

Hubungan Perfeksionisme dan Fear of Failure dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Tugas Akademik pada Mahasiswa Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Makassar

The Reaaltionship Between Perfectionism and Fear of Failure with Procrastination in Completing Academic Tasks for Students of The Faculty of Education Majoring in Educational Psychology and Guidance at The Makassar State University

Ana Septaniar

Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia
aseptaniar@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini adalah penelitian korelasi yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya Hubungan Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Tugas Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Universitas Negeri Makassar. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah perfeksionisme dan *fear of failure*, sedangkan variabel terikatnya adalah prokrastinasi akademik. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM angkatan 2018-2020. Sampel penelitian sebanyak 192 orang mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UNM angkatan 2018-2020. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisioner yang disebar melalui media sosial *WhatsApp* dalam bentuk link *google form*. Analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana Spearman' Rho dan analisis jalur (*path analysis*) hubungan perfeksionisme melalui *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik dengan bantuan *Statistical Package for the Social Science (SPSS)* versi 22 *for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Gambaran perfeksionisme pada mahasiswa PPB yakni 51% pada tingkat sedang dan 49% pada tingkat tinggi, (2) Gambaran *fear of failure* pada mahasiswa PPB yakni 7,8% pada tingkat rendah, 76% pada tingkat sedang dan 16,1% pada tingkat tinggi, (3) Gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa PPB yakni 6,8% pada tingkat rendah, 62,5% pada tingkat sedang dan 30,7% pada tingkat tinggi, (4) Terdapat pengaruh signifikan dan hubungan negatif yang tidak signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik; (5) Terdapat pengaruh signifikan dan hubungan positif yang signifikan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik; (6) Terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme melalui *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Perfeksionisme, Fear of Failure

Abstract

This study is a correlation study that aims to determine whether there is a relationship between perfectionism and fear of failure with procrastination in completing academic tasks for students of the Faculty of Education, Department of Educational Psychology and Guidance, Makassar State University. The independent variables in this study are perfectionism and fear of failure, while the dependent variable is academic procrastination. This research approach is quantitative. The population in this study were all students of UNM Educational Psychology and Guidance class 2018-2020. The research sample was 192 students majoring in Educational Psychology and Guidance FIP UNM class 2018-2020. Data collection techniques were carried out using questionnaires distributed through WhatsApp social media in the form of a google form link. Data analysis used simple Spearman' Rho correlation analysis and path analysis of the relationship between perfectionism through fear of failure to academic procrastination with the help of Statistical Package for the Social Science (SPSS) version 22 for windows. The results showed that: (1) The picture of perfectionism in PPB students was 51% at the moderate level and 49% at the high level, (2) The picture of fear of failure in PPB students was 7.8% at a low level, 76% at a moderate level and 16.1% at a high level, (3) The description of academic procrastination in PPB students is 6.8% at a low level, 62.5% at the moderate level and 30.7% at the high level, (4) There was an insignificant negative relationship between perfectionism and academic procrastination; (5) There is a significant positive relationship between fear of failure and academic procrastination; (6) There is a significant relationship between perfectionism through fear of failure to academic procrastination

Keywords: Academic Procrastination, Perfectionism, Fear of Failure

1. PENDAHULUAN

Pendahuluan Universitas atau perguruan tinggi merupakan tempat menempuh ilmu pengetahuan lanjutan dari Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Pada perguruan tinggi, sebutan untuk pelajar bukan lagi siswa melainkan mahasiswa yang diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Tidak heran jika tingkat tuntutan dalam perguruan tinggi semakin meningkat. Mahasiswa dituntut untuk mengerjakan tugas akademik sesuai dengan kompetensi yang ditentukan oleh perguruan tinggi. Sebagaimana dinyatakan pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi pasal 4 ayat 1 bahwa fungsi dari pendidikan tinggi adalah “mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa.”. Namun, tidak sedikit mahasiswa mengalami hambatan dalam tugas akademik. Meskipun perguruan tinggi bertujuan untuk menciptakan SDM berkualitas tetapi di kalangan mahasiswa terdapat fakta, yaitu adanya perilaku menunda tugas terutama pada tugas akademik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Solomon & Rothblum (Nigmastutik, 2017) menunjukkan sebanyak 50% mahasiswa menunda membuat tugas akademik itu setengah dari waktu yang telah ditentukan. Ellis dan Knaus (Rumiani, 2006) mengemukakan penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya banyak dilakukan dilingkungan akademik, dengan hasil kurang lebih 70% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Solomon & Rothblum (Nigmastutik, 2017) mengusulkan prokrastinasi sebagai kecenderungan menunda menyelesaikan tugas dengan melakukan aktivitas yang tidak berguna sehingga tugas terhambat dan tidak selesai tepat waktu. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti pada bulan Juli 2021 melalui *google form* dengan beberapa mahasiswa Bimbingan dan Konseling (BK) UNM angkatan 2018-2020, 21 dari 25 orang menjawab melakukan penundaan terhadap tugas kuliah dengan alasan *deadline* yang jauh dan masih memiliki sisa waktu yang banyak.

Steel (2010) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah penundaan sukarela yang dilakukan terhadap tugas atau pekerjaan meskipun tahu bahwa hal itu akan berdampak buruk pada masa depan. Patrzek (2012) menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik

memiliki efek negatif, antara lain: harga diri rendah, cemas, ketidakpuasan, frustrasi, motivasi menurun, stres, penumpukan beban kerja, prestasi akademik rendah dan kemungkinan perkuliahan menjadi tidak stabil yang mengarah pada *drop-out*. Bahkan konsekuensi terburuk adalah depresi yang berujung pada kematian.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik, salah satunya adalah perfeksionisme. Ada dua jenis perfeksionisme yaitu perfeksionis adaptif dan maladaptif. Perfeksionis maladaptif memiliki standar yang tinggi, tetapi tidak memiliki kepercayaan bahwa mereka dapat memenuhi standar yang mereka tentukan, dan terdapat kesenjangan antara standar yang ditetapkan dengan evaluasi kinerja, sehingga cenderung mengkritik diri sendiri. Perfeksionis maladaptif lebih umum ditemukan pada prokrastinator karena selalu menetapkan standar tinggi untuk tugas. Untuk memenuhi standar tersebut maka dilakukan persiapan dan perencanaan yang sangat matang, namun bila sampai pada hal tersebut, akan terhalang keterbatasan waktu, sehingga hasil kinerja tidak sesuai harapan dan menimbulkan konsekuensi yang mungkin merugikan diri sendiri, contoh kecil yakni penolakan secara sosial oleh orang disekitar (Ramadhan, 2012).

Menurut Steel (Suriyah, 2007), karakteristik perfeksionis membuat seseorang cenderung melakukan prokrastinasi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Juli 2021 melalui *google form* kepada beberapa mahasiswa BK UNM angkatan 2018-2020 yakni 23 dari 25 orang menginginkan tugas berakhir sempurna dengan alasan seperti menginginkan nilai yang tinggi dan terbaik, memuaskan diri dengan hasil kinerja terbaik, dan alasan karena takut mengecewakan orang tua ataupun orang-orang yang penting bagi mereka.

Perfeksionisme dapat menyebabkan prokrastinasi akademik, dan juga dapat menyebabkan perasaan takut gagal. Menurut Beswick (Wattimena, 2015) salah satu jembatan penghubung antara perfeksionisme dan prokrastinasi adalah kepercayaan yang tidak rasional. Menurut Berkeley (Steel, 2007), prokrastinator memiliki masalah psikologis yang kompleks, termasuk penolakan terhadap aturan, ketidakmampuan untuk menjadi tegas, takut gagal atau sukses, dan kemampuan untuk memandang tugas sebagai hal yang menjijikkan, perfeksionis, dan berlebihan. Karena alasan irasional, seseorang dengan kecemasan tinggi cenderung menunda pekerjaan. Menurut Burka dan

Yuen (2008), beberapa orang melakukan penundaan karena takut dinilai dan dikritik orang lain. Mereka juga khawatir orang lain akan menganggap dirinya buruk, sehingga mereka menunda-nunda sebagai strategi untuk mengatasi rasa takut gagal.

Menurut Atkinson (dalam Conroy, 2001), rasa takut gagal merupakan salah satu bentuk dorongan untuk menghindari kegagalan, terutama akibat negatif dari kegagalan, antara lain rasa malu, penurunan konsep diri individu, dan hilangnya pengaruh sosial. Solomon dan Rothblum (Ferrari, 1995) memperkirakan bahwa 6-14% pelajar yang menunda-nunda juga mengungkapkan ketakutannya akan kegagalan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Juli 2021 melalui *google form* kepada beberapa mahasiswa BK UNM angkatan 2018-2020 yakni sebanyak 14 dari 21 orang mahasiswa yang sering menunda tugas kuliah, mengalami ketakutan akan kegagalan dengan alasan takut mengecewakan orang yang penting bagi mereka ataupun mengecewakan diri mereka sendiri.

Pada penelitian Nigmastutik (2017), terdapat hubungan positif yang signifikan antara takut akan kegagalan dan prokrastinasi skripsi pada mahasiswa Fakultas Teknik Elektro Universitas Kristen Satya Wacana. Kemudian berdasarkan hasil penelitian Anisahwati (2016), diketahui bahwa ada pengaruh signifikan dari variabel *perfectionism* dan dukungan sosial terhadap prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tesis dan disertasi dengan koefisien regresi <0.05 .

Penelitian Mujahidah (2019) terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara ketakutan akan kegagalan dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang. Pada penelitian Muyana (2018) tentang prokrastinasi akademik pada mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling memperoleh hasil yang menggambarkan kondisi prokrastinasi akademik mahasiswa pada kategori sangat tinggi 6%, tinggi 81%, sedang 13%, rendah 0%. Prokrastinasi akademik yang dialami mahasiswa terdiri dari beberapa aspek yakni keyakinan akan kemampuan, ganggaun perhatian, faktor sosial, manajemen waktu, inisiatif, pribadi, dan kemalasan.

Penelitian pengaruh perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi yang dilakukan di Surabaya oleh Ananda (2013) menunjukkan terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastiansi akademik pada siswa program akselerasi. Penelitian-penelitian yang

telah disebutkan hanya meneliti dua variabel yakni perfeksionisme dengan prokrastinasi dan *fear of failure* dengan prokrastinasi dengan sasaran yang bervariasi dan kebanyakan mengambil tugas akhir atau skripsi sebagai konteks prokrastinasi akademik.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan hasil kombinasi dari beberapa pendapat tokoh, yakni: Ketidakpercayaan akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas (Tuckman, 1978). Ketidakmampuan untuk menunda kesenangan. Menyalahkan sesuatu di luar dirinya untuk kesalahan yang dilakukan. Jadi, prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas yang penting. Sedangkan prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan atau tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas-tugas akademik.

Menurut Burka & Yuen (2008) terdapat beberapa karakteristik orang yang melakukan prokrastinasi, yakni takut pada kegagalan, takut mencapai kesuksesan, takut pada kekalahan, serta takut pada separasi dan intimasi.

2.2. Perfeksionisme

Perfeksionisme terbagi menjadi dua definisi yaitu positif dan negatif. Perfeksionisme positif mengacu pada rasa bahagia atau kenikmatan dari pekerjaan yang benar-benar memenuhi standar pribadi, standar orang lain, dan ekspektasi orang lain. Orang-orang ini menunjukkan tuntutan yang kuat terhadap sikap tertib, menunjukkan bahwa mereka salah, menikmati ekspektasi yang tinggi dari orang tuanya, menunjukkan sikap positif terhadap perfeksionisme, dan memiliki teladan mampu selalu menjaga kondisi terbaiknya serta menunjukkan upayanya untuk mencapai kesempurnaan. Perfeksionisme negatif adalah sikap tidak dapat merasakan kepuasan sesuai standar pribadi bagi diri sendiri dan orang lain serta merasa orang lain mempunyai harapan kesempurnaan yang tinggi bagi dirinya, terwujud dalam sikap keprihatinan berlebih pada kesalahan, keragu-raguan dalam bertindak, takut akan gagal, takut tidak dapat menikmati hidupnya, pemikiran satu-atau-tidak-satupun, kecanduan kerja, cemas, dan tidak mampu *coping* secara positif. Hewitt & Flett (1991) membagi perfeksionisme menjadi 3 aspek yakni *self oriented*

perfectionism, other oriented perfectionism, dan socially perscribed perfectionist.

2.3. Fear of Failure

Fear of failure merupakan kecemasan atau kekhawatiran yang irasional yang akhirnya menurunkan kepercayaan diri mereka untuk mengerjakan suatu tugas. *Fear of failure* adalah suatu bentuk dorongan untuk menghindari kegagalan, terutama konsekuensi negatif dari kegagalan dalam bentuk rasa malu, berkurangnya konsep diri dan hilangnya pengaruh sosial (Muhid & Mukarromah, 2018). Rasa takut gagal merupakan salah satu bentuk penghindaran yang disebabkan oleh emosi negatif dalam diri individu, dapat memprediksi kemungkinan terjadinya kegagalan yang akan menimbulkan rasa malu, konsep diri dan penurunan pengaruh sosial, biasanya ini ada hubungannya dengan tidak mampu mencapai keberhasilan. Terdapat beberapa aspek dari *fear of failure* menurut Conroy (dalam Nainggolan, 2007) yakni ketakutan akan penurunan harga diri individu, ketakutan akan penghinaan dan rasa malu, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial, dan ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya.

3. METODE PENELITIAN

3.1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif yakni penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data *numerical* atau angka yang diperoleh dengan metode statistika serta dilakukan pada penelitian inferensial atau dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga diperlukan dengan signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti (Azwar, 2005). Jenis penelitian ini adalah korelasional (*corelational studies*). Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Arikunto, 2006).

3.2. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Makassar Fakultas Ilmu Pendidikan di Jalan Tamalate 1 Tidung, Makassar, pada bulan September 2021 sampai bulan November 2021. Pengambilan data dilakukan dengan bantuan *google form* yang dibagikan melalui grup media sosial *WhatsApp*.

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan

Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Makassar angkatan 2018-2020 berjumlah 369 mahasiswa. Penentuan sampel menggunakan rumus *Slovin* dengan batas toleransi 5% sehingga diperoleh sampel sebesar 192 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*.

3.4. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, pengukuran tingkat prokrastinasi dilakukan dengan menggunakan skala prokrastinasi yang dikembangkan oleh Michael Rio Jatikusumo (2018) yang terdiri dari 72 item pernyataan berdasarkan karakteristik prokrastinasi menurut Burka & Yuen (2008). Skala perfeksionisme dari *Multidimensional Perfectionism Scale* (MPS) hasil penelitian Widiningrum (2017). Skala ini dibuat dalam bentuk bahasa Inggris yang kemudian diadaptasi kedalam bahasa Indonesia oleh peneliti (Widiningrum, 2017). Skala ini mengukur tiga tipe perfeksionisme yang dikemukakan oleh Hewitt & Flett (1991) yang menghasilkan 45 butir pernyataan. Skala dari penelitian Conroy (2001) yaitu *Performance Failure Appraisal Inventory* (PFAI) yang bertujuan untuk mengukur tingkat ketakutan seseorang akan kegagalan. *Inventory* ini telah di terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti sendiri. Adapun *inventory* ini berisi 41 item berdasarkan aspek-aspek *fear of failure* yang dikemukakan oleh Conroy (2001).

3.5. Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah berupa analisis deskriptif. Kemudian, analisis korelasi yang menurut Sugiyono (2016) analisis korelasi sederhana merupakan teknik untuk mengukur kekuatan hubungan variabel dan juga untuk dapat mengetahui bentuk hubungan antara variabel. Selanjutnya analisis jalur (*path analysis*) yakni menurut Retherford (1993; dalam Sarwono, 2011) *path analysis* ialah suatu teknik untuk menganalisis hubungan sebab akibat yang terjadi pada regresi berganda jika variabel bebasnya mempengaruhi variabel tergantung tidak hanya secara langsung tetapi juga secara tidak langsung. Pengujian ini dilakukan dengan bantuan *software* IBM SPSS versi 22.

Untuk melakukan uji tersebut maka diperlukan uji prasyarat yakni normalitas dan linearitas. Hasil yang didapatkan adalah data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$ (lebih besar). Untuk uji linearitas, variabel perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik memberikan hasil nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$ sehingga diartikan kedua variabel tersebut tidak linear.

Sedangkan untuk variabel *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik memberikan hasil nilai signifikansi sebesar $0,636 > 0,05$ sehingga dapat diartikan kedua variabel tersebut linear.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1 Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk mengetahui gambaran perfeksionisme, *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa PPB UNM, dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 1. Kategori tingkat variabel

Variabel	Persentase	Kategori
Perfeksionisme	76% (146 orang)	Sedang
<i>Fear of Failure</i>	62,5% (120 orang)	Sedang
Prokrastinasi Akademik	51% (98 orang)	Sedang

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat perfeksionisme, *fear of failure*, dan prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM berada pada kategori sedang.

4.1.2 Analisis Korelasi

Analisis korelasi dalam penelitian ini digunakan untuk menguji hipotesis pertama dan kedua, dengan hasil sebagai berikut.

Tabel 2. *Correlation Spearman's rho*

		Prokrastinasi Akademik (Y)
Perfeksionisme (X1)	Correlation Coefficient	,117**
	Sig. (2-tailed)	,107
	N	192
<i>Fear of Failure</i> (X2)	Correlation Coefficient	,554**
	Sig. (2-tailed)	,000
	N	192

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai korelasi antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,117 (sangat lemah) dengan signifikansi sebesar $0,107 > 0,05$ yang dapat diartikan bahwa terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan nilai korelasi antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik sebesar 0,554 (sedang) dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang

dapat diartikan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM angkatan 2018-2020.

4.1.3 Analisis Jalur

Analisis jalur merupakan analisis yang bertujuan untuk melihat hubungan dan pengaruh antar variabel bebas melalui variabel intervening terhadap variabel terikat.

Tabel 3. Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik

Model	Standarized Coefficient		R ²
	Beta	Sig.	
(Constant)		,000	,017
Perfeksionisme	,130	,072	

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik sebesar $0,072 > 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa perfeksionisme memiliki pengaruh yang tidak signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien sebesar 0,130. Sedangkan besarnya pengaruh yang diberikan (R²) yakni 1,7% sehingga didapatkan model regresi (e) = $\sqrt{1 - 0,017} = 0,991$.

Tabel 4. Pengaruh *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik

Model	Standarized Coefficient		R ²
	Beta	Sig.	
(Constant)		,000	,319
<i>Fear of Failure</i>	,564	,000	

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa *fear of failure* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien sebesar 0,564. Sedangkan besarnya pengaruh yang diberikan (R²) yakni 31,9% sehingga didapatkan model regresi (e) = $\sqrt{1 - 0,319} = 0,825$.

Tabel 5. Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik

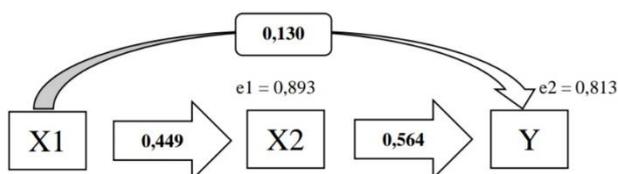
Model	Standarized Coefficient		R ²
	Beta	Sig.	
(Constant)		,000	,202
Perfeksionisme	,449	,000	

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi perfeksionisme terhadap *fear of failure* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa perfeksionisme memiliki pengaruh signifikan terhadap *fear of failure* dengan nilai koefisien sebesar 0,449. Sedangkan besarnya pengaruh yang diberikan (R^2) yakni 20,2% sehingga didapatkan model regresi ($e1$) = $\sqrt{(1 - 0,202)} = 0,893$.

Tabel 6. Pengaruh perfeksionisme melalui *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik secara tidak langsung

Model	Standarized Coefficient		R^2
	Beta	Sig.	
(Constant)		,000	
Perfeksionisme	-,155	,021	,338
Fear of Failure	,634	,000	

Tabel di atas menunjukkan nilai signifikansi perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik sebesar $0,021 < 0,05$ dan nilai signifikansi *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa perfeksionisme dan *fear of failure* memiliki pengaruh yang signifikan secara simultan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien sebesar -0,155 dan 0,634. Sedangkan besarnya pengaruh yang diberikan (R^2) yakni 33,8% sehingga didapatkan model regresi ($e2$) = $\sqrt{(1 - 0,338)} = 0,813$.



Gambar 1. Diagram pengaruh perfeksionisme melalui *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik

4.2. Pembahasan Penelitian

Hasil penelitian yang didapatkan dari uji hipotesis dengan analisis regresi linier berganda dengan bantuan *software SPSS Statistic 22* didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2018-2020 FIP UNM. Adapun penjelasannya sebagai berikut.

Gambaran perfeksionisme pada mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM yakni ada pada kategori sedang sebesar 76% dengan

aspek yang paling tinggi adalah aspek *other oriented perfectionism*. Adapun pada spek ini item yang paling tinggi adalah nomor 27 sebesar 72% yang berbunyi “Saya tidak tahan melihat orang-orang yang dekat dengan saya, membuat kesalahan”. Hal ini diartikan bahwa mahasiswa memiliki harapan yang tinggi dan tidak realistis pada orang lain, mengharapkan orang lain untuk berusaha kompulsif, otoriter, mendominasi, termotivasi oleh kebutuhan untuk mengurangi nilai orang lain sehingga dapat meningkatkan diri mereka. Tipe perfeksionisme ini cenderung memiliki perhatian yang berlebihan terhadap kesalahan yang diperoleh oleh orang lain, dan mengevaluasi orang tersebut dan bereaksi dengan berlebihan pada kegagalan yang dilakukan orang lain.

Selanjutnya gambaran *fear of failure* pada mahasiswa jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM dikategorikan sedang sebesar 62,5% dengan aspek yang paling tinggi ada pada aspek ketakutan akan ketidakpastian masa depan sebesar 77%. Adapun item yang paling tinggi adalah item nomor 3 sebesar 80% yang berbunyi “Ketika saya gagal, sepertinya masa depan saya jadi tidak jelas”. Hal ini muncul karena mereka percaya bahwa kegagalan yang mereka dapatkan akan mengubah masa depan pribadinya. Mereka khawatir bahwa rencana yang sudah mereka persiapkan akan mempengaruhi masa depannya jika rencana tersebut gagal sehingga membuat mereka khawatir dan memilih untuk mengubah rencana jangka pendek dan jangka panjang di masa depan yang telah dipersiapkan.

Kemudian gambaran prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan UNM di kategorikan sedang sebesar 51% dengan aspek yang paling tinggi ada pada aspek ketakutan pada kegagalan dan kesalahan. Adapun pada aspek ini item yang paling tinggi adalah item nomor 1 yakni 95% yang berbunyi “ketika mendapat giliran presentasi saya memilih untuk tidak berangkat kuliah”. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki perasaan takut yang berlebihan saat dihadapkan pada resiko yang membuat mereka memilih untuk menghindari resiko tersebut dengan melakukan penundaan sebagai bentuk pertahanan menghindari resiko berupa penilaian terhadap kemampuan dan harga dirinya.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan negatif yang tidak signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi dalam mengerjakan tugas akademik mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2018-2020 FIP UNM. Artinya semakin tinggi perfeksionisme pada mahasiswa maka

semakin rendah prokrastinasi yang dilakukan. Pada hasil penelitian ini variabel perfeksionisme diketahui memiliki hubungan yang tidak signifikan kearah yang negatif karena korelasi yang sangat rendah dengan variabel prokrastinasi akademik.

Menurut Steel (2005) pada salah satu penelitiannya bahwa perfeksionisme secara umum tidak berkorelasi secara signifikan dengan prokrastinasi. Hanya aspek *other-oriented perfectionism* saja yang memiliki kaitan dengan prokrastinasi walaupun korelasinya terbilang sangat lemah. Steel (2005) yang menyatakan bahwa perfeksionis tidak berkorelasi signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Penemuan yang dilakukan oleh Nanik (2008) memberikan hasil bahwa individu yang memiliki perfeksionisme dalam dirinya bisa membuat individu lebih peka terhadap kegagalan dan kepercayaan diri yang melemah. Hal tersebut akan terjadi jika individu memikirkan kesalahan-kesalahan yang telah ia lakukan yang memungkinkan hal tersebut menjadi penyebab dari kegagalannya. Menjadi individu yang memiliki sikap perfeksionisme yang tinggi, mewajibkan ia memperoleh nilai yang tinggi terhadap tugas yang telah dikerjakan dan mempunyai harapan untuk hasil yang sangat luar biasa, mereka mengarahkan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu (Bong, 2014; dalam Rina, 2021).

Sejalan dengan hasil penelitian Ananda (2013) yakni adanya pengaruh yang signifikan dengan hubungan yang berlawanan arah, artinya semakin tinggi tingkat variabel perfeksionisme seseorang maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya dan sebaliknya. Begitu pula dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1995), menyatakan bahwa perfeksionisme memang memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik dan lebih bergantung kepada konteks sosial saja.

Selanjutnya terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan angkatan 2018-2020 FIP UNM. Artinya semakin tinggi ketakutan akan kegagalan yang dimiliki mahasiswa maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik yang dilakukan. Menurut Berkeley, prokrastinator memiliki masalah psikologis yang kompleks, termasuk penolakan terhadap aturan, ketidakmampuan untuk menjadi tegas, takut gagal atau sukses, dan kemampuan untuk memandang tugas sebagai sesuatu yang menjijikkan, perfeksionis, dan berlebihan. Karena alasan irasional seperti ketakutan akan kegagalan, seseorang dengan

kecemasan tinggi cenderung menunda pekerjaan (Steel, 2007). Rasa takut gagal merupakan kecemasan irasional yang pada akhirnya akan menurunkan rasa percaya diri dalam menjalankan tugas. Sokolowska (2009) menyatakan bahwa ketakutan akan kegagalan adalah salah satu faktor yang dapat meningkatkan kecenderungan kepribadian menuju prokrastinasi akademik. Orang yang takut gagal cenderung khawatir menghadapi situasi tegang karena orang tersebut sadar bahwa kegagalan akan terjadi dan konsekuensi yang tidak menyenangkan akan terjadi. Hasil penelitian selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Sebastian (2013) menyatakan bahwa ada korelasi positif antara ketakutan akan kegagalan dan penundaan. Ini berarti bahwa seseorang yang sangat takut gagal akan menganggap pekerjaannya tidak nyaman dan mudah terganggu oleh hal-hal lain, yang membuatnya ragu dan kemudian melakukan penundaan karena keraguan tersebut.

Sementara hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartantya & Hakim (2016) menyatakan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan dari rasa takut akan kegagalan dan penundaan. Jadi, jika orang yang takut akan kegagalan akan meragukan kemampuan mereka sendiri, sehingga timbul pikiran negatif yang bisa menghambat mereka saat menyelesaikan tugas. Pemikiran negatif ini adalah rasa takut akan mengalami penghinaan dan rasa malu, rasa ketakutan akan mengurangi penilaian diri individu, rasa takut akan kehilangan pengaruh sosial, rasa takut akan ketidakpastian di masa depannya dan rasa takut akan mengecewakan orang yang sangat penting.

Hampir semua orang dalam situasi apapun memiliki motivasi untuk menghindari kegagalan (Nainggolan, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi *coping* untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan. Seseorang menunda mengerjakan tugasnya karena takut jika gagal akan mendatangkan penilaian negatif atas kemampuannya, akibatnya seseorang menunda-nunda untuk mengerjakan tugas yang dihadapinya. Ferrari (1995) menyatakan bahwa seseorang melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari informasi diagnostik akan kemampuannya. Prokrastinasi tersebut dilakukan karena seseorang tidak mau dikatakan mempunyai kemampuan yang rendah atau kurang dengan hasil kerjanya.

Selanjutnya pada penelitian ini menunjukkan bahwa secara tidak langsung perfeksionisme melalui *fear of failure* mempunyai pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Menurut Beswick (dalam Wattimena, 2015) salah satu jembatan penghubung antara perfeksionisme dan prokrastinasi adalah kepercayaan yang tidak rasional. Fakta ini juga cocok dengan karakteristik pribadi prokrastinator. Karena alasan irasional, seseorang dengan kecemasan tinggi cenderung menunda pekerjaan (Steel, 2007). Rasa takut gagal merupakan kecemasan irasional yang pada akhirnya akan menurunkan rasa percaya diri dalam menjalankan tugas.

Seorang perfeksionis yang memiliki ketakutan akan kegagalan dan menuntut kesempurnaan akan cenderung mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya untuk menentukan suatu pilihan atau karya yang sempurna dan tanpa adanya cacat sedikitpun sebab mereka takut akan kritik dari orang lain sehingga membutuhkan waktu yang relatif panjang karena seorang perfeksionis melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari rasa takut akan kegagalan. Menurut Frost (dalam Ferrari, Johnson & McGown, 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 Setiawan (2018) 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. Individu dengan tingkat perfeksionisme yang tinggi menilai kesalahan kecil sebagai kegagalan (Vallance, Dunn & Dunn, 2006; dalam Setiawan, 2018).

Adapun sumbangan yang diberikan oleh perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 33,8% sehingga dapat

diketahui bahwa terdapat 66,2% faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan FIP UNM angkatan 2018-2020 seperti faktor eksternal berupa situasi dan kondisi, pola pengasuhan, lingkungan individu, dan lain sebagainya.

5. KESIMPULAN

Gambaran perfeksionisme pada mahasiswa PPB FIP UNM dalam menyelesaikan tugas akademik yakni sebanyak 7,8% (15 orang) pada tingkat rendah, sebanyak 76% (146 orang) berada pada tingkat sedang, dan sebanyak 16,1% (31 orang) berada pada tingkat yang tinggi. Nilai rata-rata tertinggi variabel perfeksionisme ada pada responden angkatan 2019. Gambaran *fear of failure* pada mahasiswa PPB FIP UNM dalam menyelesaikan tugas akademik yakni sebanyak 6,8% (13 orang) pada tingkat rendah, sebanyak 62,5% (120 orang) berada pada tingkat sedang, dan sebanyak 30,7% (59 orang) berada pada tingkat yang tinggi. Nilai rata-rata tertinggi variabel *fear of failure* ada pada responden angkatan 2019. Gambaran prokrastinasi pada mahasiswa PPB FIP UNM dalam menyelesaikan tugas akademik adalah sebanyak 51% (98 orang) berada pada tingkat sedang dan sebanyak 49% (94 orang) berada pada tingkat yang tinggi. Nilai rata-rata tertinggi variabel prokrastinasi akademik ada pada responden angkatan 2018.

Ada hubungan negatif yang tidak signifikan dan pengaruh yang signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Pendidikan dan Bimbingan (PPB) FIP UNM. Artinya semakin tinggi perfeksionisme mahasiswa maka semakin rendah prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa PPB FIP UNM angkatan 2018-2020. Ada hubungan positif yang signifikan dan pengaruh yang signifikan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa PPB FIP UNM. Artinya semakin tinggi *fear of failure* pada mahasiswa maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh mahasiswa PPB FIP UNM angkatan 2018-2020. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara tidak langsung perfeksionisme melalui *fear of failure* mempunyai pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, N.Y., & Mastuti, E. (2013). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Perkembangan*, Vol. 2 (3), 226-231.

- Anisahwati, Putri. (2016). Pengaruh *Perfectionism* dan Dukungan Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Tesis dan Disertasi. *TAZKIYA Journal of Psychology* Vol. 4 No. 1, 48-52
- Burka, Jane and M. Yuen, Lenora. (2008). *Procrastination Why Do It What to Do About It now*. Da Capo Press.
- Conroy, David E. (2001). Progress In The Development Of A Multidimensional Measure Of Fear Of Failure: The Performance Failure Appraisal Inventory (PFAI). *Jurnal Anxiety, Strees, and Coping*. Vol. 14. Hal. 431-452.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McGown, W. G. (1995). *Procrastination and Task Avoidance: Theory, Research, and Treatment*. New York, NY: Plenum Press
- Hartantya, N. P., & Hakim, L. (2016). Pengaruh Fear of Failure, Motivasi Berprestasi dan Minat Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Tugas Mata Pelajaran Akuntansi Perusahaan Jasa
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism In The Self and Social Contexts: Conceptualization, Assesment, and Association With Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (3), 456.
- Jatikusumo, M. R. (2018). Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Angkatan 2016). *Skripsi*.
- Muhid, A., & Mukarromah, A. (2018). Pengaruh Harapan Orang Tua dan *Self-Efficacy* Akademik terhadap Kecenderungan *Fear of Failure* pada Siswa: Analisis Perbandingan antara Siswa Kelas Unggulan dan Siswa Kelas Reguler. *Jurnal Darussalam: Jurnal Pendidikan, Komunikasi Dan Pemikiran Hukum Islam*, 10(1), 31.
- Mujahidah, A., Mudjiran, M. (2019). Hubungan Antara Ketakutan Akan Kegagalan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Riset Psikologi*, Vol. 2019, No. 2.
- Muyana, Siti. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, Counsellia*. Vol.8, No.1
- Nainggolan, L. (2007). *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Harapan Orang Dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Universitas Diponegoro, Semarang.
- Nanik. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23 (3).
- Ningmastutik, B. P. (2017). Hubungan Antara Takut Gagal dengan Prokrastinasi Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Elektro Universitas Kristen Satya Wacana. *Skripsi*. Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga
- Patrzek, J., Grunschel, C., & Fries, S. (2012). *Academic Procrastination: The Perspective of University Counsellors*. Int. J. Adv. Counselling.
- Ramadhan, Fauzul. (2012). Hubungan Antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Koperasi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Jakarta.
- Rina, Sakir. (2021). Hubungan Perfeksionisme dan *Fear of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Undergraduate thesis*, UIN Raden Intan Lampung.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro Semarang* Vol. 3. No. 2. Hal. 37-48
- Sarwono, Jonathan. (2011). Mengenal Path Analysis. *Jurnal Ilmiah Manajemen Bisnis*, Vol. 11, No. 2, Hal. 286-296.
- Sebastian, I. (2013). Never be Afraid: Hubungan Antara *Fear of Failure* dan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2 (1), 1-8.
- Setiawan, H. P., Faradina, S. (2018). Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala. *Seurune, Jurnal Psikologi Unsyiah*, Vol. 1, No. 2.
- Sokolowska, J. (2009). Behavioral, Cognitive, Affective and Motivational Dimention of Academic Procrastination Among Community College Students: A Methodological Approach. New York University.
- Steel, P. (2005). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of self-regulatory failure*. Diakses pada 24 Januari 2021 dari alamat: <http://www.ucalgary.ca/~steel/procrastinatus/meta/The%20of%20Procrastination.do> c
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination : A Meta-Analytic And Theoretical Review Of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Buletin*. Vol. 133, Hal. 65-94.
- Steel, P. (2010). Arousal, Avoidant, and Decisional Procrastinators: Do They Exist?. *Journal Personality and Individual Differences*, No. 48, Hal. 926-930
- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tuckman BW. (1978). *Conducting Educational Research*. Edisi Kedua. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Wattimena, E. P. (2015). Hubungan Antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Di Fakultas Psikologi. *Skripsi*. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Widiningrum, A. A. (2017). Hubungan Antara Tipe Perfeksionisme dengan Gaya Manajemen Konflik Pada Individu Dewasa Awal yang Sedang Menjalani Hubungan Pacaran. *Skripsi*.