

Prokrastinasi Akademik

Tuckman (1991, 2002), menjelaskan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau penghindaran penuh terhadap suatu tugas akademik oleh individu secara sadar sebagai akibat dari *deadline*. Tuckman (1991) menyatakan bahwa hanya terdapat satu aspek prokrastinasi akademik yaitu kecenderungan untuk membuang waktu, menunda dan menghindari tugas yang tidak menyenangkan.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Penelitian ini dilakukan pada tahun 2017 menggunakan penelitian korelasi dengan populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Universitas Syiah Kuala angkatan 2010-2012 yang sedang dalam proses menyelesaikan skripsi, yang berjumlah 4.875 mahasiswa. Sehingga jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 326 orang dengan penentuan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Kriteria sampel pada penelitian ini adalah: a) Mahasiswa/i Universitas Syiah Kuala Angkatan 2010-2012, b) Sedang mengambil mata kuliah skripsi, c) Menyusun skripsi ≥ 1 semester.

Alat Ukur

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala psikologi mengacu kepada alat ukur atribut non-kognitif, khususnya yang disajikan dalam format tulis (Azwar, 2013). Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan *Multidimensional Perfectionism Scale-Short Form (MPS-Short Form)* dan *Tuckman Procrastination Scale*. *MPS-Short Form* merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Hewitt dan Flett untuk mengukur perfeksionisme yang terdiri dari 15 butir pernyataan. *Tuckman Procrastination Scale (TPS)* adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Tuckman yang terdiri dari 16 butir pernyataan. TPS disusun

untuk mengukur prokrastinasi akademik mahasiswa. Kedua skala tersebut diadaptasi oleh peneliti untuk memudahkan dalam pengambilan data. Hasil reliabilitas *Multidimensional Perfectionism Scale* sebesar 0,863 dan reliabilitas *Tuckman Procrastination Scale* sebesar 0,912, keduanya merupakan hasil reliabilitas penelitian setelah dilakukan adaptasi ke dalam Bahasa Indonesia.

Metode Analisis Data

Data yang diperoleh dari penelitian dianalisis menggunakan teknik *Spearman Correlation* dengan menggunakan program *SPSS versi 24.0 for Windows*. Hal ini dilakukan karena salah satu data yang diperoleh tidak terdistribusi normal.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

Penelitian dilakukan di Universitas Syiah Kuala dengan jumlah sampel keseluruhan dalam penelitian sebanyak 326 subjek. Data demografi sampel penelitian yang diperoleh dari penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 1
Data Demografi Subjek Penelitian

No	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)	Total
1	Usia	20	3	0,92	100
		21	26	7,97	
		22	119	36,5	
		23	128	39,2	
		24	39	11,96	
		25	8	2,45	
		26	3	0,92	
2	Jenis Kelamin	Laki-laki	156	47,85	100
		Perempuan	170	52,14	
3	Fakultas	Fakultas Ekonomi dan Bisnis	29	8,89	100
		Fakultas kedokteran Hewan	4	1,22	
		Fakultas Hukum	28	8,58	
		Fakultas Teknik	48	14,72	
		Fakultas Pertanian	27	8,28	
		Fakultas Keguruan dan Ilmu	107	32,82	

No	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Presentase (%)	Total
4	Angkatan	Pendidikan			
		Fakultas Kedokteran	14	4,29	
		Fakultas MIPA	15	4,6	
		Fakultas Ilmu Sosial dan Politik	39	11,96	
		Fakultas Kelautan dan Perikanan	9	2,76	
		Fakultas Keperawatan	2	0,61	
		Fakultas Kedokteran Gigi	4	1,22	
		2010	20	6,13	100
		2011	62	19,01	
		2012	244	74,84	
5	Lama (Waktu) Penyusunan skripsi saat ini	2 semester	167	51,22	100
		3 semester	57	17,48	
		4 semester	72	22,08	
		5 semester	8	2,45	
		6 semester	17	5,21	
6	Tahapan Skripsi Saat ini	7 semester	5	1,53	
		Sudah seminar proposal skripsi	222	68,09	100
		Belum seminar proposal skripsi	104	31,90	

Uji Asumsi

Hasil uji normalitas dilakukan pada variabel perfeksionisme diperoleh hasil $p=0.000$ ($p>0.05$), artinya tidak berdistribusi normal. Selanjutnya hasil uji normalitas pada variabel prokrastinasi akademik diperoleh hasil $p=0.015$ ($p>0.05$), artinya juga tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, berdasarkan *Exploratory Data Analysis* (EDA), hasil analisis pada perfeksionisme diperoleh hasil analisa deskriptif skewness dan kurtosis sekitar 1,185 dan 0,672, yang juga diikuti nilai mean dan median sekitar 76,02 dan 81,50. Kemudian titik Q-Q plot perfeksionisme tidak mengikuti garis lurus. Berdasarkan penjelasan analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel perfeksionisme tidak berdistribusi normal.

Selanjutnya, berdasarkan *Exploratory Data Analysis* (EDA), hasil analisis pada prokrastinasi akademik diperoleh hasil analisa deskriptif skewness dan kurtosis sekitar 0,322 dan -0,581 yang juga diikuti nilai mean dan median sekitar 38,36 dan 37,00. Kemudian titik Q-Q plot prokrastinasi akademik mengikuti garis lurus. Berdasarkan penjelasan analisis deskriptif menunjukkan bahwa variabel prokrastinasi akademik berdistribusi normal. Hasil uji linieritas yang dilakukan pada

skala perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai $p=0.000$ ($p<0.05$), sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang linier antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik.

Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisiensi korelasi $r=0.241$ dengan nilai signifikansi $p=0.000$ ($p<0.05$), yang berarti bahwa ada hubungan positif antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi di Universitas Syiah Kuala. Berdasarkan perhitungan diketahui nilai R square (R^2)= 0.042 , yang artinya sumbangan efektif perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik sebesar 4,2%.

Hasil uji hipotesis dimensi *Self Oriented Perfectionism* (SOP) dengan prokrastinasi akademik menunjukkan nilai koefisien korelasi $r=-0.50$ dengan nilai signifikansi $p=0.373$ ($p>0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara dimensi *Self Oriented Perfectionism* (SOP) dengan prokrastinasi akademik. Selanjutnya, hasil analisis menunjukkan bahwa dimensi *Other Oriented Perfectionism* (OOP) dan *Socially Prescribe Perfectionism* (SSP) menunjukkan nilai korelasi untuk *other oriented perfectionism* $r=0.313$, $p=0.000$ ($p<0.05$) dengan nilai R square (R^2) = 0.087 (sumbangan efektif 8,7%). Pada dimensi *socially pescribe perfectionism* menunjukkan nilai koefisien korelasi $r=0.273$, $p=0.000$ ($p<0.05$) dan nilai R square (R^2) = 0.066 (sumbangan efektif 6,6%). Hal ini menunjukkan bahwa kedua dimensi ini memiliki hubungan positif dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala, dengan sumbangan efektif kedua dimensi sebesar 8,7% dan 6,6%.

DISKUSI

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa

Universitas Syiah Kuala. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, oleh karenanya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan Burka dan Yuen (2008) bahwa perfeksionisme menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa dimensi *other oriented perfectionism* dan *socially prescribed perfectionism* memiliki hubungan yang positif terhadap prokrastinasi akademik. Dimana dimensi *other oriented perfectionism* merupakan dimensi yang berfokus pada standar yang tidak realistis pada orang lain dan menuntut orang lain untuk menjadi sempurna, dimensi *socially prescribed perfectionism* juga mempunyai keterkaitan dengan orang lain. *Socially prescribed perfectionism* merupakan dimensi yang melibatkan kebutuhan untuk memenuhi standar dan harapan yang diberikan oleh orang lain kepada dirinya.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gunawinata, Nanik dan Lasmono (2008) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Dimana dimensi *socially prescribed perfectionism* dan *other-oriented perfectionism* memiliki hubungan yang positif terhadap prokrastinasi akademik.

Hal ini juga ditemukan pada penelitian Flett, Blankstein, Hewitt dan Koledin (1992) bahwa *socially prescribed perfeksionism* secara signifikan berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Bong, Hwang, Noh dan Kim (2014) menjelaskan bahwa *socially prescribed perfeksionism* membuat seseorang memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik yang diakibatkan oleh perasaan sulitnya memenuhi standar dari orang lain. Tekanan yang diterima dari orang lain untuk menjadi sempurna dalam melakukan sesuatu memicu seseorang melakukan prokrastinasi (Smith, Sherry, Saklofske & Mushqaush, 2017).

Hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa tidak terdapatnya hubungan dimensi *self oriented perfectionism* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini dikarenakan individu dengan standar yang tinggi dan berusaha untuk memenuhi standar ini tidak memiliki kecenderungan untuk melakukan penundaan, penundaan hanya terjadi pada individu dengan standar yang tinggi namun tidak memiliki kemauan untuk memenuhi standar yang dimiliki (Ferrari, Johnson & McCown, 1995).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat perfeksionisme yang tinggi pada seseorang akan meningkatkan kemungkinan terjadinya prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Smith, Sherry, Saklofske dan Mushqaush (2017) bahwa individu dengan tingkat perfeksionisme yang tinggi cenderung prokrastinasi.

Berdasarkan pengelompokan kategorisasi perfeksionisme didapatkan 82,82% mahasiswa berada pada kategori tinggi dan 10,73% mahasiswa berada pada kategori rendah. Mayoritas subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat perfeksionisme tinggi yaitu 82,82% mahasiswa. Menurut Frost (dalam Ferrari, Johnson & McCown, 1995) tingginya tingkat perfeksionisme sering kali diakibatkan oleh kritikan dari orang tua atau harapan orang tua yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa dimensi *socially prescribed perfectionism* memberikan pengaruh sebesar 6,6% terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala. Hasil ini memperlihatkan bahwa standar maupun tekanan dari orang lain baik orang tua, teman atau dosen pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat menimbulkan tingkat perfeksionisme yang tinggi dan mempengaruhi tingkat prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi.

Individu dengan tingkat perfeksionisme yang tinggi memiliki kebutuhan yang kuat untuk menghindari kegagalan sehingga akan terlalu khawatir dalam membuat kesalahan. Mereka juga akan berusaha untuk mempertahankan citra publik untuk tidak terlihat memiliki kelemahan dan terus menerus meremehkan kinerjanya karena keyakinan bahwa mereka dapat melakukan atau seharusnya dapat melakukan lebih

baik lagi (Vallance, Dunn & Dunn, 2006). Individu dengan tingkat perfeksionisme yang tinggi menilai kesalahan kecil sebagai kegagalan (Vallance, Dunn & Dunn, 2006).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 57,36% mahasiswa berada pada kategorisasi prokrastinasi akademik sedang, selanjutnya sebanyak 23,6% mahasiswa berada pada kategorisasi prokrastinasi akademik rendah dan terdapat 19% mahasiswa yang berada pada kategorisasi prokrastinasi akademik tinggi. Beberapa faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik adalah usia dan jenis kelamin (Ferrari, Johnson & McCown, 1995; Beutel, dkk., 2016). Hasil penelitian Ferrari, Johnson dan McCown (1995) menemukan bahwa prokrastinasi bagi laki-laki akan mencapai puncaknya pada pertengahan hingga akhir 20 tahunan dan bagi perempuan intensitas prokrastinasi cukup tinggi diawal usia 20 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Beutel, dkk. (2016) juga menemukan hal serupa yaitu prokrastinasi berhubungan dengan usia dan jenis kelamin dimana individu dalam rentang usia 14 hingga 29 tahun menunjukkan tingkat prokrastinasi yang paling tinggi dengan laki-laki memiliki tingkat prokrastinasi lebih tinggi dari perempuan. Hal tersebut sesuai dengan hasil analisis tambahan yang dilakukan dalam penelitian ini, dimana hasil analisis menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berhubungan signifikan dengan jenis kelamin dan usia.

Faktor lainnya yang turut memengaruhi terjadinya prokrastinasi pada diri individu adalah lamanya seseorang terpapar hal yang tidak menyenangkan (Lazarus & Folkman, 1984). Lebih lanjut Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa lamanya durasi terpapar situasi yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan kecemasan dan stres akan membuat individu menghadapinya dengan cara menghindari situasi tersebut atau bahkan individu akan belajar mencari cara untuk menghadapi situasi tersebut. Selain itu, individu yang *procrastinator* cenderung meremehkan waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan suatu tugas, sehingga dalam menyelesaikan suatu tugas

procrastinator membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan *nonprocrastinator* (Ferrari, Johnson, & McCown, 1995). Hal serupa ditemukan dalam penelitian ini, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan rentang penyusunan skripsi hingga saat ini.

Secara empiris, hipotesis dalam penelitian ini telah terbukti, tetapi memiliki tingkat hubungan yang rendah dimana nilai sumbangan efektif perfeksionisme adalah sebesar 4,2% terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Syiah Kuala, sementara sebesar 95,8% lainnya ditentukan oleh faktor lainnya. Senada dengan hal tersebut Solomon dan Rothblum (1986) menjelaskan beberapa faktor yang berkaitan dengan prokrastinasi akademik antaralain *fear of failure*, *aversiveness of the task*, *laziness*, *risk-taking*, *lack of assertion* dan kesulitan membuat keputusan.

Pada proses pelaksanaan penelitian, peneliti menyadari masih terdapat beberapa keterbatasan dan kekurangan pada penelitian ini. Beberapa keterbatasan tersebut diantaranya, penelitian ini menggunakan analisis data teknik statistik *non parametric* sehingga hasil dari penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara umum, penelitian ini juga hanya berfokus pada salah satu aspek pengukuran, yaitu pada bidang atau ranah skripsi dan mahasiswa tingkat akhir dimana yang dilibatkan terbatas hanya pada angkatan 2010, 2011 dan 2012, sehingga tidak dapat digeneralisasi pada seluruh kondisi dan angkatan/tingkatan mahasiswa. Pemilihan sampel penelitian juga menunjukkan jumlah jenis kelamin yang tidak sama dimana jumlah sampel perempuan lebih banyak dari laki-laki, selain itu selama proses penelitian subjek terlihat tidak terlalu serius dalam mengisi alat ukur yang diberikan. Beberapa keterbatasan ini dapat dijadikan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu ada hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik

dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Syiah Kuala. Lebih jauh lagi, hasil penelitian menemukan hubungan positif antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik. Dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat perfeksionisme maka akan semakin tinggi intensitas prokrastinasi akademik, dan sebaliknya. Hal ini terjadi dikarenakan kecemasan yang disebabkan ketidakmampuan mahasiswa untuk memenuhi standar tinggi yang diyakini dalam menyelesaikan skripsi membuat penundaan menjadi pilihan bagi mahasiswa. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang dalam proses menyelesaikan skripsi di Universitas Syiah Kuala mayoritas memiliki tingkat perfeksionisme yang tinggi, sementara berdasarkan kategorisasi prokrastinasi akademik mayoritas mahasiswa berada pada kategorisasi sedang.

Berdasarkan hasil penelitian, maka diharapkan kepada mahasiswa untuk sebaiknya mengkomunikasikan hambatan yang dialami selama pengerjaan skripsi dan untuk tidak menjauhi dari tugas-tugas ketika mengalami hambatan tersebut. Hal tersebut dilakukan agar mahasiswa tidak terfokus pada perasaan cemas dan takut gagal yang membuat dirinya memilih untuk menunda untuk menyelesaikan skripsi, tetapi mengutamakan penyelesaian masalah pengerjaan skripsinya. Selain itu, agar mahasiswa tidak melarikan diri dengan mengerjakan aktivitas lain yang tidak ada hubungannya dengan menyelesaikan skripsi, meskipun ditemukan hambatan selama proses pengerjaannya. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan ada penelitian lanjutan mengenai prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi di Universitas Syiah Kuala. Peneliti selanjutnya dapat meneliti hubungan prokrastinasi akademik dengan variabel psikologi lainnya seperti *fear of failure*, *aversiveness*, *laziness*, dan *decision making*.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar. S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Bukhari Umar, 2010. Ilmu Pendidikan Islam. Jakarta: Amzah

- Beutel, M., Klein, E., Aufenanger, S., Brähler, E., Dreier, M., & Müller, K. *et al.* (2016). Procrastination, distress and life satisfaction across the age range –a german representative community study. *Plos One*, 11(2). <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0148054>
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Da Capo Press.
- 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.
- Darmono, A., & Hasan, A. (2002). *Menyelesaikan skripsi dalam satu semester*. Jakarta: Grasindo
- Ferrari, J.B., Johnson, J. L. and Mc Cown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance*. New York: Plenum Press.
- 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.
- Gunawinata, V. A. R., Nanik, & Lasmono, H. (2008). Perfeksionisme, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *ANIMA, Indonesian Psychological Journal*, 23(3), 256-274.
- 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.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Turnbull-Donovan, W., & Mikail, S. F. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 464- 468.
- LaForge, M. (2005). Applying explanatory style to academic procrastination. *Journal of academy of business education*, 6, 1-7.

- Latifah, A. (2013). Dinamika psikologis mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Purwokerto pelaku prokrastinasi akademik. *PSYCHO IDEA*, 11(2).
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Pub. Co.
- Liling, E. R., Nurcahyo, F. A., & Tanojo, K. L. (2013). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. *HUMANITAS (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 10(2), 59-72.
- Nugroho, J. A., Machmuroch & Karyanta N. A. (2015). Hubungan antara pesimisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa program studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajawa*, 3(4).
- Ramadhani, A. (2016). Hubungan konformitas dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir yang tidak bekerja di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman Samarinda. *PSIKOBORNEO*, 4(3), 507-517
- Rosário, P., Costa, M., Núñez, J. C., González-Pienda, J., Solano, P., & Valle, A. (2009). Academic procrastination: Associations with personal, school, and family variables. *The Spanish journal of psychology*, 12(01), 118-127.
- 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 cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling psychology*, 31(4), 503.
- 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.
- Tondok, M. S., Ristyadi, H., & Kartika, A. (2008). Procrastinasi akademik dan niat membeli skripsi. *ANIMA Indonesian Psychological Journal*, 24(1), 76-87.
- Tuckman, B. W. (1990). Measuring Procrastination Attitudinally and Behaviorally. Paper presented at meeting of American Educational Research

Association, Boston, MA. Retrieved from
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED319792.pdf>

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.

Vallance, J. K., Dunn, J. G., & Dunn, J. L. C. (2006). Perfectionism, anger, and situation criticality in competitive youth ice hockey. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(3), 383-406