

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa sebagai bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan berbagai kompetensi diri secara optimal dan mereka juga selalu dihadapkan pada tugas-tugas baik yang bersifat akademik maupun non-akademik. Namun pada kenyataannya banyak di antara mereka yang masih menunda-nunda dan tidak menghargai betapa pentingnya waktu dalam menyelesaikan tugas mereka dengan alasan seperti *badmood*, berfikir masih memiliki banyak waktu luang untuk mengerjakan tugas dan lain sebagainya.

Salah satu contoh seperti dalam melakukan belajar, membaca, atau mempelajari ilmu pengetahuan yang lainnya, banyak dari kita yang masih bersantai dengan alasan masih memiliki waktu yang luang atau lain sebagainya Dzikiran (2017). Dalam agama Islam dianjurkan untuk menggunakan waktu sebaik mungkin dalam mengerjakan sesuatu atau tugas. Seseorang yang tidak dapat menghargai waktu secara terus menerus akan mendapatkan kerugian (Warsiyah, 2016)

Mengulur waktu dan melakukan penundaan pengerjaan tugas dan kewajiban belajar merupakan salah satu tanda ketidaksiapan individu dalam menggunakan waktu secara efektif. Penundaan penyelesaian tugas juga berpotensi menghambat proses belajar individu itu sendiri. Dalam bidang psikologi (hal tersebut) dikenal dengan istilah prokrastinasi. Salah satu bidang yang sering terjadi prokrastinasi adalah di bidang akademik (Burka & Yuen, 2008).

Prokrastinasi akademik adalah tindakan penundaan pada tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (Ghufron, 2010). Perilaku prokrastinasi banyak terjadi di bidang akademik yang dilakukan oleh mahasiswa. Menurut Knaus (2002) mengatakan bahwa individu yang melakukan prokrastinasi dapat dilihat dari beberapa ciri-ciri di antaranya takut akan kegagalan, impulsif, perfeksionisme, pasif dan menunda sampai melewati batas waktu yang ditentukan.

Dampak dari perilaku prokrastinasi akademik kerap kali diabaikan oleh para pelajar baik siswa maupun mahasiswa. Keadaan tersebut dapat dilihat dari temuan-temuan hasil penelitian sebelumnya. Di mana penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tergolong cukup tinggi. Burka & Yuen (2007) mengatakan prokrastinasi pada mahasiswa mencapai 75%, dengan 50% berasal dari pelajar yang mengatakan jika mereka melakukan prokrastinasi secara terus menerus dan berasumsi bahwa hal tersebut sebagai suatu masalah.

Hasil penelitian Yudistiro (2016) ditemukan bahwa pelajar yang mempunyai perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi akademik memiliki dua katagori yaitu katagori tinggi dan sangat tinggi. Untuk katagori tinggi dengan presentase 32.08% dan katagori sangat tinggi 7.55 %. Dalam katagori ini mahasiswa cenderung selalu menunjukkan perilaku penundaan dalam mengerjakan tugas akademik sebagai suatu peralihan secara sengaja yang disertai dengan perasaan tidak menyenangkan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas yang segera diselesaikan. Pelajar baik siswa ataupun mahasiswa yang mempunyai perilaku prokrastinasi akademik diperkirakan sangat sedikit dalam menggunakan batas waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas dan segera menyelesaikannya. Perilaku menunda-nunda yang tidak diiringi dengan peran adaptif mahasiswa dapat mengakibatkan mahasiswa tidak memiliki prestasi (Schraw, Watkins, & Olafson, 2007).

Dilihat dari fenomena yang terjadi, perilaku prokrastinasi merupakan perilaku yang banyak dilakukan oleh kalangan mahasiswa, salah satunya dikalangan mahasiswa UIN Raden Intan Lampung. Peneliti melakukan wawancara dengan tiga mahasiswa UIN Raden Intan Lampung Prodi Psikologi Islam semester 5 dan 7 yang berinisial A, L, dan D pada tanggal 27 September 2020 melalui media sosial yaitu *WhatsApp* yang berkenaan dengan perilaku prokrastinasi akademik dan hasil wawancara yang didapat dari tiga mahasiswa tersebut.

Pertama dilakukan wawancara pada mahasiswa semester 7 Prodi Psikologi Islam yang berinisial A pada tanggal 27 September 2020. Ia mengatakan bahwa alasan ia melakukan perilaku prokrastinasi akademik karena adanya tugas lain yang diberikan secara bersamaan, suasana hati yang tidak mendukung atau *badmood*, perasaan malas, tidak paham akan materi atau tugas yang dikerjakan. Ia juga mengatakan bahwa ketika ia ingin mengerjakan atau sudah merencanakan waktu kapan akan mengerjakan tugas tetapi ia malah melakukan kegiatan lain, seperti halnya bermain *gadget* dan membaca novel. Dan ia juga mengatakan perasaan yang ia rasakan setelah melakukan prokrastinasi ialah adanya rasa penyesalan dan cemas karna tugasnya menjadi menumpuk.

Kedua, wawancara dilakukan pada mahasiswa semester 7 Prodi Psikologi Islam yang berinisial L pada tanggal 27 September 2020, ia mengatakan bahwa alasan ia melakukan prokrastinasi akademik karena ia lebih senang mengerjakan tugas pada waktu *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. Ia juga mengatakan pada saat ia telah merencanakan kapan waktu yang tepat untuk mengerjakan tugas tetapi dia melakukan hal lain, seperti halnya adanya kerjaan lain yaitu menyuci baju dan bersih-bersih kostan. Adapun ia juga mengatakan bahwa waktu yang tepat untuk mengerjakan tugas ialah pada saat *deadline*. Setelah melakukan prokrastinasi ia mengatakan bahwa timbulnya perasaan sedih dan menyesal yang ia rasakan.

Ketiga, wawancara dilakukan pada mahasiswa semester 5 Prodi Psikologi Islam yang berinisial D pada tanggal 27 September 2020, ia mengatakan alasan ia melakukan perilaku prokrastinasi akademik karena adanya rasa malas, asik mengobrol dengan teman dan bermain *gadget*. Ia juga mengatakan ketika ia telah membuat jadwal untuk mengerjakan tugas tetapi ia malah tidak jadi mengerjakan tugas dengan alasan suasana yang berisik, bermain *gadget* dan tertidur. Ia

mengatakan ketika ia telah melakukan prokrastinasi akademik timbulnya perasaan menyesal karena kurang maksimal dalam mengerjakan tugas.

Dari wawancara tersebut maka dapat disimpulkan bahwa alasan mereka melakukan prokrastinasi akademik ialah karna terbentur dengan tugas lain, rasa malas, tidak paham dengan materi atau tugas yang diberikan, bermain *gadget*, membaca novel, melakukan pekerjaan lain, dan menunggu waktu yang tepat untuk mengerjakan tugas atau biasanya dikerjakan pada saat *deadline*. Adapun rasa yang ditimbulkan dari perilaku prokrastinasi yaitu perasaan cemas dan 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, salah satunya keyakinan negatif akan diri sendiri. Hal ini berkaitan dengan alasan yang mereka berikan dimana alasan tersebut merupakan pemikiran rasionalisasi (pemikiran secara logis untuk melakukan prokrastinasi) dari pemikiran tersebut maka dapat menimbulkan rasa perfeksionisme.

Burka & Yuen (2007) menyatakan bahwa salah satu faktor perilaku prokrastinasi akademik adalah perilaku perfeksionisme. Mereka juga mengatakan bahwa prokrastinator memiliki keinginan yang tidak realistis terhadap diri mereka sendiri. Huelsman, Furr, & Kennedy (2004) mendefinisikan bahwa perfeksionisme adalah suatu keinginan untuk mendapatkan hasil yang terbaik atau sempurna yang ditandai dengan adanya perfeksionisme adaptif (*Conscientious Perfectionism*) yang timbul dari dalam diri (internal) individu dan perfeksionisme maladaptif (*Self-evaluate Perfectionism*) yang timbul dari luar diri (eksternal) individu. Perfeksionisme yang berujung kepada prokrastinasi akademik dapat disebabkan salah satunya oleh perasaan takut terhadap kegagalan.

Takut akan kegagalan (*Fear Of Failure*) sendiri merupakan hal yang dapat membuat seseorang menunda-nunda pekerjaannya.

Perasaan takut akan kegagalan disini adalah dimana prokrastinator merasa bersalah ketika mereka tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan kriteria atau tujuan yang telah ditentukan sebelumnya. Rasa takut akan kegagalan sendiri identik dengan suatu problem yang kerap terjadi pada seseorang yang memiliki perilaku perfeksionisme Onwuegbuzie (2000).

sebelumnya sudah dilakukan riset tentang hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi Fatimah et al., (2011) yang mengungkapkan jika terdapat hubungan positif yang signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi. Riset atau penelitian tentang pengaruh perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi yang telah dilakukan di Surabaya Ananda & Mastuti, (2013) mengatakan jika terdapatnya pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi.

Meskipun demikian, penelitian tersebut dilakukan hanya dalam satu konteks secara universal serta tujuan populasinya juga terbatas pada siswa program akselerasi. Penelitian tersebut hanya mempelajari satu komponen saja yaitu perfeksionisme dengan prokrastinasi dan *fear of failure* dengan prokrastinasi (Amanah, 2018). Sedangkan penelitian ini lebih spesifik untuk meneliti perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.

Berdasarkan paparan tersebut yang mana menjelaskan fenomena yang sering terjadi dikalangan mahasiswa mengenai penundaan dalam mengerjakan tugas, yang mana dalam islam telah dijelaskan bahwa perilaku prokrastinasi akademik merupakan perilaku tidak terpuji dan tercela. Dapat diketahui sendiri bahwa mahasiswa UIN Raden Intan Lampung seharusnya lebih paham mengenai hukum agama dari perilaku yang tidak terpuji seperti halnya perilaku prokrastinasi akademik, tetapi masih ada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung yang melakukan tindakan perilaku menunda-nunda atau perilaku prokrastinasi akademik. Maka dari itu peneliti merasa tertarik untuk

mengambil judul “Hubungan Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang permasalahan di atas , maka rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada Hubungan antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik?
2. Apakah ada Hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa?
3. Apakah ada hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk melihat hubungan antara perfeksionisme dan *fair of failure* dengan prokrastinasi akademik
2. Untuk melihat hubungan antara *fair of failure* dengan prokrastinasi akademik
3. Untuk melihat hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan masalah dan tujuan penelitian serta penelitian yang sebelumnya. Hasil dari penelitian ini peneliti menginginkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis data hasil penelitian yang berkenaan dengan hubungan antara perfeksionisme dan *fair of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, memberi

informasi dan kontribusi bagi mahasiswa untuk menambah ilmu pengetahuan di dalam ruang lingkup ilmu psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Peneliti mengharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang prokrastinasi akademik agar mahasiswa mengetahui dampak dari prokrastinasi akademik sehingga mahasiswa dapat mengurangi atau mencegah dari perilaku prokrastinasi akademik tersebut.

b. Bagi tenaga pengajar.

Peneliti mengharapkan agar penelitian ini dapat bermanfaat untuk para tenaga pengajar baik itu guru dan dosen sehingga para tenaga pengajar dapat memberi pengarahan agar mahasiswa tidak lagi menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.

E. Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian sebelumnya digunakan untuk menjadi bahan acuan atau perbandingan untuk penelitian berikutnya. Kemudian juga hasil penelitian sebelumnya dapat memberikan penjelasan mengenai perbedaan ataupun ciri khas pada penelitian-penelitian yang dilakukan. Pada penelitian ini, terdapat beberapa hasil penelitian sebelumnya yang dijadikan sebagai acuan diantaranya sebagai berikut :

1. Hasil Penelitian Elizabeth (2017)

Penelitian ini dilakukan oleh Elizabeth (2017) dengan judul penelitian “Pengaruh *Fear Of Failure* dan Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik”. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Teknik Informasi UKSW

dengan jumlah 139. Instrumen pengambilan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi, adapun skala yang digunakan yaitu skala *fear of failure*, skala perfeksionisme dan skala prokrastinasi akademik.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh *fear of failure* dan perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Teknologi Informasi UKSW Salatiga. Berdasarkan uji analisis hipotesis yang dilakukan maka hasil yang didapat adalah adanya pengaruh antara *fear of failure* dan perfeksionisme secara simultan dengan prokrastinasi akademik dengan nilai $R^2 = 0,156$, $F_{hitung} = 12,603$ dengan taraf signifikan sebesar $0,000 < 0,05$.

2. Hasil Penelitian Utami & Katsuri (2019)

Penelitian ini dilakukan oleh Utami & Kasturi (2019) dengan judul penelitian “Perfeksionisme dan Dukungan Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi”. Subjek yang digunakan pada penelitian ini yaitu mahasiswa yang aktif dalam mengerjakan skripsi lebih dari 6 bulan di Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan jumlah sampel sebanyak 80 mahasiswa dengan menggunakan teknik *sampling insidental*. Instrumen penelitian menggunakan skala psikologi yang terdiri dari skala perfeksionisme, skala dukungan orang tua dan skala prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uji analisis yang dilakukan maka hasil yang didapatkan adalah adanya hubungan negatif signifikan antara variabel perfeksionisme dengan variabel prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,205$ dengan $p = 0,034$ ($p = 0,05$). Selanjutnya pada variabel dukungan orang tua dengan prokrastinasi akademik terdapat hubungan negatif signifikan kembali dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,364$ dengan $p = 0,000$ ($p = 0,01$).

3. Hasil Penelitian Amanah (2018)

Penelitian ini dilakukan oleh Hasil Penelitian Amanah (2018) dengan judul penelitian “Hubungan Antara Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa

Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas di Sidoarjo". Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan instrumen pengambilan data skala psikologi yang terdiri dari skala perfeksionisme, skala *fear of failure* dan skala prokrastinasi akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas unggulan di SMA Negeri Sidoarjo dengan jumlah 67 sekolah.

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa unggulan; terdapat hubungan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa unggulan; dan terdapat hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa unggulan.

Berdasarkan dari uji analisis yang dilakukan maka hasil yang diperoleh adalah tidaknya adanya hubungan antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,009 dan $p = 0,444$ ($p < 0,05$) hal ini dikarenakan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Selanjutnya pada variabel *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik didapatkan adanya hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,447 dan nilai signifikan sebesar $p = 0,000$ dan yang terakhir terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik dengan nilai F_{hitung} sebesar 33,852 dan nilai F_{tabel} sebesar 3,04.

Berdasarkan pemaparan di atas dimana telah dijelaskan hasil penelitian-penelitian sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara variabel perfeksionisme dan variabel *fear of failure* terhadap variabel prokrastinasi akademik. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, dimana pada penelitian ini terdapat juga hubungan yang signifikan antara variabel perfeksionisme dan variabel *fear of failure* terhadap variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Namun pada penelitian ini terdapat hubungan negatif signifikan antara variabel

perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,522 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$). Sedangkan terdapat hubungan yang positif signifikan antara variabel *fear of failure* dengan variabel prokrastinasi akademik dengan memperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,619 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$).

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Steel, (2002) menerangkan bahwa prokrastinasi berasal dari bahasa latin yang terdiri dari dua suku kata yakni “*pro*” yang berarti maju, kedepan serta “*cratinus*” yang berarti esok. Scher & Osterman (2002) prokrastinasi yakni kecenderungan dalam menunda-nunda untuk menggapai tujuan. Sementara menurut Wolters (2003) menerangkan bahwa prokrastinasi akademik didefinisikan bagaikan kegagalan dalam melaksanakan pekerjaan serta tugas-tugas akademik ataupun sengaja menunda dalam menuntaskan tugasnya.

Knaus(2002) menyatakan jika perilaku menunda-nunda dapat juga disebut dengan penghindaran tugas yang diakibatkan oleh perasaan tidak bahagia terhadap tugas dan ketakutan akan kegagalan dalam mengerjakan tugas. Bagi Ferrari (dalam Ghufron, 2003) definisi prokrastinasi bisa dilihat dari bermacam batas tertentu, ialah:(1) prokrastinasi hanya selaku sikap penundaan, ialah apabila tiap perilaku untuk menunda dalam mengerjakan sesuatu tugas dinyatakan sebagai perilaku prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta penghindaran penundaan yang dilakukan. (2) prokrastinasi sebagai sesuatu kerutinan maupun pola sikap yang dipunyai seseorang, yang menuju kepada trait, penundaan yang dilakukan ialah reaksi senantiasa yang dilakukan seseorang dalam mengerjakan tugas, umumnya diiringi oleh terdapatnya keyakinan- keyakinan yang irasional.(3) prokrastinasi selaku sesuatu trait karakter, dalam penafsiran ini prokrastinasi tidak hanya sesuatu perilaku penundaan saja, namun prokrastinasi yakni sesuatu trait yang mengkaitkan komponen- komponen perilaku ataupun struktur

mental lain yang silih terpaut yang dapat dikenal secara langsung maupun tidak langsung.

Dari pengertian beberapa tokoh di atas maka bisa diambil kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik merupakan suatu kegiatan menunda-nunda yang dilaksanakan secara sadar dan berulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak perlu dalam menyelesaikan tugas penting yang mana hal itu dapat menyebabkan kegagalan dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik untuk menggapai tujuan.

2. Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik

Surijah & Tjundjing (2007) menyatakan bahwa bagaikan suatu sikap penundaan, prokrastinasi akademik dapat dilihat pada indikator tertentu yang bisa diukur serta diamati. Adapun aspek-aspek prokrastinasi seperti berikut:

- a. *Perceived time*, individu yang sering melakukan prokrastinasi merupakan orang-orang yang gagal dalam mencapai *deadline*. Mereka berorientasi pada waktu saat ini serta tidak memikirkan waktu mendatang. Prokrastinator mengetahui bahwa tugas yang dihadapinya harus segera dikerjakan atau diselesaikan, namun ia menunda-nunda untuk mengerjakan atau menyelesaikan apabila dia telah memulai pekerjaannya tersebut. Perihal ini mengakibatkan seseorang yang melakukan prokrastinasi telah gagal dalam memprediksi waktu yang diperlukan untuk mengerjakan tugas
- b. *Intention Action*, celah antara kemauan serta aksi. Perbandingan antara kemauan dengan aksi senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik meski siswa tersebut memiliki kemauan untuk mengerjakannya. Ini terpaut pula dengan kesenjangan waktu antara rencana serta kinerja aktual. Prokrastinator memiliki kesulitan untuk melaksanakan sesuatu yang

sesuai dengan batas waktu. Seorang siswa bisa jadi sudah merancang untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang sudah prokrastinator tentukan sendiri, namun dikala waktu telah datang prokrastinator tidak juga melaksanakan sesuatu yang sesuai dengan apa yang sudah prokrastinator rencanakan sehingga menimbulkan keterlambatan ataupun kegagalan dalam menuntaskan tugas.

- c. *Emotional distress*, terdapatnya rasa takut dikala melakukan prokrastinasi. Sikap menunda-nunda hendaknya membawa perasaan yang tidak aman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan dapat menyebabkan munculnya rasa kecemasan dalam diri prokrastinator. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang ada masih banyak tetapi tanpa terasa waktu sudah nyaris habis, ini menjadikan mereka merasa takut sebab belum menyelesaikan tugasnya.
- d. *Perceived ability*, merupakan kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri. Meskipun prokrastinasi tidak berkaitan dengan kemampuan kognitif individu, tetapi keragu-raguan mengenai kemampuan dirinya dapat menyebabkan individu melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan perasaan takut akan kegagalan yang menyebabkan individu menyalahkan dirinya karena merasa tidak mampu, untuk menghindari timbulnya perasaan tersebut maka individu dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan kegagalan.

Sedangkan menurut Ferrari et al.,(1995) mengatakan bahwa prokrastinasi dapat dilihat dan diukur melalui beberapa aspek sebagai berikut :

- a. Menunda-nunda untuk memulai dan menyelesaikan tugas yang harus dikerjakan

- b. Keterlamabatan dalam mengerjakan tugas
- c. Kesenjangan antara rencana dan kinerja actual
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan prokrastinasi telah gagal dalam memprediksi waktu yang diperlukan untuk mengerjakan tugas (*Perceived Time*), seorang siswa bisa jadi sudah merancang atau merencanakan untuk memulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang sudah prokrastinator tentukan sendiri, namun dikala waktu telah datang prokrastinator tidak juga melaksanakan sesuatu yang sesuai dengan apa yang prokrastinator rencanakan sehingga menimbulkan keterlambatan atau kegagalan dalam menyelesaikan tugas (*Intention-action*), Hal ini ditambah dengan perasaan takut akan kegagalan (*Emotional distress*) yang menyebabkan individu menyalahkan dirinya sendiri karena merasa tidak mampu, untuk menghindari perasaan tersebut maka individu melakukan prokrastinasi akademik karena takut akan kegagalan (*Perceived ability*).

3. Faktor-faktor Prokrastinasi Akademik

Stell (2007) mengemukakan empat teori prokrastinasi yang menjadi penyebab faktor prokrastinasi akademik, yaitu : 1). *Anxiety, fear of failure, perfectionism*, 2). *Self handicapping*, 3). *Rebelliousness*, dan 4). *Discounted expectancy theory*. Menurut teori *anxiety, fear of failure, perfectionism*, seseorang melakukan prokrastinasi terhadap tugas karena takut dan stress. Konsekuensinya adalah seseorang yang rentan terhadap stress cenderung mengalami prokrastinasi. Terdapat sejumlah kondisi yang menyebabkan seseorang cemas, diantaranya adalah keyakinan tidak rasional, seperti takut gagal dan selalu ingin sempurna.

Menurut teori *Self handicapping*, seseorang mengalami prokrastinasi ketika menempatkan hambatan sebagai penghalang dari kinerja terbaik. Motivasi "*Self handicapping*" adalah untuk mempertahankan harga diri dengan mencari alasan-alasan eksternal. Menurut literature klinis penentangan (*rebelliousness*), permusuhan (*hostility*) dan ketidak setujuan (*disagreeableness*) merupakan motivasi utama untuk prokrastinasi. Seseorang yang memiliki ciri kepribadian seperti ini memandang bahwa tuntutan eksternal merupakan sesuatu yang mengancam sehingga perlu dijaui.

Berdasarkan *discounted expectancy theor*, seseorang akan melakukan terlebih dahulu sesuatu yang lebih menyenangkan atau tujuan yang lebih dekat. Konsekuensinya seseorang cenderung prokrastinasi terhadap tugas-tugas yang sulit.

Secara universal faktor-faktor yang mempengaruhi Prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu :

a. Faktor Internal

Faktor internal ialah faktor-faktor yang terdapat pada diri individu yang melakukan prokrastinasi, adapun faktor-faktor tersebut yaitu:

1) Kondisi fisik individu

Faktor dari dalam yang ikut terpengaruh dari perilaku prokrastinasi pada individu ialah kondisi fisik serta keadaan kesehatan seseorang.

2) Keadaan psikologis individu

Millgran & Tenne mengungkapkan jika karakter lebih tepatnya ciri karakter mengakibatkan

sebagian banyak individu mempunyai perilaku prokrastinasi.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ialah faktor-faktor yang berada di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor tersebut antara lain:

- 1) Pola pengasuhan orang tua. Hasil riset Ferrari menemukan bahwa tingkatan pengasuhan otoriter ayah menimbulkan munculnya kecenderungan sikap prokrastinasi
- 2) Kondisi lingkungan. Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan atau area yang rendah pengawasan dari pada area yang penuh pengawasan. Pergaulan siswa juga ikut mempengaruhinya.

Berkembangnya sikap prokrastinasi disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor utama yang mempengaruhi terjadinya sikap prokrastinasi menurut Steel (2003) antara lain sebagai berikut :

a. Fenomenologi prokrastinasi

Merupakan *intended action gap*, suasana hati serta performa kerja (Steel, 2003). Individu yang melaksanakan prokrastinasi awal mulanya tidak memiliki maksud untuk melakukan penundaan. Mereka mempunyai keinginan untuk menuntaskan tugas, namun setelah itu mereka tidak melanjutkan untuk menyelesaikan tugas mereka. Individu menjauhi perasaan takut serta meningkatkan kinerja dengan perilaku prokrastinasi. Dengan perilaku prokrastinasi individu mampu menunjukkan semua

keahlian baik fisik serta kognitif pada saat tenggang waktu akan tiba.

b. Karakteristik tugas

Karakteristik tugas dalam prokrastinasi dipecah menjadi dua, yaitu :

1) Waktu pemberian *reward* serta *punishment*. Samuel Johnson (dalam Steel, 2003) beranggapan jika *temporal proximity* sebagai pemicu natural dari perilaku prokrastinasi. Prokrastinasi akan menurun ketika tugas semakin mendekat (*temporal proximity*). Bagi Samuel, *temporal proximity* bagaikan "*to be most solicitous for that which is by its nearness enabled to make the strongest impressions*" yang maksudnya kecemasan yang sangat besar pada saat-saat terakhir menimbulkan kesan kokoh.

2) *Task aversiveness*

Banyak perihal yang bisa membuat individu menunda dalam mengerjakan tugas. Ketika suatu tugas dirasa tidak mengasyikkan, individu cenderung menghindari tugas yang aversif tersebut. Perihal inilah yang disebut dengan *task aversiveness*.

c. Perbedaan Individual

Steel (2003) mempelajari 5 tipe kepribadian karakter, ialah *Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness*, *Openness to experience*, dan *Conscientiousness*. Jenis kepribadian *Openness to experience* tidak berkorelasi dengan prokrastinasi, kebalikannya *agreeableness* memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi. Jenis

kepribadian *Conscientiousness* yakni prediktor negatif terkuat terhadap sikap prokrastinasi. Komponen *impulsiveness* dari jenis kepribadian *Extraversion* pula dipercaya memainkan kedudukan dalam sikap prokrastinasi.

Dari studi literatur yang dilakukan oleh sebagian riset, bisa disimpulkan jika *Neuroticism* adalah sumber utama prokrastinasi. Para periset berkata jika seseorang yang melaksanakan prokrastinasi pada tugas disebabkan mereka aversif maupun merasa penuh tekanan dan orang yang sering merasakan pengalaman tekanan stress hendak melaksanakan prokrastinasi lebih sering. Namun, Steel (2003) menemukan hasil korelasi yang lemah antara *Neuroticism* dengan prokrastinasi, kecuali *self-efficacy* memiliki korelasi negatif yang kuat dengan prokrastinasi.

d. Demografi

Timbulnya sikap prokrastinasi pada populasi tidak hanya diakibatkan oleh sifat-sifat karakter kepribadian saja, peneliti sudah memperkirakan aspek atau faktor demografi dari prokrastinasi. Seharusnya prokrastinasi menurun dikala seseorang menjadi lebih berusia serta sudah belajar dari pengalaman.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik secara umum dapat dikategorikan menjadi dua kategori, yaitu: faktor internal, yang merupakan faktor-faktor yang terdapat pada diri individu sendiri yang berupa kondisi fisik individu dan kondisi kesehatan mental individu. Dan faktor eksternal, ialah faktor-faktor yang berada di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi seperti halnya kondisi lingkungan dan pola pengasuhan orang tua. Empat faktor utama yang mendukung terjadinya sikap prokrastinasi menurut Steel (2003) antara lain

sebagai berikut : fenomenologi prokrastinasi, karakteristik tugas, perbedaan individual dan domografi.

4. Jenis-jenis Tugas Prokrastinasi Akademik

Apabila ditinjau dari jenis tugas akademik yang jadi objek prokrastinasi oleh mahasiswa, bagi Solomon & Rothblum (2002) jenis tugas akademik yang biasa ditunda antara lain selaku berikut:

- a. Mengarang, yakni penundaan melaksanakan kewajiban maupun tugas- tugas menulis. Misalnya menulis makalah, laporan, maupun tugas mengarang yang lain yang bertabiat take home.
- b. Belajar buat mengalami tes, yakni penundaan belajar buat mengalami tes, misalnya UTS (Tes Tengah Semester) serta UAS (Tes Akhir Semester), maupun ulangan mingguan, sampai tes akhir kelulusan (tes skripsi). Belajar buat mengalami tes, yakni penundaan belajar buat mengalami uji, misalnya UTS dan UAS (Uji Tengah dan Akhir Semester), maupun ulangan mingguan, sampai uji akhir kelulusan(uji skripsi).
- c. Membaca, adanya penundaan buat membaca novel ataupun rujukan yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan.
- d. Kinerja administratif, terdapatnya penundaan dalam menyalin catatan, mengisi catatan muncul di kelas serta catatan muncul praktikum.
- e. Mendatangi pertemuan akademik/ menjajaki pendidikan di kelas, ialah penundaan ataupun keterlambatan dalam mendatangi pelajaran, praktikum serta pertemuan- pertemuan yang lain.

- f. Kinerja akademik dengan totalitas, yakni penundaan dalam mengerjakan ataupun menuntaskan tugas- tugas akademik secara totalitas

Berdasarkan pemaparan di atas dapat diketahui bahwa jenis-jenis tugas prokrastinasi meliputi, yaitu: mengarang, belajar untuk menghadapi ujian, membaca, kinerja administratif, mendatangi pertemuan akademik, dan kinerja akademik secara totalitas.

5. Prokrastinasi Akademik Dalam Pandangan Islam

Prokrastinasi akademik dalam pandangan Islam merupakan termasuk dalam perilaku tercela. Al-quran secara spesifik tidak menyebut kata “prokrastinasi” dalam lafaz ataupun ayat. Tetapi jika mengarah pada arti prokrastinasi yang merupakan perilaku penundaan maka akan banyak ditemukan. Al-Quran mengingatkan manusia agar mampu menggunakan waktu dan kesempatan dengan baik dan setelah selesai diminta untuk segera mengerjakan pekerjaan lainnya.

Hal ini sesuai dengan Al-quran Surah Al-Insyirah ayat 7 :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ □

Artinya : *“Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”*

Menurut Ibnu Katsir, maksud dari Surah Al-Insyirah ayat 7 ini ialah apabila engkau (Muhammad) telah selesai mengurus berbagai kepentingan dunia dan semua kesibukannya, maka bersungguh-sungguhlah untuk menunaikan ibadah serta melangkahlah kepadanya dengan penuh semangat dengan hati yang kosong serta tulus dan niat karena Allah . Dengan kata lain, maksud terkandung dari ayat ini adalah adanya kesempatan atau peluang bagi manusia untuk menganggur atau tidak bekerja di

saat ia masih diberi waktu dan usia oleh Allah SWT. Jika pekerjaan tersebut telah selesai, maka diminta untuk segera melakukan pekerjaan atau berkarya dalam bentuk lainnya.

Selain pada Surah Al-Insyirah ayat 7 terdapat juga penjelasan mengenai perilaku prokrastinasi akademik dalam pandangan islam, yaitu pada Surah Al – Ashr ayat 1 – 3 yang berbunyi :

وَالْعَصْرِ {١}
 إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ {٢}
 إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ {٣}

Artinya : *“Demi masa, sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman serta mengerjakan amal saleh serta nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran serta nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”*

Pada tafsir Quraish Shihab dikatakan jika Allah bersumpah demi masa karna masa memiliki banyak kejadian serta pelajaran, setelah itu manusia hendak betul- betul merasa merugi kala dikuasi oleh hawa nafsunya, kecuali orang- orang yang beriman kepada Allah SWT, mengerjakan amal saleh dengan penuh kepatuhan serta silih berpegang teguh pada kebenaran (Al-Mishbah, 2001). Dari ayat tersebut telah dipaparkan jika manusia memanglah betul- betul merugi apabila tidak mempergunakan waktu yang dimiliki ataupun waktu yang sudah Allah SWT berikan secara maksimal untuk mengerjakan hal- hal yang baik. Menunda- nunda pekerjaan adalah wujud tipu daya hawa nafsu terhadap jiwa yang lemah serta tekad yang rendah, sebab barang siapa yang tidak sanggup menguasai hari ini, maka dia tidak akan mempunyai masa depannya.

B. Perfeksionisme

1. Pengertian Perfeksionisme

Hill et al., (2004) mengatakan bahwa perfeksionisme merupakan suatu motivasi individu untuk menggapai kesempurnaan. Nevid, dkk (2005) mengungkapkan jika perfeksionisme bisa disebut suatu motivasi dalam diri individu untuk menggapai kesempurnaan dengan memperhatikan kerapihan serta keteraturan. Pada saat membuat sedikit kesalahan maka akan merasa takut serta dipenuhi dengan rasa bersalah. Individu perfeksionis kerap menghadapi kekecewaan pada diri sendiri jika merasa gagal dalam menggapai standar tinggi yang tidak bisa untuk dicapai (Nevid dkk, 2005).

Sejalan dengan penelitian Hewitt & Flett (Pranungsari, 2010) yang beranggapan jika perfeksionisme merupakan suatu kemauan untuk menggapai kesempurnaan yang diiringi dengan standar tinggi untuk diri individu sendiri, orang lain serta yakin jika orang lain menginginkan serta memberikan dorongan kesempurnaan bagi dirinya.

Sedangkan, Yang & Stoebe ,(2012) mengatakan bahwa perfeksionisme merupakan bentuk dari disposisi kepribadian yang diisyarati dengan perjuangan menggapai kesempurnaan serta penetapan kesempurnaan yang sangat besar. Tidak hanya itu individu dengan perfeksionisme tinggi sangat berlebihan dalam melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri serta takut yang berlebihan akan penilaian dari orang lain.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh di atas maka dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme merupakan sebuah dorongan yang ada di dalam diri individu untuk menggapai kesempurnaan dengan menetapkan standar tinggi untuk diri sendiri ataupun orang lain sehingga senantiasa berupaya menunjukkan diri sebaik mungkin serta lebih unggul daripada orang lain tanpa adanya kesalahan yang dikerjakannya.

2. Aspek-aspek Perfeksionisme

Peneliti-peneliti sebelumnya sudah menyatakan bahwa ada lebih dari 20 aspek perfeksionisme (Fletcher, 2005). Namun Hewitt & Flett (1991) menyebutkan jika perfeksionisme mempunyai aspek intrapersonal serta aspek sosial. Secara khusus, analisis faktor terhadap *Multidimensional Perfectionism scale* (MPS) mendapatkan 3 komponen perfeksionisme : *Self-Oriented Perfectionism* sebagai dimensi intrapersonal, serta *Others-Oriented Perfectionism* serta *Socially Prescribed Perfectionism* sebagai dimensi sosial atau interpersonalnya.

a. *Self-Oriented Perfectionism*

Perfeksionis ini berfokus pada orientasi diri sendiri terikat dengan adanya penetapan standar yang sangat tinggi terhadap diri individu, kritik, serta penjagaan diri berlebih yang mengakibatkan individu tidak mampu menerima kesalahan atau kegagalan. Dimensi perfeksionisme ini memiliki keinginan untuk selalu berupaya agar tidak melakukan kesalahan atau gagal. *Self-Oriented Perfectionism* yang mempunyai kemampuan adaptif sebagai rangsangan yang sehat untuk menggapai prestasi ataupun menciptakan karya yang besar, tetapi jika berhubungan dengan pengalaman yang negatif akan menimbulkan tekanan mental (Hewitt dkk, 1995; Blatt, 1995).

b. *Others-Oriented Perfectionism*

Perfeksionis ini lebih berorientasi kepada orang lain terkait dengan kecenderungan individu menuntut orang lain agar memenuhi standar-standar yang sangat tinggi serta reaktivitas kesalahan yang dibuat oleh orang lain. Pada aspek ini individu menunjukkan kekakuan, kemarahan serta tidak dapat memberikan toleransi yang menimbulkan permasalahan dalam relasi dengan orang

lain baik di rumah maupun dalam pekerjaan. Permintaan serta harapan yang berlebih pada orang lain seringkali membuat individu menyalahkan orang lain, sombong serta dominan pada orang lain. Individu tersebut mempunyai permasalahan ketika menyerahkan tugas pada orang lain karena takut hasilnya tidak sempurna.

c. *Socially Prescribed Perfectionism*

Perfeksionis ini merupakan anggapan jika orang lain menuntut dan mengharapkan dirinya untuk senantiasa sukses dalam menggapai prestasi dengan standar yang tidak realistis. Tuntutan yang datang dari orang lain terkait dengan pandangan pribadi perfeksionis bahwa hal itu wajib dipenuhi untuk memperoleh penerimaan serta penghargaan dari lingkungannya (Blatt, 1995).

Berdasarkan penyampaian di atas dapat diketahui bahwa aspek-aspek perfeksionisme menurut Hill, dkk (2004) adalah ruminasi, membutuhkan persetujuan, memikirkan kesalahan, penuh degan perencanaan, tekanan orang tua mengejar keunggulan, standar tinggi dan keteraturan kepada orang lain.

3. Faktor-faktor Perfeksionisme

Peters (1996) menyatakan beberapa faktor yang menyebabkan seseorang menjadi perfeksionis, antara lain :

- a. Terdapatnya bakat alamiah
- b. Standar usia mental lebih tinggi dari usia kronologis
- c. Teman bermain yang lebih tua atau dewasa
- d. Memiliki pemikiran tingkat tinggi tentang kesuksesan yang akan datang
- e. Pekerjaan yang sangat mudah

Inilah hal-hal yang membuat seseorang menjadi perfeksionis. Kecerdasan yang tinggi ditandai dengan adanya

standar usia mental yang lebih tinggi dari usia kronologis, sehingga dapat menimbulkan perfeksionisme pada individu.

Perfeksionisme (Burka & Yuen, 198B9; Gordan, 2003; Shindler & Weinstein, 2006; Pryor, 2003) merupakan salah satu faktor yang mungkin terjadinya penundaan atau prokrastinasi akademik. Burka & Yuen (dalam Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992) menyatakan bahwa orang yang suka menunda-nunda membuat keinginan yang tidak realistis untuk diri mereka sendiri. Burka & Yuen melihat bahwa orang yang suka menunda-nunda menunjukkan banyak karakteristik kognitif terkait dengan perfeksionisme, seperti kecenderungan untuk mendukung kesuksesan yang berkelanjutan.

4. Karakteristik Perfeksionisme

Addelhort & Elliot (Peters, 1996) menjelaskan bahwa perfeksionisme memiliki 5 karakteristik dari guru dan siswa perfeksionis yang berperan dalam prestasi rendah, di antaranya sebagai berikut :

- a. Prokrastinasi
- b. Ketakutan akan kegagalan
- c. Pemikiran semua atau tidak satupun
- d. Perfeksionisme lumpuh
- e. Kecanduan kerja

Berdasarkan penyampaian di atas maka dapat diketahui bahwa karakteristik perfeksionisme menurut Addelhort & Elliot (Peters, 1996) yaitu: prokrastinasi, ketakutan akan kegagalan, pemikiran semua atau tidak satu pun, perfeksionisme lumpuh dan kecanduan kerja.

5. Perfeksionisme di Bidang Akademik

Ines (2010) mengatakan ciri-ciri individu yang perfeksionis di bidang akademik, yaitu:

- a. Senantiasa melakukan pekerjaan dengan senang hati serta kemauan
- b. Bersemangat untuk mendapatkan apa yang mereka mau
- c. Cenderung melakukan pemaksaan diri untuk berbuat segalanya, walaupun sesungguhnya berada di luar batasan kinerjanya.
- d. Gampang tersinggung, bila terdapat satu ataupun lebih kesalahan saja meskipun dipandangan individu lain biasa saja
- e. Cenderung merasakan kesulitan untuk dapat mendelegasikan tugas ataupun pekerjaan pada orang lain.
- f. Cenderung tidak mudah yakin ataupun sering meremehkan keahlian orang lain
- g. Cepat emosi dan sering egois.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat diketahui bahwa ciri-ciri individu yang perfeksionisme menurut Ines (2010) adalah senantiasa bekerja dengan sepenuh hati, bersemangat untuk mendapatkan apa yang mereka mau, gampang tersinggung, cenderung tidak mudah yakin, mudah emosi dan sering egois.

C. Fear Of Failure

1. Pengertian *Fear Of Failure*

Menurut Budiarjo (dalam Chandrawati, 2011) *Fear of failure* ialah istilah yang sering digunakan untuk secara negatif mendefinisikan prediktor emosional. Kata ini muncul ketika seseorang menghadapi tugas yang bertujuan untuk memperoleh suatu keterampilan. Elliott dan Tarash (2004) mengatakan bahwa *fear of failure* adalah jenis penghindaran yang bergantung pada kinerja atau kesuksesan.

Atkinson (Conroy, Kai & Fifer, 2007) mengatakan ada insentif untuk menghindari konsekuensi negatif dari kegagalan nyata, terutama berupa rasa malu, harga diri yang rendah, dan

kegagalan. Hardiansyah (2011) *fear of failure* merupakan interpretasi negatif terhadap situasi individu. Ini adalah interpretasi negatif dari keyakinan irasional yang muncul dari berbagai hal, seperti pertanyaan untuk diajukan kepada orang lain, hasil negatif setelah dicapai, dan akhirnya takut gagal.

Dari penjelasan beberapa tokoh di atas maka dapat disimpulkan bahwa *fear of failure* merupakan bentuk penghindaran yang diakibatkan oleh emosi negatif dari dalam diri seseorang untuk mengestimasi kemungkinan gagal yang akan menimbulkan rasa malu, menyusutnya konsep diri, dan pengaruh sosial serta umumnya berkaitan dengan ketidakmampuan dalam upaya pencapaian keberhasilan.

2. Aspek-aspek *Fear Of Failure*

Aspek-aspek *fear of failure* menurut Conroy (dalam Conroy, Kaye & Fifer, 2007) ialah:

a. Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu

Ketakutan akan mempermalukan diri sendiri, terutama ketika banyak yang menyerah untuk menjelaskan bahwa itu tidak berhasil. Orang sering khawatir tentang apa yang orang lain pikirkan tentang mereka, yang sangat memalukan terkait dengan rasa malu serta penghinaan yang akan didapatkan.

b. Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu

Ketakutan ini menciptakan ketidakcakapan dan ketidakberdayaan pada diri seseorang. Selain itu, orang tersebut menyimpulkan bahwa dia tidak cerdas dan tidak memiliki kemampuan untuk mengelola kinerjanya dengan baik.

c. Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial

Ketakutan ini termasuk penilaian orang lain tentang individu. Jika itu gagal, orang lain yang dianggap penting akan pergi tanpa peduli, meminta bantuan mereka, dan menyadari bahwa mereka memang penting di mata orang lain.

d. Ketakutan akan ketidakpastian masa depan

Kegagalan menciptakan ketidakpastian dan merasakan perubahan di masa depan. Kegagalan ini membuat takut mereka yang mengubah rencana mereka dalam jangka pendek.

e. Ketakutan akan mengecewakan orang yang berarti baginya

Ketakutan akan mengecewakan serta menemukan kritik dari orang-orang yang berarti dalam hidup individu. Semacam orang tua misalnya. Perihal ini akan berakibat pada performansi individu.

Berdasarkan pada penyampaian di atas dapat dilihat bahwa aspek-aspek dari *fear of failure* menurut Conroy (2002) adalah ketakutan akan penghinaan dan rasa malu, ketakutan akan penurunan estimasi diri individu, ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, serta ketakutan akan mengecewakan orang yang dianggap penting baginya.

3. Faktor-faktor *Fear Of Failure*

Conroy (dalam Nainggolan, 2007) berikutnya mengemukakan jika perasaan takut akan kegagalan diakibatkan oleh :

a. Pengalaman di masa awal kanak-kanak

Pengalaman masa kecil ini dipengaruhi oleh pola asuh orang tua. Orang tua yang terus-menerus mengkritik dan mengganggu aktivitas anak menimbulkan keraguan

tentang kinerja mereka. Rasa takut gagal juga bisa dikaitkan dengan orang tua yang mengasuh anak-anaknya. Akibatnya anak tidak bisa mencapai apapun tanpa bantuan penuh orang tua dan takut melakukan kesalahan di kemudian hari.

b. Karakteristik lingkungan

Lingkungan termasuk keluarga dan sekolah. Lingkungan rumah yang penuh dengan kebutuhan fungsional menciptakan rasa *fear of failure* pada anak-anak. Prestasi di lingkungan akademik dan non akademik serta persaingan memperebutkan pemenang memberikan tekanan pada lingkungan sekolah.

c. Pengalaman belajar

Pengalaman keberhasilan dan kegagalan belajar mempengaruhi perasaan *fear of failure*. Sukses dicapai dan penghargaan membuat orang merasa mereka perlu untuk terus sukses. Sampai dia menghadapi ketakutan akan kegagalan. *Fear of failure* mungkin karena kegagalan, dan konsekuensinya individu tidak ingin merasakannya.

d. Faktor subjektif dan kontekstual

Faktor ini berkaitan dengan struktur lingkungan di mana individu melaksanakan performansi serta anggapan individu terhadap lingkungan tersebut. 2 perhal ini akan memberikan pengaruh pada penetapan tujuan serta target pencapaian prestasi. Lingkungan yang dipersepsikan individu tidak akan mentolerir kegagalan akan menyebabkan individu menghadapi perasaan *fear of failure* sehingga pencapaian tujuan serta target prestasi hanya sampai pada taraf tidak gagal bukan kesuksesan.

Berdasarkan pada penjelasan yang telah disampaikan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa jika faktor-faktor yang mempengaruhi *fear of failure* ialah pengalaman di masa kanak-kanak awal, karakteristik lingkungan, pengalaman belajar serta faktor dari segi subjektif dan kontekstual.

4. Karakteristik Individu dengan *Fear Of Failure*

Conroy (2003) mengatakan bahwa karakteristik individu yang mengalami *fear of failure* terdiri dari 4 karakteristik, adapun karakteristiknya sebagai berikut:

- a. Memiliki *goal-setting* dan defensif
- b. Performansi yang buruk pada keadaan tertentu, terutama keadaan yang dianggap penuh tekanan atau keadaan baru.
- c. Menghindari kompetisi
- d. Selalu menginginkan tanggapan positif dari orang lain.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat diketahui bahwa karakteristik individu yang mengalami *fear of failure* menurut Conroy (2003) yaitu memiliki *goal-setting* dan defensif, performansi yang buruk pada keadaan tertentu, menghindari kompetisi, dan selalu menginginkan tanggapan positif dari orang lain.

D. Hubungan Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa

Prokrastinasi merupakan kecenderungan untuk menunda suatu kegiatan hingga menit-menit terakhir (Gafni & Geri, 2010). Solomon & Rothblum (1984) menjelaskan jika aktivitas penundaan yang dilakukan adalah aksi yang tidak bermanfaat serta memunculkan rasa yang tidak menyenangkan bagi individu. Salah satu pemicu individu memiliki perilaku prokrastinasi ialah pemikiran irasional. Pemikiran irasional tersebut berbentuk perasaan tidak bisa dari individu serta pemikiran jika tuntutan suatu tugas itu sangat berat bagi dirinya (Ellis & Knaus, dalam Haghbin, McCaffey & Pychyl, 2012).

Menurut Steel (2007) prokrastinasi terjadi di beberapa bidang, salah satunya ialah prokrastinasi di bidang akademik. Prokrastinasi disebabkan oleh beberapa hal, salah satu penyebabnya yaitu *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Van Wyk, 2004). Hampir segala sesuatu dalam situasi apapun termotivasi untuk menghindari kegagalan (Murray et al., Dalam Nainggolan, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), beberapa orang menunda karena takut dihakimi dan dikritik orang lain. Mereka juga takut orang lain akan menilai mereka secara negatif dan bertindak melakukan prokrastinasi sebagai strategi untuk mengatasi rasa takut akan kegagalan.

Selain pemikiran irasional yang mempengaruhi prokrastinasi, faktor lainnya adalah pemikiran rasional. Tuckman (2002) menganggap dukungan kognitif untuk keterlambatan sebagai bentuk penalaran. Rasionalitas adalah keadaan pikiran yang secara logis membantu mereka yang ragu. Pikiran ini, seperti keinginan prokrastinator yang menyebabkan kondisi positif seperti penundaan.

Penelitian sebelumnya tentang perfeksionisme dan prokrastinasi telah mendapatkan hasil yang berbeda-beda. Banyak penelitian yang telah dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi. Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi.

Onwuegbuzie & Jiao (2000) menyatakan jika terdapat beberapa penelitian yang berpendapat bahwa adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme dalam usaha untuk mewujudkan suatu kesempurnaan. Hal ini merupakan kecenderungan dari *Self-Oriented Perfectionism*. Seseorang yang ingin menampilkan kesan pada orang lain dengan usaha yang dikerjakannya yang berkenaan dengan *Socially Prescribed Perfectionism*. Onwuegbuzie & Jiao juga mengatakan bahwa hubungan antara prokrastinasi akademik dengan ketakutan akan kegagalan dipengaruhi oleh tingkat perfeksionisme ataupun sebaliknya. Hubungan antara perfeksionisme

dan ketakutan akan kegagalan dipengaruhi oleh prokrastinasi akademik. Perfeksionisme menuntut kesempurnaan serta terkadang mempunyai keinginan yang tidak realistis (Gordon, 2003). Perfeksionisme mengakibatkan individu tidak ingin untuk menyelesaikan tugasnya karena merasa tidak sanggup untuk memenuhi standar yang tinggi.

E. Kerangka Berpikir

Faktor- faktor yang pengaruhi timbulnya perilaku prokrastinasi bisa dilihat dari faktor internal dan eksternal, faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu yang menimbulkan terbentuknya prokrastinasi seperti gaya pengasuhan orang tua serta keadaan lingkungan yang rendah pengawasan dll. Sebaliknya faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu yang meliputi keadaan fisik serta psikologis individu, seperti halnya *perfectionism*, kontrol diri (*self- control*), *fear of failure*, *selfconscious*, *self- esteem*, *self- efficacy*, serta kecemasan sosial (Ifiandra, 2009).

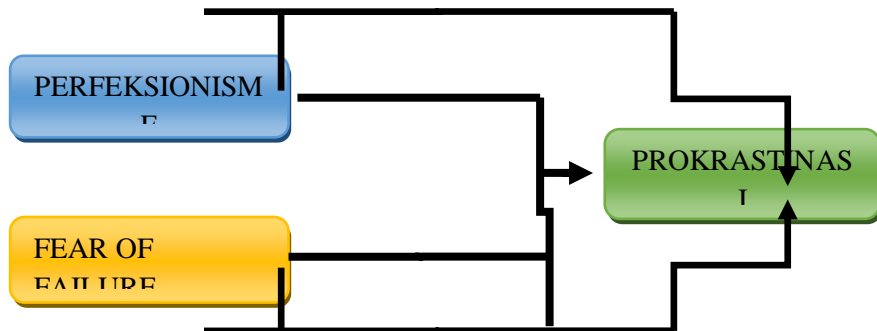
Prokrastinasi merupakan sesuatu sikap yang secara terus menerus menunda pekerjaan yang sepatutnya bisa dituntaskan dengan cepat, seringkali sebab merupakan perihal yang membosankan ataupun tidak mengasyikkan. Prokrastinasi dapat menunda pekerjaan hingga hari besok, ataupun dari hari ke hari, biasanya menangguhkan suatu yang berat dan tidak mengasyikkan.

Menurut Webster (dalam Andreou dan White, 2010) individu dalam melakukan prokrastinasi banyak dipengaruhi oleh faktor yang ada dalam diri seseorang antara lain *perfectionism*. Menurut Browsers (2012) mengatakan jika perfeksionisme merupakan tuntutan kesempurnaan dengan standar yang besar untuk orang lain serta diri sendiri, dan dapat menyebabkan perasaan ketidakbahagiaan, sebab tidak mempunyai kepuasan terhadap prestasi yang sudah dicapai sehingga seseorang kerap melakukan penundaan sebab ketakutan yang sangat kuat bila nanti terjadi kesalahan-kesalahan yang memiliki




pemikiran jika melakukan kesalahan, hingga hendak membuat seseorang orang tidak sukses, kurang disukai ataupun kurang berharga, sifat ataupun watak seorang yang menyangka suatu yang tidak sempurna sebagai hal yang tidak bisa diterima.

Hal inilah yang kerap memunculkan individu yang perfeksionisme melakukan penundaan sebab mereka sangat detail serta cermat dalam melakukan sesuatu pekerjaan (Alwi, 2005). Tidak hanya, perfeksionisme terdapat juga faktor lain yang sangat mempengaruhi dalam menimbulkan prokrastinasi antara lain *fear of failure* selaku rasa khawatir jika dikira tidak bisa, dikala usaha terbaik orang tersebut tidak membuahkan hasil, serta usaha yang dicoba tidak menggapai hasil yang diharapkan Burka serta Yuen(2008) hingga, seseorang menolak untuk mengambil sesuatu tindakan karena seseorang tidak mau menyalahkan usaha mereka untuk menggapai suatu yang tidak tentu bisa tercapai oleh orang tersebut.

Berdasarkan pada penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme serta *fear of failure* merupakan suatu pemikiran irasional ketika perasaan takut gagal dalam melaksanakan suatu yang kerap kali jadi hambatan dalam kehidupan seseorang serta memberikan dampak terhadap kemauan seseorang dalam memulai suatu, tidak hanya itu kemauan menggapai standar yang tinggi dan menuntut seluruh jadi sempurna sehingga memunculkan individu menjadi melakukan prokrastinasi.



Keterangan:

-  : Variabel Bebas 1
-  : Variabel Bebas 2
-  : Variabel Terikat

F. Hipotesis

1. Adanya hubungan antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa.
2. Adanya hubungan antara *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa

3. Adanya hubungan antara Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel Terikat (Y) : Prokrastinasi Akademik
2. Variabel Bebas (X1) : Perfeksionisme
3. Variabel Bebas (X2) : *Fear Of Failure*

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan suatu kegiatan menunda-nunda pekerjaan yang seharusnya dilakukan untuk mendapatkan sesuatu yang dituju dalam rentang waktu yang telah ditentukan yang mana ditunda karna adanya rasa tertekan atau tidak menyenangkan. Prokrastinasi akademik akan diungkap dengan skala prokrastinasi akademik yang terdiri dari beberapa aspek menurut Ferrari dkk (1995) yaitu penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana atau kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

2. Perfeksionisme

Perfeksionisme adalah sebuah pandangan diri yang dimiliki seseorang dengan tujuan atau keinginan yang terlalu tinggi untuk mendapatkan apa yang diinginkan secara sempurna. Perfeksionsme akan diungkap dengan skala *the perfectionism inventory* yang terdiri dari beberapa aspek menurut Hill & Flett (1991) yaitu *self-oriented perfectionism*, *other-oriented perfectionism*, *socially prescribe perfectionism*.

3. *Fear Of Failure*

Fear Of Failure merupakan anggapan atau pandangan yang disertai kegelisahan, kecemasan dan perasaan segan yang

dialami dimana adanya suatu desakan baik dari orang lain ataupun diri sendiri untuk memperoleh hasil kinerja atau prestasi yang baik. *Fear Of Failure* akan diungkap dengan skala *Fear Of Failure* yang terdiri dari beberapa aspek menurut Conroy (2002) yaitu ketakutan akan dialaminya penghinaan dan rasa malu, ketakutan akan penurunan estimasi diri individu, ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, dan ketakutan akan mengecewakan orang tua yang penting baginya.

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah daerah abstraksi yang terdiri dari subjek dan objek yang mempunyai nilai dan karakteristik khusus yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2012). Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa/i Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung angkatan 2018 dengan jumlah populasi 153 mahasiswa. Alasan peneliti mengambil populasi pada angkatan 2018, karena pada semester tersebut telah teridentifikasi melakukan perilaku prokrastinasi akademik.

Tabel 3.1.
Populasi dalam Penelitian Prodi Psikologi Islam
Angkatan 2018

Tahun Angkatan	Kelas	Jumlah Mahasiswa
2018	A	32
	B	35
	C	31
	D	28
	E	27

Jumlah	153
---------------	------------

2. Sampel

Sampel adalah kumpulan komponen dari suatu populasi yang dianggap dapat menggantikan atau mewakili suatu populasi sehingga kebenaran atau informasi yang dihasilkan dapat mewakili keseluruhan populasi (Sugiyono, 2006). Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. Teknik *cluster random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk menentukan sampel jika objek yang diteliti atau sumber data sangat luas. Untuk memilih objek mana yang akan dijadikan sumber data, maka pengambilan sampelnya sesuai dengan wilayah populasi yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013).

Adapun Karakteristik subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang masih aktif belajar di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, mahasiswa/i angkatan 2018.

Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Prodi Psikologi Islam angkatan 2018 Kelas A dengan jumlah mahasiswa sebanyak 32 mahasiswa dan Kelas C dengan jumlah mahasiswa sebanyak 31 mahasiswa. Jadi pada penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 63 mahasiswa.

D. Metode Pengambilan Data

Metode pengambilan data pada penelitian ini adalah skala psikologi yang berupa kuesioner. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrument atau alat ukur berupa skala atau kuesioner yang terdiri dari skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme, dan skala *fear of failure*. Adapun penjelasan mengenai tiga skala tersebut sebagai berikut :

1. Skala Prokrastinasi

Penelitian ini diukur menggunakan skala Prokrastinasi akademik. Skala ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari (1995). Selanjutnya dibuat kisi-kisi atau indikator yang dikembangkan menjadi item-item pertanyaan atau pernyataan yang diletakkan pada *blueprint*. Skala ini digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik. Adapun aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) terdiri dari 4 aspek, yaitu :

- a. Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
- c. Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Tabel 3.2.
***Blueprint* Skala Prokrastinasi**

No.	Aspek	Jumlah Aitem		Total
		<i>favorable</i>	<i>nfavorable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	6	6	12
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	3	6	9
3.	Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	5	5	10
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	7	7	14
Jumlah				45

2. Skala Perfeksionisme

Dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala Perfeksionisme. Skala ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Hewitt & Flett (1991). Selanjutnya dibuat kisi-kisi atau indikator yang dikembangkan menjadi item-

item pertanyaan atau pernyataan yang diletakkan pada *blueprint*. Skala ini digunakan untuk mengukur Perfeksionisme. Adapun aspek-aspek perfeksionisme menurut Hewitt & Flett (1991), yaitu :

- a. *Self-oriented Perfectionism*, berorientasi pada diri sendiri. Merupakan upaya pribadi untuk menetapkan standar dirinya sendiri.
- b. *Other-oriented Perfectionism*, yaitu berorientasi pada orang lain. Merupakan kepercayaan dan harapan individu akan standar yang tinggi terhadap kapabilitas orang lain.
- c. *Socially Prescribe Perfectionism*, harapan orang lain akan standar yang tinggi pada diri individu. Merupakan kepercayaan dan harapan orang/masyarakat tidak realistis pada orang lain dengan selalu mengontrol secara ketat dan menekan orang untuk menjadi sempurna.

Tabel 3.3.
Blueprint Skala Perfeksionisme

No.	Aspek	Jumlah Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Self-oriented Perfectionism</i>	12	8	20
2.	<i>Other-oriented Perfectionism</i>	5	7	12
3.	<i>Socially Prescribe Perfectionism</i>	7	6	13
Jumlah				45

3. Skala *Fear Of Failure*

Dalam penelitian ini diukur menggunakan skala *fear of failure*. Skala ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Conroy (2002). Selanjutnya dibuat kisi-kisi atau indikator yang dikembangkan menjadi item-item pertanyaan atau pernyataan yang diletakkan pada *blueprint*. Skala

ini digunakan untuk mengukur *fear of failure*. Adapun aspek-aspek *fear of failure* menurut Conroy (2002), yaitu :

- a. Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu
- b. Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu
- c. Ketakutan akan ketidak pastian masa depan
- d. Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial
- e. Ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya

Tabel 3.4.
Blueprint Skala Fair Of Failure

No.	Aspek	Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu	6	7	13
2.	Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu	6	5	11
3.	Ketakutan akan ketidak pastian masa depan	4	3	7
4.	Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial	4	5	9
5.	Ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya	4	3	7
Jumlah				47

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas adalah tingkat kesesuaian dan kehati-hatian alau ukur tau peran alat ukur dalam menjalankan fungsinya. Dapat dikatakan bahwa tes ini sangat efektif apabila dapat menjalankan

fungsi pengukurannya dan memberikan pengukuran yang akurat sesuai dengan tujuan penggunaan tes. Pengujian yang menghasilkan data yang tidak berhubungan dengan tujuan mempertahankan nilai yang diukur sebagai tes yang memiliki nilai validitas yang rendah (Azwar, 2005).

Uji validitas menggunakan perhitungan statistik *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *software* SPSS 20.0 *for windows* yang menyatakan hubungan skor masing-masing pernyataan dengan skor total pada setiap butir instrumen.

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas berasal dari kata *reliability* yang kemudian berubah menjadi *reliability*, pengukuran yang mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi dapat dikatakan dengan pengukuran yang reliabel. Reliabilitas memiliki berbagai macam istilah, seperti keterpercayaan, keterandalan, kejelasan, kestabilan, konsistensi, dan lain sebagainya. Tetapi ide utama yang termasuk dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2004). Pengukuran reliabilitas pada penelitian ini menggunakan *Formula Alpha Cronbach*. Untuk membantu mengetahui reliabilitas peneliti menggunakan *software* SPSS 20.0 *for windows*.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pengujian analisis Regresi Linear Berganda. Analisis data lebih lanjut akan menggunakan program SPSS 20.0 *for windows* dan JASP 0.14.1. Analisis ini memperkirakan besarnya koefisien yang dihasilkan oleh persamaan linear yang melibatkan dua atau lebih variabel independen (*Independent variable*), untuk digunakan sebagai alat prediksi besar nilai variabel dependen (*Dependent variable*).

Oleh karena itu analisis regresi linear ganda dapat menghitung besar pengaruh dua atau lebih variabel independen (*Independent variable*) terhadap satu variabel dependen (*Dependent variable*) atau variabel dependen prediktif (*Dependent variable*) dengan menggunakan dua atau lebih variabel bebas (*Independent variable*), (Muhid, 2012)

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kacah

Dalam melakukan sebuah penelitian ada hal yang harus diperhatikan yaitu mencari atau mengetahui informasi mengenai orientasi kacang serta tempat untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan tema penelitian. Berikut orientasi kacang Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil lokasi penelitian di Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung. Adapun lokasi tersebut beralamat di Jl. Letkol. H. Endro Suratmin, Sukarame I, Bandar Lampung. Prodi Psikologi Islam pertama kali berdiri di Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung pada tanggal 24 Agustus 2014 dengan SK izin pendirian program studi psikologi islam berdasarkan SK Direktur Jendral Pendidikan Islam Nomor 5101 tahun 2016.

Berikut uraian visi dan misi Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

1. Visi

Unggul dan kompetitif dalam pengembangan dan penerapan psikologi yang berlandaskan nilai-nilai islam dan kearifan local di Sumatera pada tahun 2035

2. Misi

- a. Menyelenggarakan pendidikan tinggi psikologi islam yang professional dan berkualitas dengan berlandaskan nilai-nilai

islam serta budaya lokal dalam pengembangan maupun pengaplikasian keilmuan psikologi;

- b. Mengembangkan pola kajian dan penelitian psikologi islam dengan multidisipliner;
- c. Memberikan sumbangsih manfaat kepada masyarakat dalam bentuk pengembangan teori, model dan penyelesaian berbagai masalah keilmuan psikologi islam;
- d. Mengembangkan kerja sama dengan berbagi instansi dan lembaga profesi psikologi.

2. Persiapan Penelitian

Sebelum melakukan suatu penelitian, peneliti terlebih dahulu harus mempersiapkan hal-hal apa saja yang dibutuhkan dalam melakukan sebuah penelitian guna penelitian tersebut dapat berjalan dengan lancar dan terarah. Berikut beberapa hal-hal yang harus disiapkan sebelum melakukan sebuah penelitian.

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi merupakan hal-hal yang berhubungan dengan perizinan yang akan diajukan kepada pihak-pihak yang terlibat dalam pelaksanaan penelitian. Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung adalah yang dipilih oleh peneliti untuk dijadikan sebagai tempat dilaksanakannya penelitian.

Hal pertama dalam mempersiapkan penelitian ini ialah peneliti meminta surat izin untuk melakukan penelitian dari Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama. Kemudian setelah keluarnya surat izin penelitian dari Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama peneliti langsung memberikan surat izin tersebut kepada Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Raden Intan Lampung.

b. Persiapan Skala

Sebelum melakukan sebuah penelitian, peneliti harus mempersiapkan terlebih dahulu alat ukur penelitiannya. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur berupa skala. Skala dalam penelitian ini terdiri dari tiga skala, yaitu skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme dan skala *fear of failure*.

Skala yang digunakan pada penelitian ini skala model *likert* yang mana pada skala ini memiliki dua jenis aitem yaitu aitem *favorable* dan *unfavorable*. Aitem *favorable* pada skala *likert* akan mengarahkan subjek pada indikator atau aspek yang akan diukur, sedangkan sebaliknya aitem *unfavorable* akan mengarahkan subjek kepada ketidaksesuaian indikator atau aspek yang akan diukur.

Berikut tiga skala yang digunakan dalam penelitian ini :

1) Skala Prokrastinasi Akademik

Skala ini dirancang berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik yaitu, penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Skala ini disusun dengan menggunakan skala *likert* yang mana pada skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun skor penilaian untuk aitem *favorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sebaliknya skor

penilaian untuk aitem *unfavorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

Skala prokrastinasi akademik memiliki 45 aitem pernyataan yang terdiri dari 21 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable*. Skala ini dirancang sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik. Adapun *blueprint* skala prokrastinasi akademik sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.1.
Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	1, 3, 5, 7, 9, 11	2, 4, 6, 8, 10, 12	12
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	13, 15, 17	14, 16, 18, 19, 20, 21	9
3.	Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	22, 24, 26, 28, 30	23, 25, 27, 29, 31	10
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	32, 34, 36, 38, 40, 42, 43	33, 35, 37, 39, 41, 44, 45	14
Jumlah				45

2) Skala Perfeksionisme

Skala ini dirancang berdasarkan aspek-aspek atau dimensi perfeksionisme yaitu, *self-oriented perfectionism* berorientasi pada diri sendiri, *other-oriented perfectionism* berorientasi pada orang lain, *socially prescribe perfectionism* harapan orang lain akan standar yang tinggi pada diri individu.

Skala ini disusun dengan menggunakan skala *likert* yang mana pada skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun skor penilaian untuk aitem *favorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sebaliknya skor penilaian untuk aitem *unfavorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

Skala perfeksionisme memiliki 45 aitem pernyataan yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 21 aitem *unfavorable*. Skala ini dirancang sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek perfeksionisme. Adapun *blueprint* skala perfeksionisme sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.2.
Distribusi Aitem Skala Perfeksionisme Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Self-oriented Perfectionism</i>	2, 3, 7, 8, 9, 13, 14, 15, 18,19, 20	5, 6, 10, 11, 12, 16, 17	20
2.	<i>Other-oriented Perfectionsm</i>	21, 22, 23, 27, 28,	24, 25, 26, 29, 30, 31, 32	12

3.	<i>Socially Perfectionism</i>	<i>Prescribe</i> 33, 34, 35, 39, 40, 41, 45	36, 37, 38, 42, 43, 44	13
Jumlah				45

3) Skala *Fear Of Failure*

Skala ini dirancang berdasarkan aspek-aspek *fear of failure* yaitu, ketakutan akan penghinaan dan rasa malu, ketakutan akan penurunan estimasi diri individu, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial, dan ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya.

Skala ini disusun dengan menggunakan skala *likert* yang mana pada skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun skor penilaian untuk aitem *favorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sebaliknya skor penilaian untuk aitem *unfavorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

Skala *fear of failure* memiliki 47 aitem pernyataan yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 23 aitem *unfavorable*. Skala ini dirancang sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *fear of failure*. Adapun *blueprint* skala *fear of failure* sebelum uji coba dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.3.
Distribusi Aitem Skala *Fear Of Failure* Sebelum Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu	1, 2, 5, 6, 9, 10	4, 7, 8, 11, 12, 13	13
2.	Ketakutan penurunan estimasi diri individu	14, 15, 18, 19, 22, 23	16, 17, 20, 21, 24	11
3.	Ketakutan akan ketidakpastian masa depan	25, 26, 29, 30,	27, 28, 31	7
4.	Ketakutan hilangnya pengaruh sosial	32, 33, 36, 37	34, 35, 38, 39, 40	9
5.	Ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya	41, 42, 45, 46	43, 44, 47	7
Jumlah				47

3. Pelaksanaan *Try Out*

Pelaksanaan *try out* pada penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 01 Februari 2021, dengan menyebar tiga skala penelitian yaitu, skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme dan skala *fear of failure* kepada sampel sebanyak 41 mahasiswa di UIN Raden Intan Lampung.

Peneliti melakukan *try out* dengan menggunakan aplikasi *google form* yang mana peneliti meminta sampel untuk mengisi pernyataan-pernyataan yang berada di *google form* tersebut dengan jujur. Di dalam *google form* tersebut peneliti juga telah

memberikan petunjuk pengisian *google form* agar sampel dapat mengisi *google form* dengan mudah.

Setelah jumlah sampel terpenuhi untuk mengisi skala, selanjutnya skala tersebut diskoring untuk kemudian dianalisis dengan menggunakan *software SPSS 20.0 for windows*. Pelaksanaan *try out* bertujuan untuk mengetahui aitem mana yang memenuhi syarat validitas dan reliabilitas. Setelah mengetahui aitem yang memenuhi syarat tersebut akan dijadikan sebagai alat ukur penelitian.

4. Uji Validitas dan Reliabilitas

Dalam melakukan uji validitas dan reliabilitas, peneliti menggunakan bantuan *software SPSS 20.0 for windows* untuk mempermudah proses pengujian. Sedangkan seleksi atau dasar pengambilan keputusan aitem yang valid dengan cara membandingkan nilai “*r tabel*” dengan “*r hitung*”. Pada penelitian ini nilai “*r tabel*” yang digunakan adalah ($>0,300$), yakni aitem dengan “*r hitung*” $<0,300$ maka aitem tersebut dinyatakan tidak valid (Azwar, 2017). Adapun hasil perhitungan uji validitas dan reliabilitas ketiga skala penelitian sebagai berikut:

a. Hasil *Try Out* Skala Prokrastinasi Akademik

Hasil uji validitas skala prokrastinasi akademik dari 45 aitem yang telah dilakukan uji coba terdapat 3 aitem yang gugur dan 42 aitem yang memenuhi syarat uji validitas dengan “*rxy*” berkisar 0,409 sampai 0,997 dengan $p > 0,300$. Sedangkan uji koefisiensi reliabilitas skala prokrastinasi akademik memiliki nilai $\alpha = 0,990$ yang berarti dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa aitem skala prokrastinasi akademik sangat reliabel. Sebaran aitem skala prokrastinasi akademik yang memenuhi syarat validitas dan yang gugur dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.4.
Hasil seleksi aitem Prokrastinasi Akademik

No.	Aspek	Aitem			Koefisien
		Semula	Gugur	Baik	
1.	Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	12	3	9	0,409 – 0,944
2.	Keterlambatan dalam mengerjakan tugas	9	-	9	0,945 – 0,989
3.	Kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	10	-	10	0,966 – 0,991
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	14	-	14	0,985 – 0,997
Jumlah		45	3	42	

b. Hasil *Try Out* Skala Perfeksionisme

Hasil uji validitas skala perfeksionisme dari 45 aitem yang telah dilakukan uji coba terdapat 3 aitem yang gugur dan 42 aitem yang memenuhi syarat uji validitas dengan “*r_{xy}*” berkisar -0,159 sampai 0,995 dengan $p > 0,300$. Sedangkan uji reliabilitas skala prokrastinasi akademik memiliki nilai koefisiensi sebesar $\alpha = 0,990$ yang

berarti dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa aitem skala perfeksionisme sangat reliabel (dapat dilihat pada Lampiran ke 3). Sebaran aitem skala perfeksionisme yang memenuhi syarat validitas dan yang gugur dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.5.
Hasil seleksi aitem Perfeksionisme

No.	Aspek	Aitem			Koefisien
		Semula	Gugur	Baik	
1.	<i>Self-oriented Perfectionism</i>	20	3	17	0,374 – 0,980
2.	<i>Other-oriented Perfectionsm</i>	12	-	12	0,974 – 0,992
3.	<i>Socially Prescribe Perfectionsm</i>	13	-	13	0,982 – 0,995
Jumlah		45	3	42	

c. Hasil Try Out Skala Fear Of Failure

Hasil uji validitas skala *fear of failure* dari 47 aitem yang telah dilakukan uji coba terdapat 2 aitem yang gugur dan 45 aitem yang memenuhi syarat uji validitas dengan “ r_{xy} ” berkisar 0,374 sampai 0,994 dengan $p > 0,300$. Sedangkan uji reliabilitas skala prokrastinasi akademik memiliki nilai koefisiensi sebesar $\alpha = 0,991$ yang berarti dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa aitem skala *fear of failure* sangat reliabel (dapat dilihat pada Lampiran ke 3). Sebaran aitem skala *fear of failure* yang memenuhi syarat validitas dan yang gugur dapat dilihat

pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.6.
Hasil seleksi aitem *Fear Of Failure*

No.	Aspek	Aitem			Koefisien
		Semula	Gugur	Baik	
1.	Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu	13	2	11	0,305 – 0,894
2.	Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu	11	-	11	0,911 – 0,987
3.	Ketakutan akan ketidakpastian masa depan	7	-	7	0,983 – 0,993
4.	Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial	9	-	9	0,990 – 0,995
5.	Ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya	7	-	7	0,992 – 0,994
Jumlah		47	2	45	

5. Penyusunan Alat Ukur Penelitian

Tahap selanjutnya setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas ialah penyusunan alat ukur penelitian yang akan

digunakan untuk tahap penelitian. Aitem yang dijadikan sebagai alat ukur yaitu hanya aitem yang memenuhi syarat uji validitas saja sedangkan aitem yang gugur tidak dapat dijadikan sebagai alat ukur penelitian.

Aitem-aitem tersebut diurutkan berdasarkan nomor urut yang baru. Adapun *blueprint* ketiga variabel penelitian setelah dilakukannya uji validitas dan reliabilitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 4.7.
Distribusi Aitem Skala Prokrastinasi Akademik Sesudah Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas	5, 7, 9, 11	4, 6, 8, 10, 12	9
2.	eterlambatan dalam mengerjakan tugas	13, 15, 17	14, 16, 18, 19, 20, 21	9
3.	kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual	22, 24, 26, 28, 30	23, 25, 27, 29, 31	10
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	32, 34, 36, 38, 40, 42, 43	33, 35, 37, 39, 41, 44, 45	14
Jumlah				42

(Keterangan : Skala lengkap dapat dilihat pada Lampiran 4)

Tabel 4.8.
Distribusi Aitem Skala Perfeksionisme Sesudah Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Self-oriented Perfectionism</i>	7, 8, 9, 13, 14, 15, 18,19, 20	4, 5, 6, 10, 11, 12, 16, 17	13
2.	<i>Other-oriented Perfectionsm</i>	21, 22, 23, 27, 28,	24, 25, 26, 29, 30, 31, 32	12
3.	<i>Socially Prescribe Perfectionsm</i>	33, 34, 35, 39, 40, 41, 45	36, 37, 38, 42, 43, 44	13
Jumlah				42

(Keterangan : Skala lengkap dapat dilihat pada Lampiran 4)

Tabel 4.9.
Distribusi Aitem Skala *Fear Of Failure* Sesudah Uji Coba

No.	Aspek	Nomor Aitem		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu	5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11, 12, 13	11
2.	Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu	14, 15, 18, 19, 22, 23	16, 17, 20, 21, 24	11
3.	Ketakutan akan ketidakpastian masa depan	25, 26, 29, 30,	27, 28, 31	7
4.	Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial	32, 33,36, 37	34, 35, 38, 39, 40	9
5.	Ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya	41, 42, 45, 46	43, 44, 47	7
Jumlah				45

(Keterangan : Skala lengkap dapat dilihat pada Lampiran 4)

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Penentuan Subjek Penelitian

Pada penelitian ini peneliti menggunakan subjek penelitian mahasiswa Prodi Psikologi Islam angkatan 2018. Alasan mengapa peneliti mengambil subjek tersebut adalah berdasarkan hasil survei di lapangan berupa wawancara dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang berada di semester 5 atau 7 sudah teridentifikasi melakukan prokrastinasi akademik. Alasan mereka melakukan prokrastinasi akademik adalah karena mereka malas, adanya tugas yang menumpuk, melakukan aktivitas lain, bermain *handphone*, membaca novel dan melakukan aktivitas lainnya yang lebih menyenangkan.

Teknik *cluster random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan untuk menentukan sampel jika objek yang diteliti atau sumber data sangat luas. Untuk memilih objek mana yang akan dijadikan sumber data, maka pengambilan sampelnya sesuai dengan wilayah populasi yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2013).

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa psikologi islam angkatan 2018 yang mana terdiri dari lima kelas yaitu kelas A sampai dengan E yang berjumlah 153 mahasiswa. Peneliti mengambil sampel secara random yaitu dengan cara pengundian secara acak yang hasil terpilihnya adalah kelas A dengan jumlah 32 mahasiswa dan kelas C dengan jumlah 31 mahasiswa, sehingga yang menjadi sampel pada penelitian ini berjumlah 63 mahasiswa.

2. Pengumpulan Data Penelitian

Pelaksanaan pengambilan data pada penelitian dilakukan pada tanggal 20 Februari 2021, dengan menyebar tiga skala penelitian yaitu, skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme dan skala *fear of failure* kepada sampel sebanyak 63 mahasiswa

Psikologi Islam angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung.

Dalam melakukan pengambilan data peneliti menggunakan aplikasi *google form* yang mana peneliti meminta sampel untuk mengisi pernyataan-pernyataan yang berada di *google form* tersebut dengan jujur. Di dalam *google form* tersebut peneliti juga telah memberikan petunjuk pengisian *google form* agar sampel dapat mengisi *google form* dengan mudah. Setelah jumlah sampel terpenuhi untuk mengisi skala, selanjutnya skala tersebut diskoring untuk kemudian dianalisis dengan menggunakan *software* JASP 0.14.1.0 dan SPSS 20.0 *for windows*.

3. Pelaksanaan Skoring

Tahap berikutnya setelah pengumpulan data adalah melakukan skoring. Skoring merupakan pemberian nilai pada aitem-aitem skala. Terdapat 3 skala dalam penelitian ini yaitu skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme dan skala *fear of failure*. Skala ini disusun dengan menggunakan skala *likert* yang mana pada skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban, yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun skor penilaian untuk aitem *favorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 4, Setuju (S) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1. Sebaliknya skor penilaian untuk aitem *unfavorable* yaitu, Sangat Setuju (SS) = 1, Setuju (S) = 2, Tidak Setuju (TS) = 3 dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 4.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Statistik Antar Variabel Penelitian

Data hasil skor penilaian variabel prokrastinasi akademik, perfeksionisme dan *fear of failure* yang diperoleh dari penyebaran kuesioner yang dibagikan kepada subjek penelitian yaitu mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung, dijelaskan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 4.1.0.
Deskripsi Statistik

Variabel	Σ item	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
		fin	laks	lean	SD	fin	laks	lean	SD
Prokrastinasi Akademik	42	52	130	90,73	6,32	42	168	105	21
Perfeksionisme	42	39	145	116,69	1,72	42	168	105	21
<i>Fear Of Failure</i>	45	54	136	107,88	5,03	45	180	12,5	22,5

Keterangan Skor Hipotetik :

- a. Skor minimal adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan nilai jawaban
- b. Skor maksimal adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan nilai jawaban
- c. Rata-rata hipotetik (μ) dengan rumus = (skor min + skor maks) : 2
- d. Standar deviasi (σ) hipotetik adalah = (skor maks – skor min) : 6

Berdasarkan tabel di atas maka dapat dijelaskan bahwa terdapat tiga deskripsi statistik variabel penelitian yang terdiri dari jumlah item, skor minimal, skor maksimal, mean (rata-rata) dan standar deviasi pada bagian skor empirik dan skor hipotetik. Pada skor empirik variabel prokrastinasi akademik dihasilkan mean dengan nilai skor sebesar 90,73 dan pada skor hipotetik dihasilkan mean dengan nilai skor 105 dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa skor hipotetik pada prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung lebih besar dari skor empirik.

Pada skor empirik variabel perfeksionisme dihasilkan mean dengan nilai skor 116,69 dan pada skor hipotetik dihasilkan mean

dengan nilai skor 105 dari hasil skor tersebut dapat dikatakan bahwa skor empirik pada perfeksionisme mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung lebih besar dari skor hipotetik.

Pada skor empirik variabel perfeksionisme dihasilkan mean dengan nilai skor 97,88 dan pada skor hipotetik dihasilkan mean dengan nilai skor 112,5 dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa skor hipotetik pada prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung lebih besar dari skor empirik.

2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian

Kategorisasi skor penelitian dilakukan agar diperoleh data hasil penelitian dengan lebih baik guna dipakai untuk uji analisis statistik berikutnya. Adapun deskripsi kategorisasi variabel penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

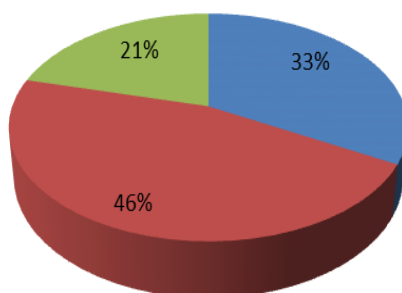
a) Kategorisasi Skor Variabel Prokrastinasi Akademik

Variabel prokrastinasi akademik terdiri dari 42 aitem pertanyaan dan mempunyai kategorisasi skor yang meliputi skor paling rendah dengan nilai 74,41 dan skor paling tinggi dengan nilai 107,05. Variabel ini dikategorisasikan berdasarkan tiga katagori yaitu Rendah (R), Sedang (S) dan Tinggi (T).

Tabel 4.1.1.
Kategorisasi Skor Variabel Prokrastinasi Akademik

Katagori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 74,41$	21	33 %
Sedang	$74,41 \leq X < 107,05$	29	46 %
Tinggi	$107,05 \leq X$	13	21 %
Total		63	100 %

■ Rendah $X < 74,41$ ■ Sedang $74,41 \leq X < 107,05$ ■ Tinggi $107,05 \leq X$



Gambar 1.
Diagram Kategorisasi Skor Variabel Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan tabel dan diagram di atas maka dapat diketahui bahwa kategorisasi variabel prokrastinasi akademik dikategorikan berdasarkan tiga kategori yaitu kategori rendah dengan rentan skor sebesar $X < 74,41$ yang diperoleh dari 21 subjek penelitian dengan presentase 33 %, kategori sedang dengan rentan skor $74,41 \leq X < 107,05$ yang diperoleh dari 29 subjek dengan presentase sebesar 46 % dan kategori tinggi memiliki rentan skor dengan nilai $107,05 \leq X$ yang diperoleh dari 1 subjek dengan presentase sebesar 21 %.

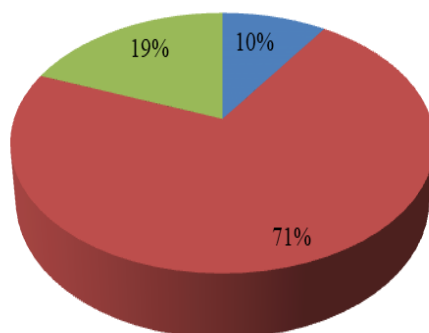
b) Kategorisasi Skor Variabel Perfeksionisme

Variabel perfeksionisme terdiri dari 42 aitem pertanyaan dan mempunyai kategorisasi skor yang meliputi skor paling rendah dengan nilai 104,97 dan skor paling tinggi dengan nilai 128,41. Variabel ini dikategorisasikan berdasarkan tiga kategori yaitu Rendah (R), Sedang (S) dan Tinggi (T).

Tabel 4.1.2.
Kategorisasi Skor Variabel Perfeksionisme

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 104,97$	6	10 %
Sedang	$104,97 \leq X < 128,41$	45	71 %
Tinggi	$128,41 \leq X$	12	19 %
Total		63	100 %

■ Rendah $X < 104,97$ ■ Sedang $104,97 \leq X < 128,41$ ■ Tinggi $128,41 \leq X$



Gambar 2.
Diagram Kategorisasi Skor Variabel Perfeksionisme

Berdasarkan tabel dan diagram di atas maka dapat diketahui bahwa kategorisasi variabel perfeksionisme dikategorikan berdasarkan tiga kategori yaitu kategori rendah dengan rentan skor sebesar $X < 104,97$ yang diperoleh dari 6 subjek dalam kategori rendah dengan presentase 10%, kategori sedang dengan rentan skor $104,97 \leq X < 128,41$ yang diperoleh dari 45

subjek dengan presentase sebesar 71 % dan katagori tinggi memiliki rentan skor dengan nilai $128,41 \leq X$ yang diperoleh dari 12 subjek dengan presentase sebesar 19 %.

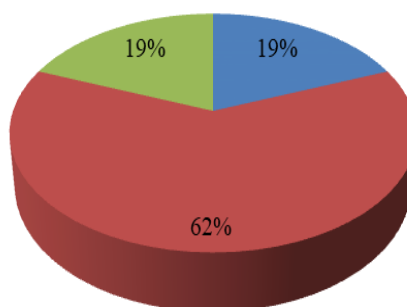
c) **Katagorisasi Skor Variabel *Fear Of Failure***

Variabel *fear of failure* terdiri dari 45 aitem pertanyaan dan mempunyai katagorisasi skor yang meliputi skor paling rendah dengan nilai 82,85 dan skor paling tinggi dengan nilai 112,91. Variabel ini dikatagorisasikan berdasarkan tiga katagori yaitu Rendah (R), Sedang (S) dan Tinggi (T).

Tabel 4.1.3.
Katagorisasi Skor Variabel *Fear Of Failure*

Katagori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 82,85$	12	19 %
Sedang	$82,85 \leq X < 112,91$	39	62 %
Tinggi	$112,91 \leq X$	12	19 %
Total		63	100 %

■ Rendah $X < 82,85$ ■ Sedang $82,85 \leq X < 112,91$ ■ Tinggi $112,91 \leq X$



Gambar 3
Diagram Katagorisasi Skor Variabel *Fear Of Failure*

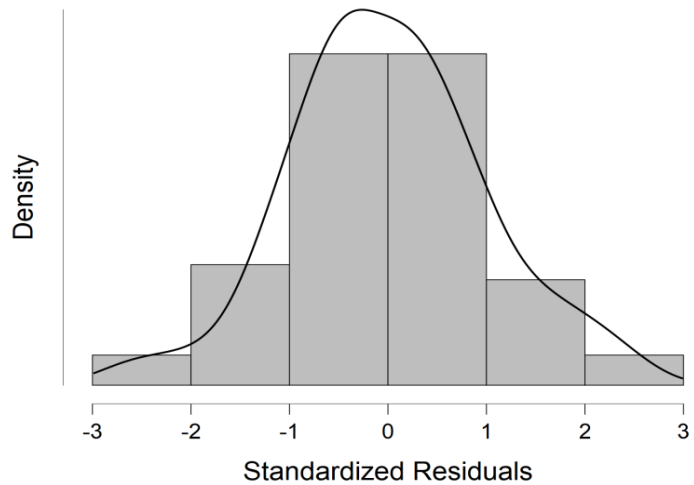
Berdasarkan tabel dan diagram di atas maka dapat diketahui bahwa katagorisasi variabel *fear of failure* dikatagorikan berdasarkan tiga katagori yaitu katagori rendah dengan rentan skor sebesar $X < 82,85$ yang diperoleh dari 12 subjek penelitian dengan presentase 19 %, katagori sedang dengan rentan skor $82,85 \leq X < 112,91$ yang diperoleh dari 39 subjek dengan presentase sebesar 62 % dan katagori tinggi memiliki rentan skor dengan nilai $112,91 \leq X$ yang diperoleh dari 12 subjek dengan presentase sebesar 19 %.

3. Hasil Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

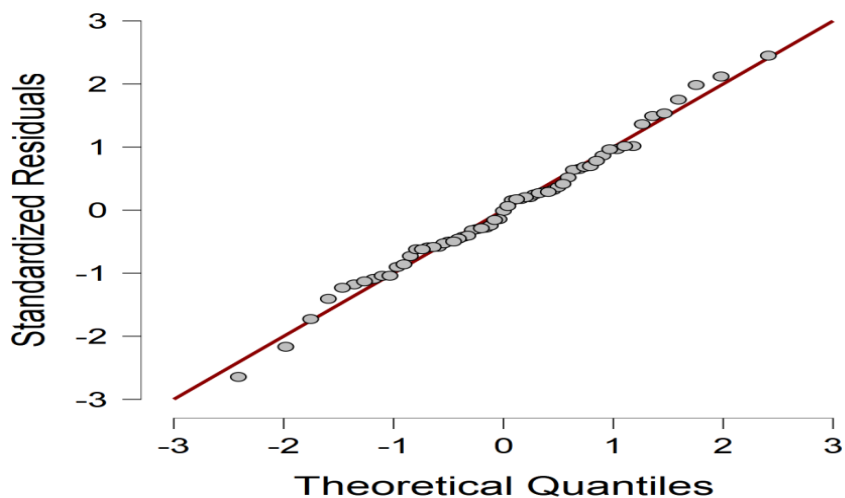
Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang dihasilkan berdistribusi normal. Selanjutnya pengujian normalitas juga dapat digunakan untuk mengetahui bahwa sampel yang diambil berdistribusi normal atau mendekati berdistribusi normal (Arikunto, 2006). Uji normalitas secara statistik dapat dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk* dengan $p > 0,05$ dan apabila menggunakan metode grafik dapat dapat dihasilkan dalam bentuk histogram dan *Q-Q Plot Test*. Hasil pengujian normalitas dengan bantuan aplikasi analisis data berupa *JASP 0.14* dijelaskan di bawah ini sebagai berikut :

Standardized Residuals Histogram



Gambar 4. Histogram

Data dapat dinyatakan berdistribusi normal apabila histogram yang dihasilkan berbentuk lonceng (*bell shaped curve*) (Santosa, 2000). Berdasarkan gambar histogram di atas maka dapat disimpulkan bahwa grafik histogram memberikan pola distribusi normal, karena data menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal atau grafik histogramnya. Selanjutnya, uji normalitas juga dapat dilihat menggunakan grafik *Q-Q Plot Test* sebagai berikut ini :

Q-Q Plot Standardized Residuals**Gambar 5. Q-Q Plot Test**

Dari hasil uji normalitas Q-Q *Plot Test* di atas maka dapat diketahui bahwa titik-titik menyebar di sekitar daerah garis diagonal dan penyebarannya juga searah dengan garis diagonal, maka dapat disimpulkan bawah hasil uji normalitas Q-Q *Plot Test* di atas berdistribusi secara normal.

Tabel 4.1.4.**Hasil Uji Shapiro-Wilk**

Variabel	Rerata	SD	Shapiro -Wilk	P-value of Shapiro -Wilk	Keteranga n
Prokrastinasi	90.730	16.32	0.990	0.892	Normal

Akademik		8			
Perfeksionisme	116.69 8	11.72 3	0.974	0.199	Normal
<i>Fear Of Failure</i>	97.889	15.03 9	0.981	0.446	Normal

Berdasarkan hasil uji *Shapiro-Wilk*, dapat diketahui bahwa nilai koefisien prokrastinasi akademik sebesar 0,990 dengan nilai signifikan (*P-value of Shapiro-Wilk*) sebesar 0,892. Maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik berdistribusi normal. Selanjutnya dapat dilihat pula untuk nilai koefisien perfeksionisme dengan nilai koefisien sebesar 0,974 dengan nilai signifikan (*P-value of Shapiro-Wilk*) sebesar 0,199 yang berarti bahwa perfeksionisme berdistribusi normal. *Fear Of Failure* mendapatkan nilai koefisien sebesar 0,981 dengan nilai signifikan (*P-value of Shapiro-Wilk*) sebesar 0,446 yang juga berarti bahwa *fear of failure* berdistribusi secara normal.

b. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya hubungan atau korelasi antar variabel *independent*. Karena jika terjadi adanya hubungan atau korelasi maka terdapat problem multikolinearitas. Pengujian dilakukan dengan cara melihat nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF). Adanya multikolinearitas apabila nilai *tolerance* $\geq 0,10$ dan $VIF \leq 10$ (Ghozali, 2009).

Tabel 4.1.5.
Hasil Uji Multikolinearitas
Coefficients

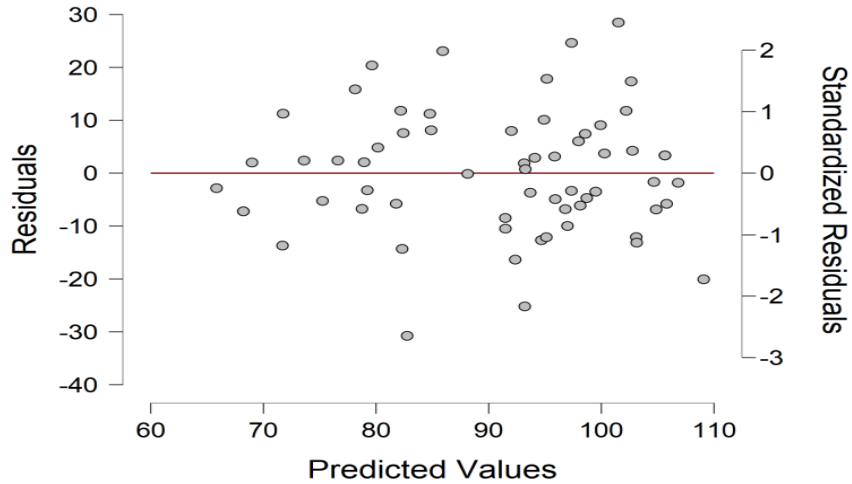
Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
1	(Costant)	
	Perfeksionisme	0.885
	<i>Fear Of Failure</i>	0.885

a. Dependent Variable : Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui bahwa kedua variabel *independent* yang digunakan mempunyai nilai *tolerance* sebesar $0,885 > 0,10$ dan nilai VIF sebesar $1,130 < 10$. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapatnya problem multikolinearitas pada variabel *independent* yang digunakan.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji apakah suatu model regresi terdapat adanya ketidaksesuaian varians dari residual sebuah pengamatan ke pengamatan yang lain. Jika varians dari pengamatan residual satu ke pengamatan yang lain sama maka terjadi masalah heteroskedastisitas yaitu homoskedastisitas. Model regresi yang baik yaitu homoskedastisitas atau tidak terjadi heteroskedastisitas. Cara untuk mengetahui ada atau tidaknya heteroskedastisitas yaitu dengan cara melihat *scatterplot*. Jika titik pada grafik *scatterplot* menyebar secara acak di atas dan di bawah angka nol pada sumbu Y maka tidak terjadi masalah heteroskedastisitas (Santoso, 2000).



Gambar 6. Scatterplot

Dari gambar di atas dapat diketahui bahwa *scatterplot* yang dihasilkan menunjukkan bahwa titik-titik terpecah dengan tidak membentuk pola-pola tertentu di sekitar garis diagonal, namun titik-titik tersebut menyebar di atas dan di bawah angka nol pada sumbu Y. Pada gambar di atas menunjukkan bahwa tidak terjadinya heteroskedastisitas sehingga model regresi dapat digunakan untuk memprediksi prokrastinasi akademik berdasarkan perfeksionisme dan *fear of failure*.

d. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk melihat hubungan linear antar variabel *independent* dan variabel *dependent* untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dan linearitas dengan $p > 0,05$.

Tabel 4.1.6.
Hasil Uji Linearitas Prokrastinasi Akademik dengan
Perfeksionisme

ANOVA Table							
			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
(Combined)			11921.213	31	384.555	2.586	.005
Prokrastinasi * Perfeksionisme	Between Groups	Linearity	4503.976	1	4503.976	30.292	.000
		Deviation from Linearity	7417.236	30	247.241	1.663	.082
	Within Groups		4609.200	31	148.684		
	Total		16530.413	62			

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui bahwa adanya nilai linearitas sebesar 1.663 ($p > 0,05$) dengan nilai signifikansi linearitas sebesar 0,082. Maka dari hasil uji analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terpenuhinya uji linearitas atau adanya hubungan yang linear antara variabel perfeksionisme dengan variabel prokrastinasi akademik.

Tabel 4.1.7.

ANOVA Table							
			Sum of	Df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
(Combined)			11110.829	38	292.390	1.295	.255
Prokrastinasi *	Between Groups	Linearity	6324.389	1	6324.389	28.007	.000
		Deviation from Linearity	4786.441	37	129.363	.573	.938
FearOfFailure							

Within Groups	5419.583	24	225.816	Hasil Uji Linea
Total	16530.413	62		

ritas Prokrastinasi Akademik dengan *Fear Of Failure*

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui bahwa adanya nilai linearitas sebesar 0,573 ($p > 0,05$) dengan nilai signifikansi linearitas sebesar 0,938. Maka dari hasil uji analisis yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terpenuhinya uji linearitas atau adanya hubungan yang linear antara variabel *fear of failure* dengan variabel prokrastinasi akademik.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji regresi berganda dua variabel dengan bantuan *software JASP* 0.14.1. Variabel yang dimaksud adalah variabel *independent* yaitu perfeksionisme dan *fear of failure*.

a. Uji Signifikan Simultan (Uji F)

Berdasarkan hasil uji analisis statistik secara simultan mengenai variabel *independent* yaitu perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap variabel *dependent* yaitu prokrastinasi akademik memperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.1.8.
Hasil Uji Regresi Berganda Signifikan Nilai F

ANOVA						
Model		<i>Sum of Squares</i>	Df	<i>Mean Square</i>	F	P
1	<i>Regression</i>	8144.072	2	4072.036	29.133	< .001
	<i>Residual</i>	8386.340	60	139.772		
	Total	16530.413	62			

Berdasarkan tabel anova di atas, maka diperoleh hasil uji F dengan nilai F sebesar 29,133 dan nilai signifikansi sebesar $< .001$ ($< 0,05$). Maka dari itu dapat dikatakan bahwa adanya hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik.

b. Koefisien Determinan (R^2)

Uji analisis koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk mengetahui sebesar apa pengaruh pengaruh antara perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung. Berdasarkan hasil uji analisis statistik maka diperoleh hasil data sebagai berikut :

Tabel 4.1.9.
Hasil Uji Koefisien Regresi Perfeksionisme dan *Fear Of Failure*
Terhadap Prokrastinasi Akademik
Model Summary - V1 Prokrastinasi Akademik

Model	R	R^2	Adjusted R^2	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	16.328
H ₁	0.702	0.493	0.476	11.823

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai R sebesar 0,702 maka dapat dikatakan bahwa adanya pengaruh antara perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,493.

c. Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel *dependent* yaitu prokrastinasi akademik dan variabel *independent* yaitu perfeksionisme dan *fear of failure*. Hasil uji korelasi mengenai apakah ada hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 4.2.0.
Hasil Uji Korelasi

Correlations

		Perfeksionisme	<i>Fear Of Failure</i>	Prokrastinasi
Perfeksionisme	Pearson Correlation	1	-.339**	-.522**
	Sig. (2-tailed)		.007	.000
	N	63	63	63
<i>Fear Of Failure</i>	Pearson Correlation	-.339**	1	.619**
	Sig. (2-tailed)	.007		.000
	N	63	63	63
Prokrastinasi	Pearson Correlation	-.522**	.619**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	63	63	63

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai uji korelasi perfeksionisme memperoleh nilai sebesar $r = -0,522$ yang berarti bahwa perfeksionisme berhubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Sedangkan *fear of failure* memperoleh nilai uji korelasi sebesar $r = 0,619$ yang mana dapat diartikan bahwa adanya hubungan positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik.

d. Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif adalah ukuran sumbangan suatu variabel *independent* terhadap variabel *dependent* dalam analisis regresi. Adapun rumus yang digunakan untuk menghitung

sumbangan efektif sebagai berikut :

$SE X_1 = \text{nilai } \beta \text{ koefisien korelasi } X_1 Y \times 100\%$

$SE X_2 = \text{nilai } \beta \text{ koefisien korelasi } X_2 Y \times 100\%$

Nilai β yang dipakai dalam menghitung sumbangan efektif merupakan nilai yang telah standarisasi untuk dapat membandingkan besarnya pengaruh variabel *independent* terhadap variabel *dependent*.

Berikut gambaran sumbangan efektif dari masing-masing variabel *independent* mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung.

Tabel 4.2.1.

**Sumbangan Efektif Perfeksionisme dan *Fear Of Failure*
Mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C
UIN Raden Intan Lampung**

Variabel	Sumbangan Efektif
Perfeksionisme	18,43 %
<i>Fear Of Failure</i>	30,89 %
Total	49,32 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa perfeksionisme memberikan pengaruh sebesar 18,43 % ($\beta = -0,353$) sedangkan *fear of failure* memberikan pengaruh sebesar 30,89 % ($\beta = 0,499$). Maka dari itu hasil dari perhitungan ini menunjukkan bahwa sumbangan variabel *fear of failure* lebih besar daripada sumbangan variabel perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung. Adapun total sumbangan efektif keseluruhan dari kedua variabel *independent* sebesar 49,32 % untuk variabel-variabel lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik yang tidak diteliti pada penelitian ini sebesar 50,68 %.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menggunakan uji analisis regresi berganda dengan bantuan *software JASP 0.14.1* dan *SPSS 20.0* yang digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel *independent* yaitu variabel perfeksionisme dan *fear of failure* dengan variabel *dependent* yaitu prokrastinasi akademik mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung dan diperoleh hasil uji signifikan simultan dengan nilai F_{hitung} sebesar 29,133 dan nilai signifikansi sebesar $< .001$ ($< 0,05$). Maka dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa adanya hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung.

Kemudian dari hasil uji analisis korelasi antara variabel perfeksionisme dengan variabel prokrastinasi akademik menghasilkan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,522 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$). Dari hasil tersebut dapat dikatakan bahwa adanya hubungan negatif signifikan antara variabel perfeksionisme dengan variabel prokrastinasi akademik. Hal tersebut berarti bahwa adanya pengaruh yang berlawanan dimana apabila semakin tinggi tingkat perfeksionisme seseorang maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya dan sebaliknya semakin rendah tingkat perfeksionisme seseorang maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya.

Pada hasil penelitian ini variabel perfeksionisme secara jelas dapat diketahui telah memberikan pengaruh yang signifikan namun kearah yang negatif untuk variabel prokrastinasi akademik sebagai variabel *dependent*. Fakta empiris terdapatnya pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik sejalan dengan teori Skinner mengenai penguatan positif ialah suatu apabila diperoleh akan meningkatkan probabilitas tanggapan atau sikap. Dalam perihal ini artinya ialah perfeksionisme yang positif dimana

mahasiswa memiliki standar kerapian, serta ketidaksesuaian mengenai penetapan perencanaan yang matang.

Sejalan dengan penemuan yang dilakukan oleh Ananda, (2013) menjelaskan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dengan hubungan yang berlawanan arah yang artinya bahwa semakin tinggi tingkat variabel perfeksionisme seseorang maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya dan sebaliknya. Hasil temuan yang dilakukan oleh Nanik (2008) mengatakan bahwa individu yang suka terhadap sikap perfeksionisme bisa membuat individu lebih peka terhadap kegagalan dan kepercayaan diri yang melemah.

Hal tersebut akan terjadi jika individu memikirkan kesalahan-kesalahan yang dilakukan olehnya yang mana hal tersebut kemungkinan bisa menjadi penyebab terjadinya kegagalan. Menjadi individu yang memiliki sikap perfeksionisme yang tinggi dan mempunyai standar tinggi untuk diri sendiri, mewajibkan ia mendapatkan nilai yang tinggi terhadap tugas yang telah dikerjakan dan mempunyai harapan untuk hasil yang sangat luar biasa mereka mengarahkan untuk mengerjakan dan menyelesaikan tugas secara tepat waktu (Bong, 2014).

Menurut Hewitt & Flett (1991) mengatakan ada tiga dimensi yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik adapaun dimensi tersebut yaitu. dimensi *self-oriented perfectionism* yang mana pada dimensi ini dapat memberikan pengaruh positif yang signifikan pada prokrastinasi akademik. *Self-oriented perfectionism* dapat diibaratkan seperti individu yang mempunyai standar yang tidak sesuai bagi performa ataupun tingkah laku individu tersebut. Berikutnya dimensi *other-oriented perfectionism*, dimensi ini dapat diibaratkan seperti individu yang mengukur orang lain setara dengan standar tinggi yang dia miliki dan standar yang dia miliki sangat susah bagi orang lain (Hewitt & Flett, 2002). Terakhir yaitu dimensi *socially prescribe perfectionism* yang mana pada dimensi ini tampaknya memiliki pengaruh positif yang signifikan pada prokrastinasi akademik. *Socially prescribe*

perfectionism, yaitu individu yang memiliki pendapat bahwa orang-orang yang berada di dekatnya memiliki standar yang tinggi dengan tingkah lakunya dan dia berharap untuk menjadi sempurna (Anisahwati, 2019).

Hasil yang diperoleh dari uji analisis korelasi antara variabel *fear of failure* dengan variabel prokrastinasi akademik memperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,619 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$). Dari hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang positif antara variabel *fear of failure* dengan variabel prokrastinasi akademik. Dimana hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat *fear of failure* maka akan semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik, dan sebaliknya apabila semakin rendah tingkat *fear of failure* maka akan semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 kelas A dan C UIN Raden Intan Lampung.

Hasil ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya diketahui terdapatnya hubungan yang signifikan antara *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik ($r = 0,339$; $p = 0,000$). Individu yang mempunyai rasa akan takut kegagalan yang tinggi akan mengarah kepemikiran bahwa tugas yang sedang ia kerjakan tidak menyenangkan dan hal tersebut menjadi penyebab ia mudah memalingkan ke hal yang lain dan pada akhirnya ia melakukan prokrastinasi akademik Sebastian (2013). Gafni & Geri (2010) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kegemaran individu untuk menunda-nunda aktivitasnya sampai dengan batas akhir. Individu yang memiliki rasa kecemasan yang tinggi lebih mengarah untuk menunda tugasnya dengan alasan yang irasional (Steel, 2007). *Fear of failure* adalah rasa kecemasan dan khawatir yang irasional yang kemudian dapat menurunkan rasa kepercayaan diri untuk mengerjakan suatu pekerjaan.

Berikutnya, hasil penelitian Putri Hartantya, (2017) mengatakan terdapat pengaruh yang positif dan signifikan pada *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik. Hal ini berasal dari pemikiran negatif individu itu sendiri yang mana individu tidak

memiliki kepercayaan pada dirinya sendiri. Pemikiran negatif ini dapat berupa ketakutan akan penghinaan dan rasa malu, ketakutan akan penurunan estimasi diri, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial dan ketakutan mengecewakan orang yang penting baginya.

Pada penelitian ini variabel perfeksionisme memberikan pengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 18,43%, sedangkan untuk variabel *fear of failure* memberikan pengaruh terhadap variabel prokrastinasi akademik sebesar 30,89% yang mana hal ini dapat dikatakan bahwa masih ada pengaruh variabel lain sebesar 50,68%. Selain perfeksionisme dan *fear of failure* variabel prokrastinasi akademik juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lainnya seperti, *self-regulated learning*, asertivitas, perilaku *impulsive*, *self-efficacy*, motivasi berprestasi dan *self-control* yang ada di dalam diri individu dapat memicu timbul atau tidaknya perilaku prokrastinasi akademik yang dilak

BAB V
PENUTUP
A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2018 UIN Raden Intan Lampung.
2. Terdapat hubungan negatif antara variabel perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,522 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat perfeksionisme seseorang maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, jika semakin rendah tingkat perfeksionisme seseorang maka akan semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademiknya.
3. Terdapat hubungan yang positif antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa dengan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,619 dengan nilai taraf signifikansi sebesar (p) 0,000 ($p < 0,05$) yang mana pada hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat *fear of failure* pada diri seseorang maka akan tinggi pula tingkat prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, jika semakin rendah tingkat *fear of failure* pada diri seseorang maka akan semakin rendah pula tingkat prokrastinasi akademiknya.

B. Saran

Dari hasil penelitian di atas, maka peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa Sebagai Subjek Penelitian

Mahasiswa yang sering menunda-nunda mengerjakan tugas, sebaiknya segera mengurangi hal tersebut agar terhindar dari dampak-dampak negatif perilaku prokrastinasi akademik.

2. Bagi Tenaga Pengajar

Dapat memberikan pengarahan atau himbauan kepada mahasiswa/i untuk tidak menunda-nunda mengerjakan tugas agar dapat menyelesaikan dengan tepat waktu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Berdasarkan dari hasil uji analisis statistik diketahui bahwa variabel perfeksionisme dan *fear of failure* terhadap prokrastinasi akademik memberikan pengaruh sebesar 49,32%, hal ini dapat dikatakan bahwa masih ada pengaruh variabel lain sebesar 50,68%. Maka dari itu untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan aspek-aspek psikologis lainnya seperti *self-regulated learning*, asertivitas, perilaku *impulsive*, *sel-efficiency*, motivasi berprestasi dan *self-control*.