

PENGARUH PERFEKSIONISME, *ACHIEVEMENT GOAL ORIENTATION* DAN JENIS KELAMIN TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA

Muhammad Syamsud Dluha
Fakultas Psikologi UIN Syarif
Hidayatullah Jakarta

Solicha
Fakultas Psikologi UIN Syarif
Hidayatullah Jakarta

Abstract

This study aimed to seek the effect of variable perfectionism, achievement goal orientation, and sex difference toward academic procrastination. The subjects in this research are 220 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta's students which were taken by accidental sampling technique. The writer modified the scales which consist of Procrastination Academic Scale-Student (PASS), Multidimensional Perfectionism Scale (MPS), Achievement Goal Orientation Scale by Elliot & Mc.Gregor. CFA (Confirmatory Factor Analysis) was used to test the validity of instruments and multiple regression analysis was used as a technique to test the research hypothesis. The result of the research showed that there was an effect of socially prescribe perfectionism on academic procrastination among UIN Syarif Hidayatullah Jakarta students at 14.5%. The students who received higher level of perfectionism enforcement from surrounding society tend to conduct procrastination in academic assignments.

Keyword: *academic procrastination, perfectionism, achievement goal orientation*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel perfeksionisme, *achievement goal orientation* dan jenis kelamin terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Subjek pada penelitian ini berjumlah 220 mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh dari *socially prescribe perfectionism* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta sebesar 14.5%. Mahasiswa yang mendapat tuntutan kesempurnaan terlalu tinggi oleh orang-orang di sekitarnya cenderung melakukan penundaan dalam tugas-tugas akademik.

Kata kunci: *prokrastinasi akademik, perfeksionisme, achievement goal orientation*

PENDAHULUAN

Perilaku prokrastinasi pada umumnya digambarkan sebagai kesulitan individu dalam melaksanakan tugas sehari-hari karena ketidakmampuan untuk mengatur waktu dan manajemen yang efektif (Ferrari, 2005). Penundaan perilaku sehari-hari tersebut dapat terjadi pada semua kalangan. Karyawan sering menunda menyelesaikan tugas karena malas, sehingga tugas menjadi menumpuk dan terbengkalai. Penelitian Mawlida (2014) menemukan 71.9% karyawan di Jabodetabek merupakan prokrastinator tingkat sedang dan 12.9% merupakan prokrastinator kategori tinggi. Penyebab prokrastinasi terjadi akibat *impulsiveness* dan *self-efficacy* (Mawlida, 2014).

Pada bidang akademik, hambatan terbesar yang dihadapi mahasiswa adalah tugas menulis seperti skripsi, jurnal, dan makalah. Menurut Salomon dan Rothblum (1984) frekuensi penundaan terjadi dalam 46% tugas menulis, 30,1% tugas membaca, 27,6% tugas belajar untuk ujian, 23% dalam menghadiri aktivitas kelas, 10,6% dalam tugas administrasi, dan 10,2% dalam kinerja akademik keseluruhan.

Tingkat prokrastinasi pada mahasiswa sudah berada pada level yang mengkhawatirkan. Ellis dan Knaus (dalam Salomon & Rothblum, 1984) menyatakan bahwa 95% mahasiswa melakukan prokrastinasi. Balkis dan Duru (2009) menyatakan 23% mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.

Penelitian mengenai prokrastinasi akademik di Indonesia menemukan bahwa 65.1% mahasiswi di IIQ masuk dalam pelaku prokrastinasi akademik kategori tinggi (Hasanah, 2013). Dwisepti (2014) menemukan 40.6% prokrastinator kategori tinggi pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Penelitian-penelitian lain pada mahasiswa di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, menemukan bahwa 68.5% mahasiswa menjadi prokrastinator dalam kategori sedang dan 14.5% pada katogori tinggi (Hanifah, 2012). Pada tahun 2013, Putri menemukan 70.59% prokrastinator dalam kategori sedang dan 16.58% prokrastinator dalam kategori tinggi (Putri, 2013). Nurfaizin (2014) menemukan 67.4% prokrastinator pada kategori sedang dan 16.4% prokrastinator kategori tinggi pada 285 mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik masih menjadi permasalahan yang belum bisa diatasi. Padahal, perilaku menunda-nunda berakibat negatif terhadap mahasiswa. Sehingga menjadi hal yang penting untuk melakukan penelitian mengenai prokrastinasi akademik.

Salomon dan Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi sebagai tindakan menunda mengerjakan tugas secara sengaja sampai pada titik ketidaknyamanan subjektif. Menurut Ferarri, Johnson dan McCown (dalam

Todok, 2008) mahasiswa yang memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi cenderung mengalami keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, diantaranya perfeksionisme (Bong et al., 2014), *achievement goal orientation* (Howwel & Watson, 2007), *self-confidence* dan kecemasan (Salomon & Rothblum, 1984), rendahnya *self-esteem*, *self-regulation*, dan *self-efficacy for self-regulation* (Klassen et. al., 2008), prokrastinasi umum (Sirin, 2011). Perkembangan penelitian di Indonesia menemukan bahwa perilaku penundaan dalam bidang akademik dipengaruhi oleh *self-efficacy* (Indrayati, 2012; Maula, 2012; Hanifah, 2012; Mustikaningsih, 2013), *self-regulation* (Hanifah, 2012), kecemasan (Mustikaningsih, 2013; Reza 2013), *behavior control* (Mustikaningsih, 2013), *decisional control* dan *locus of control* (Nurfaizin, 2014), kepribadian *conscientiousness* (Hasanah, 2013; Maula, 2012), perfeksionisme (Gunawinata, Nanik & Lasmono, 2008; Indrayati, 2012), *self-regulated learning* dan asertivitas (Dwisepti, 2014), motivasi berprestasi dan kecemasan akademik (Febriana, 2013).

Salah satu faktor internal yang sering memberikan pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik adalah *self-efficacy*. Penelitian menunjukkan pengaruh negatif *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik dengan arah negatif (Klassen, Krawchuk & Rajani, 2008; Indrayati, 2012; Maula, 2012; Hanifah, 2012; Mustikaningsih, 2013). Indrayati (2012) menemukan pengaruh negatif dimensi *strength* dan *level/magnitude* terhadap prokrastinasi akademik, artinya keyakinan seseorang akan meraih kesuksesan dan kemampuan dirinya untuk mengatasi masalah dapat menurunkan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian lain menemukan pengaruh *trait* terhadap prokrastinasi akademik. Tipe kepribadian *counscientiousness* memiliki pengaruh negatif terhadap prokrastinasi akademik (Maula, 2012). Karakter *counscientiosness* adalah keteraturan, bertanggung jawab, terkontrol dan terencana. Individu yang tidak memiliki perencanaan terstruktur akan memiliki alasan untuk melakukan prokrastinasi (Maula, 2012).

Selain itu, faktor internal lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme (Gunawinata dkk, 2008; Capan, 2010; Indrayati, 2012). Perfeksionisme adalah keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki pengharapan kesempurnaan untuk dirinya dan memotivasi (Hewwit & Flet, 1991).

Perfeksionisme bisa berpengaruh positif atau negatif. Seorang perfeksionis mampu menghasilkan produk dengan standar tinggi sesuai

harapan sosial. Namun, perfeksionisme membuat seseorang enggan untuk menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar tinggi (Gunawinata dkk., 2008). Seorang perfeksionis yang takut berbuat kesalahan justru mendapat nilai buruk ketika mengerjakan tugas menulis *paper*. Sifat perfeksionis merupakan hasil pembentukan lingkungan sosialnya, karena mereka yakin orang lain memiliki standar yang tidak realistis dan motif perfeksionis terhadap perilakunya. Seorang perfeksionis menerima orang lain untuk mengontrol dirinya (Gunawinata dkk, 2008).

Frost, Marten, Lahart, dan Rosenblate (1990) mengidentifikasi terdapat 6 dimensi perfeksionis: yaitu fokus pada kesalahan, standar tinggi, ekspektasi orang tua, kritik orang tua, keraguan, dan organisasi. Semua dimensi selain dimensi organisasi, berkorelasi positif pada rasa takut akan kegagalan. Dimensi tersebut menimbulkan gejala maladaptif seperti depresi, *obsessive-compulsive disorder*, perasaan bersalah, dan prokrastinasi. Selaras dengan penelitian tersebut, Burka dan Yuen (1989) menyatakan bahwa perfeksionisme menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi.

Beberapa peneliti telah menguji pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik. Indrayanti (2012) yang menggunakan subjek mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, menemukan pengaruh negatif yang signifikan antara *self-oriented perfectionism* terhadap prokrastinasi. Jadi, semakin tinggi *self-oriented perfectionism* maka semakin rendah prokrastinasi. Namun tidak terdapat pengaruh signifikan dari aspek *other oriented perfectionism* dan *socially prescribe perfectionism* terhadap prokrastinasi. Penelitian Bong et. al. (2014) juga menemukan pengaruh negatif antara *self-oriented perfectionism* terhadap prokrastinasi akademik. Sementara *socially prescribe perfectionism* berpengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik (Bong et. al., 2014). Studi lain menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *self-oriented perfectionism* dengan prokrastinasi akademik, namun *other-oriented perfectionism* dan *socially prescribe perfectionism* berkorelasi positif terhadap prokrastinasi akademik (Gunawinata dkk, 2008).

Mengingat pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik yang belum konsisten, peneliti tertarik untuk menggunakan perfeksionisme sebagai *independent variable*. Terutama untuk melihat arah pengaruh dari masing-masing dimensi terhadap prokrastinasi akademik.

Selain perfeksionis, *achievement goal orientation* juga ditemukan memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Howwell dan Watson (2007) pernah melakukan penelitian pengaruh *achievement goal orientation* terhadap prokrastinasi akademik pada 170 mahasiswa Psikologi semester 8 di Kanada. Penelitian terdahulu terkait dimensi-dimensi *achievement goal orientation* terhadap prokrastinasi akademik memberikan hasil yang tidak konsisten.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, *performance orientation* memiliki pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik (Wolters, 2003; Elliot &

McGregor, 2002; dalam Howwel & Watson, 2006). Hasil ini berbeda dengan penelitian dari Howwel dan Watson (2006), penelitian tersebut tidak menemukan pengaruh signifikan dari *performance orientation* terhadap prokrastinasi akademik.

Achievement goal orientation merupakan karakteristik motivasi berprestasi. Menurut Pitrinch (2008), *goal orientation* adalah tujuan atau alasan yang digunakan dalam berperilaku. Elliot dan Dweck (dalam Ames, 1992) mendefinisikan *achievement goal orientation* sebagai suatu proses yang melibatkan kognitif, afektif dan konsekuensi perilaku. Menurut Weiner (dalam Ames, 1992) *achievement goal orientation* merupakan pola keterkaitan antara keyakinan, atribusi dan afeksi yang menghasilkan intensitas perilaku. Hal tersebut ditunjukkan melalui perbedaan cara dalam mendekati, memproses, dan merespon berbagai jenis aktivitas berprestasi (Ames 1992). Mahasiswa memiliki cara yang berbeda satu sama lain untuk menggapai prestasi yang didasari oleh perbedaan emosi, kognitif dan perilaku (Covington, 2000, dalam Howell & Watson, 2007).

Klasifikasi dimensi *achievement goal orientation* pada awalnya hanya terbagi menjadi dua, *learning/mastery orientation* (fokus pada peningkatan kompetensi diri) dan *performance orientation* (fokus pada usaha mendapatkan pengakuan sosial). Namun pada perkembangan selanjutnya, Elliot dan McGregor (2001) mengembangkan menjadi empat dimensi *achievement goal orientation* yang didapatkan melalui penggabungan antara dimensi *Mastery* dan *Performance* dengan *Approach* dan *Avoidance*. *Mastery approach* merujuk pada keinginan untuk menguasai apa yang memang ingin dipelajari untuk mencapai keberhasilan. *Mastery-avoidance* merupakan motivasi untuk tidak menguasai apa yang ingin dipelajari untuk menolak kegagalan. Sedangkan *performance approach* merupakan motivasi untuk mencapai hasil lebih baik daripada orang lain dengan harapan pencapaian kesuksesan, dan *performance avoidance* merupakan keinginan untuk menghindari hasil yang lebih buruk daripada orang lain untuk menghindari kegagalan (Elliot & McGregor, 2001).

Peneliti tertarik menjadikan *achievement goal orientation* sebagai *independent variable* yang akan diuji pengaruhnya terhadap prokrastinasi akademik dengan menggunakan empat dimensi dari Elliot dan McGregor.

Terkait hubungan gender terhadap prokrastinasi, sebagian besar penelitian mengindikasikan tidak adanya perbedaan perilaku prokrastinasi berdasarkan jenis kelamin (Salomon & Rothblum, 1984, Ferrari, 2005). Sebaliknya Eerde (2003) menemukan bahwa perilaku prokrastinasi lebih sering terjadi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Hasil yang sama pada penelitian terhadap mahasiswa fakultas pendidikan di Universitas Pamukkale, yaitu bahwa mahasiswa laki-laki memiliki kecenderungan prokrastinasi lebih tinggi dibandingkan perempuan dengan korelasi negatif antara prokrastinasi dengan usia, artinya ketika usia bertambah maka tingkat prokrastinasi turun (Balkis & Duru, 2009).

Dari uraian data di atas, akhirnya peneliti memilih untuk melakukan penelitian tentang prokrastinasi akademik pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Hal ini ada karena pentingnya mengurangi perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas di kalangan mahasiswa. Salah satu indikasi keberhasilan pendidikan suatu perguruan tinggi adalah jumlah mahasiswa yang dapat lulus tepat waktu sesuai dengan jenjang pendidikannya.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai “Pengaruh Perfeksionisme, *Achievement Goal Orientation* dan Jenis Kelamin terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”.

Prokrastinasi Akademik

Definisi prokrastinasi adalah menunda, menangguhkan, mengundurkan, memperlama. Secara epistemologi berasal dari dua kata bahasa latin yaitu *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak, dan *cratinus* yang berarti keputusan hari esok, dengan kata lain disebut menangguhkan sampai hari berikutnya (Burka & Yuen, 2008). Burka dan Yuen (2008) juga menyatakan tentang dua istilah prokrastinasi menurut bangsa Mesir, pertama yaitu sebagai suatu kebiasaan tidak berguna dengan menghindari suatu pekerjaan atau usaha, sehingga membuang-buang energi. Kedua, prokrastinasi merupakan perilaku malas dalam menyelesaikan pengerjaan tugas penting, sehingga terjerumus dalam lingkaran arus sungai Nil.

Prokrastinasi adalah kekurangan kemampuan regulasi diri dan kecenderungan menunda hal-hal yang diperlukan dalam menyelesaikan tujuan (Ellis & Knaus, 1977, dalam Chu & Choi, 2005). Prokrastinasi menurut Steel (2007) adalah tindakan menunda secara sengaja meskipun mengetahui tindakan menunda dapat berdampak buruk.

Prokrastinasi yang dilakukan dalam dunia pendidikan disebut prokrastinasi akademik. Jika prokrastinasi pada umumnya fokus pada penundaan dalam membuat keputusan, prokrastinasi akademik cenderung pada tindakan menjauhi tugas (Balkis & Duru, 2009). Salomon dan Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi sebagai tindakan menunda mengerjakan tugas secara sengaja sampai pada titik ketidaknyamanan subjektif. Definisi lain menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan penundaan karena ketidakmampuan melakukan kinerja secara optimal ketika mengerjakan tugas akademik akibat adanya tekanan psikis (Jiao, Qun, DaRos-Voseles, Denise, Kathleen & Onwuwbuzie, 2011).

Dari berbagai definisi yang dijabarkan oleh para ahli di atas, penelitian ini menggunakan definisi yang dijabarkan oleh Salomon dan Rothblum (1984), yang menjelaskan bahwa prokrastinasi sebagai tindakan menunda mengerjakan tugas secara sengaja sampai pada titik ketidaknyamanan subjektif

Perfeksionisme

Frost et al. (1990) mendefinisikan perfeksionisme sebagai standar kinerja yang tinggi dengan disertai kecenderungan evaluasi yang terlalu kritis terhadap diri sendiri. Hewwit dan Flet (1991) mendefinisikan perfeksionisme sebagai keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki pengharapan kesempurnaan untuk dirinya dan memotivasi. Sedangkan Gunawinata dkk. (2008) menyatakan bahwa perfeksionisme adalah aktualisasi diri yang ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menemukan sesuatu yang tidak sempurna.

Perfeksionisme dalam klasifikasi Hewwit dan Flet (1991) dapat dijelaskan dalam tiga dimensi perfeksionisme, yaitu:

1. *Self-oriented Perfectionism*, yaitu berorientasi pada diri sendiri. Merupakan upaya pribadi untuk menetapkan standar dirinya sendiri. Terkadang, standar tersebut tidak realistis dan menjadi tuntutan yang berlebihan bagi individu untuk mencapainya.
2. *Other-oriented Perfectionism*, yaitu berorientasi pada orang lain. Merupakan kepercayaan dan harapan individu akan standar yang tinggi terhadap kapabilitas orang lain. Individu meletakkan standar yang tinggi terhadap orang lain dengan mengevaluasi perilaku dan cara kerja mereka untuk mencapai standar tersebut. Individu menilai orang lain secara keras sesuai standar pribadinya yang tinggi dan standar tersebut sulit bagi orang lain untuk mencapainya. Individu juga tidak percaya dan mengharap bantuan dari orang lain yang tidak sesuai dengan standar pribadinya.
3. *Socially Prescribe Perfectionism*, yaitu harapan orang lain akan standar yang tinggi pada diri individu. Merupakan kepercayaan dan harapan orang/masyarakat yang tidak realistis pada orang lain dengan selalu mengontrol secara ketat dan menekan orang untuk menjadi sempurna. Individu meyakini adanya tuntutan standar yang tinggi dari orang lain dan menjadikannya sebagai tekanan dan beban yang berlebihan. Individu merasa keluarga dan teman-temannya selalu mengharapkan hal yang sempurna atas dirinya. Anggapan standar yang terlalu tinggi itu terkadang membuat individu merasa takut dan cemas dirinya tidak sanggup mencapai standar yang diinginkan orang lain.

Achievement Goal Orientation

Definisi *achievement goal orientation* menurut Pitrinch (2008) adalah tujuan atau alasan yang digunakan dalam berperilaku. Elliot dan Dweck (dalam Ames, 1992) mendefinisikan *achievement goal orientation* sebagai suatu proses yang melibatkan kognitif, afektif dan konsekuensi perilaku. Menurut

Ames (1992), *achievement goal orientation* merupakan pola keterkaitan antara keyakinan, atribusi dan afeksi yang menghasilkan intensitas perilaku.

Goal orientation adalah alasan mengapa seseorang mengerjakan tugas-tugas yang berkaitan dengan prestasi (Elliot & Church, 1997). *Goal orientation* juga dapat menggambarkan standar individu dalam menilai penampilan dan kesuksesannya. Jika teori *goal setting* yang dikemukakan Locke dan Latham (1990) fokus pada goal yang spesifik (misalnya, mendapat 10 jawaban benar), teori *goal orientation* fokus pada mengapa seseorang ingin mendapat 10 jawaban benar dan bagaimana pendekatan atau cara mereka pada tugas tersebut (Pitrinch et al, 2008).

Berdasarkan definisi berbagai ahli yang telah dikemukakan pada penelitian ini, peneliti menggunakan konsep Pitrinch (2008) adalah tujuan atau alasan yang digunakan dalam berperilaku. Elliot dan McGregor (2001) membagi *goal orientation* berdasarkan dua konsep, yaitu:

1. Konsep pertama adalah definisi yang terbagi 3, yaitu:
 - a. Absolut adalah tuntutan berprestasi untuk kebutuhan sendiri. Artinya, individu dapat mengerti dan menguasai tugas pribadi.
 - b. Intrapersonal adalah usaha yang sungguh-sungguh untuk mencapai potensi maksimal. Artinya adalah individu fokus pada penguasaan pengetahuan dan peningkatan *skill*.
 - c. Normatif, memiliki fokus utama pada persaingan dengan orang lain. Artinya, individu memiliki kinerja lebih baik daripada orang lain.
2. Konsep kedua adalah valensi, yaitu pendekatan keberhasilan dalam mencapai kesuksesan (positif) dan penghindaran dari kegagalan (negatif).

Kompetensi absolut dan intrapersonal sama-sama fokus pada penguasaan pengetahuan dan *skill*. Sedangkan normatif memiliki fokus utama untuk bersaing dengan orang lain. Perbedaan dari *mastery* dan *performance* adalah tujuan penguasaan dan kinerja. Tujuan penguasaan adalah menguasai tugas atau pekerjaan tertentu untuk peningkatan kemampuan dan *skill*. Kinerja mengenai persaingan yang lebih baik daripada orang lain. Berdasarkan konsep tersebut, Elliot dan McGregor (2001) membagi *achievement goal orientation* menjadi 4 dimensi:

1. *Mastery-approach* termasuk dalam definisi absolut/intrapersonal yang mempunyai valensi positif. Yaitu menguasai sebuah tugas pekerjaan tertentu dan membangun bakat serta wawasan seorang individu dalam mencapai sebuah kesuksesan atau keberhasilan. Artinya, *mastery-approach* berupaya keras untuk berbuat lebih baik daripada pencapaian sebelumnya.
2. *Mastery-avoidance* termasuk dalam definisi absolut/intrapersonal yang mempunyai valensi negatif. Yaitu menolak kegagalan dalam menguasai sebuah tugas pekerjaan tertentu dan membangun bakat serta wawasan

individu. Individu berupaya untuk menghindari perbuatan buruk yang pernah dicapai sebelumnya.

3. *Performance-approach* termasuk dalam definisi normatif yang mempunyai valensi positif. Yaitu mengenai kinerja yang lebih baik daripada kinerja orang lain dalam mencapai sebuah keberhasilan.
4. *Performance-avoidance* termasuk dalam definisi normatif yang mempunyai valensi negatif. Yaitu menolak kegagalan mengenai kinerja yang lebih baik daripada kinerja orang lain.

METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta angkatan 2009, 2010, 2011, dan 2012 dengan sampel penelitian yang berjumlah 220 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini bersifat *non-probability sampling*. Sampel diambil berdasarkan teknik *accidental sampling*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta memiliki 11 fakultas, peneliti mengambil sampel sejumlah 20 mahasiswa dari tiap fakultas.

Penelitian ini menggunakan variabel terikat prokrastinasi akademik. Untuk mengukur skala prokrastinasi akademik, peneliti menggunakan 18 *item* dari alat ukur yang dikembangkan oleh Salomon Dan Rothblum (1984) yaitu *Procrastination Academic Scale-Student* (PASS).

Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah perfeksionisme dan *achievement goal orientation*. Skala perfeksionisme menggunakan alat ukur baku yaitu *Multidimensional Perfectionism Scale* (MPS) dari Hewitt dan Flet. Skala MPS berjumlah 45 *item*. Sedangkan untuk mengukur *achievement goal orientation*, peneliti menggunakan skala yang dikembangkan oleh Elliot dan McGregor (2001).

Peneliti menggunakan CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) untuk menguji validitas alat ukur dan *Multiple Regression Analysis* sebagai teknik untuk menguji hipotesis penelitian.

HASIL PENELITIAN

Langkah pertama peneliti melihat besaran *R square* untuk melihat berapa persen (%) varian *dependent variable* yang dijelaskan oleh *independent variable*. Selanjutnya untuk tabel *R square* dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1
R Square

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.381 ^a	.145	.113	8.79611

a. Predictors: (Constant), jenis kelamin, *other-oriented perfectionism*, *performance approach*, *mastery avoidance*, *performance avoidance*, *socially prescribe perfectionism*, *mastery approach*, *self-oriented perfectionism*.

Dari table 1 di atas dapat dilihat bahwa perolehan *R square* sebesar 0.145, artinya proporsi varian dari prokrastinasi akademik yang dijelaskan oleh *self-oriented perfectionism*, *other oriented perfectionism*, *socially prescribe perfectionism*, *mastery approach*, *mastery avoidance*, *performance approach*, dan *performance avoidance* adalah sebesar 14.5%, sedangkan 85.5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

Langkah kedua, peneliti menganalisis dampak dari seluruh variabel independen terhadap prokrastinasi akademik. Adapun hasil uji F dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2
Dampak Semua IV terhadap Prokrastinasi Akademik

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2776.489	8	347.061	4.486	.000 ^b
	Residual	16325.407	211	77.372		
	Total	19101.896	219			

a. *Dependent Variable*: prokrastinasi akademik

b. *Predictors*: (Constant), jenis kelamin, *other oriented perfectionism*, *performance approach*, *mastery avoidance*, *performance avoidance*, *socially prescribe perfectionism*, *mastery approach*, *self-oriented perfectionism*.

Jika dilihat dari kolom paling kanan (.Sig) pada tabel 2, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi lebih kecil ($p < 0.05$). Maka hipotesis nihil mayor yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan seluruh independen variabel terhadap dependen variabel, yaitu prokrastinasi akademik, ditolak. Artinya, ada pengaruh yang signifikan *self-oriented perfectionism*, *other oriented perfectionism*, *socially prescribe perfectionism*, *mastery approach*, *mastery avoidance*, *performance approach*, *performance avoidance* dan jenis kelamin terhadap prokrastinasi akademik.

Langkah terakhir adalah melihat koefisien regresi tiap seluruh independen variabel. Jika nilai $t > 1,96$ maka koefisien regresi tersebut signifikan, yang berarti bahwa *independent variable* tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Adapun penyajiannya ditampilkan pada tabel 3.

Berdasarkan koefisien regresi pada table 3, dapat disampaikan persamaan regresi sebagai berikut: (*signifikan) Prokrastinasi akademik = $23.505 + 0.151 \textit{ self-oriented perfectionism} - 0.050 \textit{ other oriented perfectionism} + 0.190 \textit{ socially prescribe perfectionism}^* - 0.052 \textit{ mastery approach} + 0,076 \textit{ mastery avoidance} - 0.103 \textit{ performance approach} + 0.131 \textit{ performance avoidance} - 2.159$ jenis kelamin.

Tabel 3
Koefisien Regresi

	Unstandardized Coefficients B	Standardized Coefficient Beta	Sig.
(Constant)	23.505		.003
<i>Self-oriented Perfectionism</i>	.151	.147	.084
<i>Other Oriented Perfectionism</i>	-.050	-.042	.520
<i>Socially Prescribe Perfectionism</i>	.190	.169	.032
<i>Mastery Approach</i>	-.052	-.048	.560
<i>Mastery Avoidance</i>	.076	.067	.363
<i>Performannce Approach</i>	.103	.110	.086
<i>Performance Avoidance</i>	.131	.107	.113
Jenis Kelamin	-2.159	-.116	.074

Dari tabel 3, untuk melihat signifikan atau tidaknya koefisien regresi yang dihasilkan, kita cukup melihat sig. pada kolom paling kanan (kolom keenam), jika $p < 0.05$, maka koefisien regresi yang dihasilkan, signifikan pengaruhnya terhadap prokrastinasi akademik dan sebaliknya. Berdasarkan hasil di atas, hanya variabel *socially prescribe perfectionism* yang signifikan, sedangkan sisanya tidak. Hal ini berarti dari delapan hipotesis minor, hanya terdapat satu yang signifikan. Penjelasan dari nilai masing-masing koefisien regresi *independent variable* adalah sebagai berikut:

1. Variabel *self-oriented perfectionism* memiliki koefisien sebesar 0.151 dengan nilai signifikansi sebesar 0.084. Karena nilai sig. >0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa *self-oriented perfectionism* pada perfeksionisme tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
2. Variabel *other oriented perfectionism* memiliki koefisien -0.050 dengan nilai signifikansi sebesar 0.520. Karena nilai sig. >0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa *other oriented* pada perfeksionisme tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
3. Variabel *socially prescribe perfectionism* memiliki koefisiensi 0.190 dengan nilai signifikansi sebesar 0.032. Karena nilai sig. <0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil (H_0) ditolak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh signifikan *socially prescribe perfectionism* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Artinya, semakin tinggi nilai *socially prescribe perfectionism* seseorang maka prokrastinasi akademik akan semakin tinggi, begitu pula sebaliknya.
4. Variabel *mastery approach* memiliki koefisien -0.052 dengan nilai signifikansi sebesar 0.560. Nilai sig. >0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa *mastery approach* pada *achievement goal orientation* tidak

- berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
5. Variabel *mastery avoidance* memiliki koefisien 0.076 dengan nilai signifikansi sebesar 0.363. Karena nilai sig.>0.05, maka dapat disimpulkan bahwa *mastery avoidance* pada *achievement goal orientation* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
 6. Variabel *performance approach* memiliki koefisien 0.103 dengan nilai signifikansi sebesar 0.086. Karena nilai sig.>0.05, dapat disimpulkan bahwa *performance approach* pada *achievement goal orientation* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
 7. Variabel *performance avoidance* memiliki koefisien 0.131 dengan nilai signifikansi sebesar 0.113. Karena nilai sig.>0.05, dapat disimpulkan bahwa *performance avoidance* pada *achievement goal orientation* tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.
 8. Variabel jenis kelamin memiliki nilai signifikansi sebesar 0.074. Karena nilai sig.>0.05, maka dapat disimpulkan bahwa variabel demografis jenis kelamin tidak berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menemukan pengaruh yang signifikan berdasarkan *self-oriented perfectionism*, *other oriented perfectionism*, *socially prescribe perfectionism*, *mastery approach*, *mastery avoidance*, *performance approach*, *performance avoidance*, dan jenis kelamin terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta sebesar 14,5%. Sedangkan uji hipotesis minor menemukan bahwa terdapat satu variabel yang memiliki pengaruh yang signifikan yaitu *socially prescribe perfectionism*. Hal ini sesuai dengan penelitian Bong et al. (2014) yang menyatakan bahwa semakin tinggi nilai *socially prescribe perfectionism*, maka frekuensi prokrastinasi akademik juga semakin tinggi. Artinya, mahasiswa yang mendapatkan tuntutan kesempurnaan berlebihan dari lingkungan memiliki kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik yang lebih besar. Mahasiswa dengan nilai *socially prescribe perfectionism* yang tinggi melakukan penundaan dalam melakukan tugas akademik sebagai cara untuk menghindari penilaian dari lingkungannya, seperti orang tua dan guru yang memberikan ekspektasi berlebihan (Bong et al, 2014).

Socially prescribe perfectionism adalah perfeksionis yang merupakan hasil pembentukan dari lingkungan sosialnya, sehingga rentan menunda pekerjaan mereka karena terlalu peka atau takut gagal, cenderung menyalahkan orang lain, kecemasan akan penilaian sosial, kurangnya

asertivitas, dan memiliki kepercayaan diri yang lemah (Gunawinata et al, 2008). Ketika seorang dengan nilai *social prescribe perfectionism* tinggi mendapatkan tugas tertentu dari orang tua, guru atau figur yang lebih kuat, mereka berpotensi lebih besar dalam melakukan prokrastinasi sebagai bentuk ekspresi atau cara untuk menutupi perasaan negatifnya (Milgram et al., 1988; dalam Bong et al, 2014).

Mahasiswa dengan nilai *socially prescribe perfectionism* tinggi akan berusaha untuk menjalin komitmen persahabatan dengan mahasiswa lainnya. Namun, untuk menjaga komitmen tersebut, mereka cenderung berusaha terlalu keras dan berkonsentrasi penuh pada pemenuhan standar kesempurnaan yang terlampau tinggi dari teman-teman di kampus. Hal inilah yang menyebabkan mahasiswa dengan nilai *socially prescribe perfectionism* tinggi melakukan prokrastinasi akademik.

Salah satu catatan penting bahwa penelitian ini hanya menemukan sumbangan sebesar 14,5% dari semua variabel terhadap prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya 85,5%, dipengaruhi faktor lain. Penelitian ini hanya menggunakan faktor internal. Peneliti selanjutnya bisa meneliti munculnya perilaku prokrastinasi akademik yang juga dapat dipengaruhi oleh faktor sosial seperti *social support*, afirmasi sosial dan konformitas. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih mengenai prokrastinasi akademik, seperti dampak negatif, upaya pencegahan dari variabel lainnya yang mempunyai pengaruh besar terhadap prokrastinasi akademik, serta mengetahui penanganan yang tepat apabila mahasiswa memiliki prokrastinasi akademik. Kedua, penulis menyarankan agar penelitian selanjutnya melakukan teknik pengambilan sampel secara *probability sampling*, yang artinya setiap individu memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sebagai sampel.

DAFTAR PUSTAKA

- Ames, C. (1992). Classroom: Goals, structures and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84 (3),261-271
- Balkis, M & Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination behavior among pre-service teachers, and its relationship with demographics and individual preferences. *Journal of Theory and Practice in Education*, 5 (1), 18-32
- Burka, J. B. & Yuen, J. N. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. U.S. Da Capo Press
- Bong, M., Hwang, A., Noh, A., & Kim, S. (2014) Perfectionism and motivation of adolescents in academic contexts. *Journal of Educational Psychology*, 106 (3), 711–729
- Capan, B. E. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5. 1665–1671

- Chu, A. H. C. & Choi, J. N. (2005). Rethinking procrastination: Positive effects of “active” procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology, 145* (3), 245–264
- Dwisepti, K. (2014). Pengaruh self-regulate learning dan asertifitas terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Eerde, W. (2003). A meta-analytically derived nomological network of procrastination. *Journal of Personality and Individual Differences, 35*, 1401–1418
- Elliot, A. J. & McGregor, H. A. (2001). A 2x2 achievement goal framework. *Journal of Personality and Social Psychology, 80* (3), 501-519
- Febriana, R. (2013). Pengaruh motivasi berprestasi dan kecemasan akademik terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Pamulang. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Ferrari, J. R., O'Callaghan, J. & Newbegin, I. (2005). Prevalence of procrastination in the United States, United Kingdom, and Australia: Arousal and avoidance delays among adults. *North American Journal of Psychology, 7* (1), 1-6
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14* (5), 449-468
- Gunawinata, V. A. R., Nanik & Lasmono, H. K. (2008). Perfeksionisme, prokrastinasi akademik dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *Indonesian Psychology Journal, 23*, 256-276
- Hanifah, P. M. (2012). Pengaruh self-efficacy, motivasi berprestasi, self-regulation, dan dukungan sosial orang tua terhadap prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hasanah, N. (2013). Pengaruh tipe kepribadian dan self-efccacy terhadap perilaku prokrastinasi pada tugas akhir mahasiswi Institut Ilmu al-Qur'an. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Hewwit, P. L. & Flet, P. L. (1991). Perfectionism in the self and social context: Conseptualization, assessment, and association with psychopatology. *Journal of personality and social psychology, 60* (3), 456-470
- Howell, A. J. & Watson, D. C. (2007). Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences, 43*, 167–178
- Indrayati, P. (2012). Pengaruh self efficacy, perfectionisme, dan faktor demografis terhadap prokrastinasi pada mahsiswa fakultas psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta dalam menyelesaikan skripsi. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

- Jiao, Q. G., DaRos-Voseles, Denise, A. C., Kathleen, M. T. & Onwuwgbuzie, A. J. (2011). Academic procrastination and the performance of graduate-level cooperative groups in research methods courses. *Journal of the Scholarship of Teaching and Learning*, 11 (1), 119–138
- Kartini, D. (2014). Pengaruh self-regulate learning dan asertivitas terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L. & Rajani, S. (2008) Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33, 915–931
- Maula, I. (2012). Pengaruh self-efficacy akademik dan tipe kepribadian terhadap prokrastinasi akademik pada pengguna internet. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Mawlida, Z. (2014). Studi tentang pengaruh impulsiveness, work self-efficacy dan perfectionism terhadap perilaku prokrastinasi kerja karyawan. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Mustikaningsih, R. (2013). Pengaruh kontrol diri dan kecemasan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang tergabung dalam organisasi pecinta alam UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Nurfaizin (2014). Pengaruh self-control dan locus of control terhadap prokrastinasi akademi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir (skripsi) di Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Papalia, D. E., Sterns, H. L., Feldman, R. D. & Camp, C. J. (2007) *Adult Development and Aging*. New York: The McGraw-Hill Companies.
- Pintrinch, P. R. (2008) *Motivation in Education: Theory, Research and Application*. New Jersey: Pearson education.
- Putri, S. A. S (2013). Pengaruh perfeksionisme, prokrastinasi dan jenis kelamin terhadap psychological distress mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Reza, F. (2013). Pengaruh self-efficacy dan kecemasan terhadap prokrastinasi menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *Skripsi* Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Saboonchi, F. & Lundh L. G. (1997). Perfectionism, self counciousness and anxiety. *Person. individ. DQ*, 22 (6), 921-928
- Sirin, E. F. (2011) Academic procrastination among undergraduates attending school of physical education and sports: Role of general

- procrastination, academic motivation and academic self-efficacy. *Journal of Educational Research and Review*, 6 (5), 447
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133 (1), 65-94
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 503-509
- Thompson, B. (2004). *Exploratory and confirmatory factor analysis: Understanding concepts and applications*. Washington DC: American Psychological Association.
- Tondok, M. S., Ristyadi, H., & Kartika, A. (2008) Prokrastinasi akademik dan niat membeli skripsi. *Indonesian Psychological Journal*, 24 (1), 76-87