

HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 PETERNAKAN FAKULTAS PETERNAKAN DAN PERTANIAN UNIVERSITAS DIPONEGORO

Azizah Alik Wulandari¹, Endang Sri Indrawati¹

¹Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

a.a.wulandari06@gmail.com

ABSTRAK

Prokrastinasi akademik menjadi masalah umum yang terjadi pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro. Sampel penelitian ini adalah 152 mahasiswa yang diambil melalui *simple random sampling*. Data penelitian dikumpulkan menggunakan Skala Perfeksionisme berdasarkan aspek-aspek perfeksionisme menurut Hewitt dan Flett (1991) dengan koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar ($\alpha = 0.859$) dan Skala Prokrastinasi Akademik berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ghufro dan Risnawita (2010) dengan koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar ($\alpha = 0.895$). Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa perfeksionisme mampu menjelaskan 2.9% variasi dari perfeksionisme ($R^2 = 0.029$, $p < 0.05$). Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada Mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro ($r_{xy} = -0.171$, $p < 0.05$). Semakin tinggi perfeksionisme maka semakin rendah prokrastinasi, sebaliknya semakin rendah perfeksionisme maka semakin tinggi prokrastinasi akademik.

Kata kunci: perfeksionisme; prokrastinasi akademik; mahasiswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PERFECTIONISM AND ACADEMIC
PROCRASTINATION AMONG STUDENTS OF ANIMAL SCIENCE
UNDERGRADUATE PROGRAM FACULTY OF ANIMAL AND
AGRICULTURAL SCIENCES DIPONEGORO UNIVERSITY**

Azizah Alik Wulandari¹, Endang Sri Indrawati¹

¹ Faculty of Psychology, Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario, Street, Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

a.a.wulandari06@gmail.com

ABSTRACT

Academic procrastination is a common problem among students. This study aims to empirically examine the relationship between perfectionism and academic procrastination among Students of Animal Science Undergraduate Program Faculty of Animal and Agricultural Sciences Diponegoro University. The sample consisted of 152 students selected through simple random sampling. Research data were collected using the Perfectionism Scale based on aspects of perfectionism according to Hewitt and Flett (1991) with a Cronbach's alpha reliability coefficient of ($\alpha=0.859$) and the Academic Procrastination Scale based on aspects of academic procrastination according to Ghufroon and Risnawita (2010) with a Cronbach's alpha reliability coefficient of ($\alpha = 0.895$). The regression analysis results show that perfectionism can explain 2.9% of the variation in perfectionism ($R^2 = 0.029$, $p<0.05$). The results of simple regression analysis show that there is a significant negative relationship between perfectionism and academic procrastination among Students of Animal Science Undergraduate Program Faculty of Animal and Agricultural Sciences Diponegoro University ($r_{xy} = -0.171$, $p<0.05$). The higher the perfectionism, the lower the procrastination, conversely the lower the perfectionism, the higher the academic procrastination.

Keywords: perfectionism, academic procrastination, students

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Individu yang sedang menempuh studi di jenjang universitas dapat dipahami sebagai seorang mahasiswa. Secara umum, mahasiswa berusia 19-25 tahun yang termasuk dalam fase dewasa awal (Santrock, 2012). Tahap ini merupakan masa penyesuaian terhadap gaya hidup baru serta tuntutan sosial yang berbeda (Saputri, 2023). Menjadi mahasiswa berbeda dengan menjadi siswa saat di sekolah yang penuh dengan pengawasan guru, sedangkan di lingkungan mahasiswa, setiap individu dituntut untuk mandiri, aktif, dan bisa beradaptasi di berbagai situasi. Pada fase dewasa awal, mahasiswa mulai berfokus pada pencapaian prestasi, di mana kemampuan intelektual diterapkan dalam situasi yang berdampak jangka panjang (Agustina, 2023).

Universitas merupakan lembaga perguruan tinggi tempat mahasiswa memperoleh ilmu dan keterampilan. Universitas Diponegoro, yang berlokasi di Kota Semarang, Jawa Tengah, merupakan salah satu institusi pendidikan tinggi di Indonesia. Universitas Diponegoro menaungi 11 fakultas serta satu sekolah vokasi. Salah satu program studi (prodi) yang disediakan adalah Peternakan. Prodi Peternakan mencakup pembelajaran mengenai berbagai aspek peternakan seperti manajemen pemeliharaan hewan, pengembangan usaha ternak, serta strategi pemasaran hewan dan produk ternak. Mahasiswa juga mempelajari produksi ternak, nutrisi pakan, teknologi pengolahan hasil ternak, serta aspek sosial ekonomi dalam sektor peternakan. Pembentukan keterampilan

profesional dilakukan melalui kegiatan praktikum, magang, Kuliah Kerja Lapangan (KKL), dan Kuliah Kerja Nyata (KKN). Berbagai tugas akademik yang dihadapi oleh mahasiswa Prodi Peternakan meliputi penyusunan ringkasan materi kuliah, pelaksanaan kuis, laporan praktikum, pembuatan makalah, penyusunan laporan magang, KKL, dan tugas akhir (FPP Undip, 2025).

Pendidikan di tingkat perguruan tinggi tidak hanya berkaitan dengan penguasaan materi akademik, tetapi juga melibatkan keaktifan dalam organisasi, partisipasi dalam magang, hingga kegiatan paruh waktu yang dijalani secara bersamaan. Adanya tuntutan multi peran sebagai mahasiswa, aktivis organisasi, pekerja lepas, dan sebagai anggota masyarakat dapat memicu stres pada mahasiswa dan memerlukan pengelolaan waktu yang tepat sehingga kewajiban seorang mahasiswa untuk menunaikan tugas bisa terlaksana dengan baik (Mistica dkk., 2023).

Hasil wawancara dengan tiga mahasiswa peternakan angkatan 2022 pada tanggal 21-22 Maret 2025 mengatakan jika kendala yang dialami adalah sulit mengatur waktu untuk kegiatan akademik dan non akademik yang menyebabkan mahasiswa melakukan penundaan pengerjaan tugas akademik sehingga hasil tugas tidak maksimal. Ketiga mahasiswa menyatakan sering menunda mengerjakan tugas dan mengumpulkan tugas mendekati *deadline*. Berdasarkan hasil wawancara dengan Tenaga Pendidikan Prodi Peternakan yang dilakukan pada 15 Mei 2025, menyatakan bahwa terdapat peningkatan jumlah mahasiswa yang terlambat menyelesaikan studi tepat empat tahun, dari

angkatan 2019, 2020, dan 2021. Beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa terlambat lulus tepat waktu karena mengulang mata kuliah atau lamanya penyelesaian pengerjaan tugas akhir.

Dalam aktivitas perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tanggung jawab dan tugas yang umumnya memiliki batasan waktu tertentu. Banyaknya tugas yang harus diselesaikan membuat individu cenderung menunda pengerjaan hingga waktu berikutnya (Alshehri, 2020). Penundaan dalam menyelesaikan tugas kuliah yang dilakukan secara sadar dikenal sebagai prokrastinasi akademik (Akbay & Delibalta, 2020). Prokrastinasi bukan hanya sekadar perilaku menunda, tetapi tindakan penundaan yang disengaja dengan alasan irasional, kontraproduktif dengan tugas, dan mengetahui bahwa penundaan akan membawa konsekuensi negatif (Ghufron & Risnawita, 2010). Diantara banyaknya jenis penundaan, prokrastinasi akademik merupakan salah satu yang paling umum, ditandai dengan kecenderungan untuk menghindari dan memulai atau menyelesaikan tugas akademik, yang pada akhirnya membuat performa akademik menurun (Gazki dkk., 2024).

Hasil wawancara pra penelitian dengan mahasiswa peternakan menyatakan bahwa bentuk dari aktivitas prokrastinasi akademik tercermin oleh perilaku mahasiswa ketika mempunyai tanggungan tugas akademik tetapi secara sengaja menyingkirkan tugasnya untuk melakukan aktivitas yang tidak berkaitan dengan tugas tersebut, seperti larut bermain media sosial padahal mahasiswa memiliki waktu luang yang bisa digunakan untuk menyelesaikan tugas atau sengaja menjadikan aktivitas lain sebagai alasan untuk mengelak dari

penyelesaian tugas. Mahasiswa mempercayai bisa menyelesaikan tugas dengan waktu singkat sehingga bisa dikerjakan nanti saja. Namun, pada faktanya, berujung pada kerja terburu-buru, cemas karena waktu pengumpulan semakin dekat, merasa hasil kurang maksimal dan pengumpulan yang hampir terlambat atau bahkan melewati batas pengumpulan tugas.

Muyana (2018) menyebutkan 81% mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik tinggi. Hal ini serupa dengan temuan Fentaw dkk. (2022) yang menyatakan 80% mahasiswa merupakan prokrastinator. Prokrastinasi akademik merupakan masalah dalam pencapaian akademis mahasiswa (Steel & Klingsieck, 2016). Di lingkungan universitas, salah satu masalah yang dialami mahasiswa adalah perilaku menunda (Odaci & Kaya, 2017). Ferrari dkk. (dalam Ghufon & Risnawita, 2010) mengklasifikasikan prokrastinasi ke dalam dua kategori, yaitu prokrastinasi fungsional dan disfungsional. Prokrastinasi fungsional merupakan penundaan dalam melaksanakan tugas yang dimaksudkan guna mengumpulkan informasi secara lengkap serta tepat. Adapun prokrastinasi disfungsional adalah bentuk penundaan tanpa tujuan yang jelas, yang berdampak negatif serta menghasilkan berbagai persoalan. Pada penelitian ini, prokrastinasi yang dimaksud ialah prokrastinasi disfungsional yang khusus terjadi dalam konteks akademik.

Karakteristik prokrastinator menurut Burka dan Yuen (2008) yaitu senang menunda, merasa senang jika mengerjakan nanti, menyadari menunda sebagai masalah dan mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan. Alasan menunda mengerjakan tugas disebabkan oleh beberapa hal eksternal dan

internal seperti banyaknya aktivitas di luar akademik, teman kelompok yang tidak bisa diajak bekerja sama, sulit mengatur waktu, kurang paham dengan tugas, merasa dosen seharusnya memberikan penjelasan yang detail sebelum memberi tugas, teman yang tidak kooperatif, menunggu *mood* ideal untuk mengerjakan tugas, butuh *reward* sebelum mengerjakan tugas, merasa ada dorongan mengerjakan jika sudah mendekati batas waktu pengumpulan tugas.

Solomon dan Rothblum (1984) mengidentifikasi enam jenis penundaan tugas yang umum dilakukan mahasiswa. Pertama, penundaan dalam menulis atau mengarang, yang mencakup kegiatan seperti menyusun makalah, laporan, atau jenis tulisan lainnya. Kedua, penundaan dalam persiapan belajar untuk menghadapi ujian seperti kuis, presentasi, dan ujian tengah maupun akhir semester. Ketiga, penundaan dalam membaca sumber referensi seperti buku ataupun jurnal yang berhubungan dengan tugas akademik. Keempat, penundaan pada tugas administratif, seperti mencatat materi perkuliahan, absensi, dan pendaftaran praktikum. Kelima, menunda kehadiran dalam mengikuti kelas atau praktikum. Terakhir, keterlambatan atau penundaan dalam menyelesaikan tugas akademik secara keseluruhan.

Burka dan Yuen (2008) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik dapat mengakibatkan berbagai konsekuensi negatif, seperti keterlambatan pengumpulan tugas, penurunan performa akademik, memburuknya hubungan sosial, kegagalan akademik, serta munculnya berbagai perasaan negatif seperti kesal, putus asa, frustrasi, cemas, penyesalan, hingga depresi. Steel dan Klingsieck (2016) menambahkan jika prokrastinasi akademik memberi

konsekuensi yang berkaitan dengan masalah kesehatan seperti reaksi stres fisik, kelelahan, dan gangguan tidur. Prokrastinasi akademik dianggap sebagai bentuk kegagalan dari pengaturan diri dan suatu hal yang merugikan (Belgin, 2019). Perilaku prokrastinasi akademik tidak bisa diremehkan, karena selain berpengaruh buruk pada prestasi akademik juga berpengaruh pada kondisi psikologis mahasiswa. Prokrastinasi akademik bahkan dapat menjadi salah satu penyebab ide bunuh diri (Zhang dkk., 2025).

Salah satu faktor penyebab prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme (Burka & Yuen dalam Solomon & Rothblum, 1984). Flett dkk. (2016) menyatakan perfeksionisme yaitu standar performa yang tinggi dan mengejar kesempurnaan tanpa menoleransi kesalahan. Perfeksionisme dapat menghambat produktivitas sehingga tugas yang sedang dikerjakan membutuhkan waktu yang lama untuk selesai, karena individu perfeksionis cenderung membebani diri dengan terlalu banyak tugas sehingga tidak realistis (Tarafdar & Saha, 2024). Hamacheck dalam Rice dan Ashby (2007) mengklasifikasikan perfeksionisme menjadi perfeksionisme adaptif dan perfeksionisme maladaptif. Perfeksionisme maladaptif cenderung memiliki tingkat rata-rata karakteristik perfeksionis bermasalah yang lebih tinggi, seperti kekhawatiran yang berlebihan tentang membuat kesalahan, kritik diri yang intens dan terus-menerus, serta persepsi kronis tentang ketidakmampuan mencapai tujuan dan standar yang diinginkan (Smith dkk., 2019). Sedangkan, perfeksionisme adaptif memiliki standar pribadi sangat tinggi, namun tetap

berusaha mencapai keunggulan dalam kinerja dan tidak bersikap terlalu keras pada diri sendiri (Hamacheck dalam Rice & Ashby, 2007).

Liu dan Berzenski (2022) menjelaskan konteks perfeksionisme di bidang akademik yaitu bentuk tuntutan untuk menjadi sempurna dari setiap proses pencapaian dalam akademik. Hal ini dilakukan dengan membuat standar yang tinggi pada diri sendiri dan mengevaluasi kinerja akademik secara ketat. Individu dengan perfeksionisme terbiasa untuk memperhatikan kecermatan, ketertiban, dan harus sesuai dengan apa yang menjadi standar tinggi yang ditetapkan. Greenspon dalam Hicks dan Wu (2015) menyatakan bahwa perfeksionisme digambarkan sebagai pandangan irasional dengan upaya untuk mencapai kesempurnaan dan standar tindakan yang terlalu tinggi, serta kecenderungan untuk terlalu kritis terhadap diri sendiri atas hasil yang tidak sempurna.

Beberapa penelitian tentang perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik memperoleh hasil bahwa kedua variabel memiliki korelasi positif. Hal ini sependapat dengan penelitian Nurmaidah dan Fitriani (2024) yang menyatakan perfeksionisme berkorelasi positif signifikan dengan prokrastinasi akademik. Mahasiswa perfeksionis meyakini bahwa pengerjaan tugas harus sempurna dan meyakini apabila tugas tidak dikerjakan sempurna maka hasilnya tidak memuaskan. Individu perfeksionis cenderung khawatir terhadap kritik dari orang lain, takut membuat kesalahan, memiliki harapan yang tidak realistis yang diterapkan bagi dirinya sendiri (Burka & Yuen dalam Odaci & Kaya, 2017). Keyakinan irasional dengan menganggap kesalahan sebagai kegagalan

membuat individu merasa khawatir jika tidak dapat memenuhi standar tinggi hingga menyebabkan perasaan cemas (Saini & Singh, 2024). Rasa cemas memicu individu untuk menghindari situasi yang membuat individu melakukan kesalahan sekecil apapun sehingga lebih memilih menunda daripada mencoba memulai mengerjakan tugas akademik (Belgin, 2019).

Berbeda dengan penelitian Ichwan (2023) yang menemukan bahwa perfeksionisme berkorelasi negatif signifikan dengan prokrastinasi akademik. Individu dengan standar yang tinggi mencurahkan lebih banyak waktu dan usaha untuk tugas akademik karena mendapatkan rasa puas dalam mengerjakan tugas akademik (Closson & Boutilier, 2017). Mistica dkk. (2023) menyatakan bahwa ketika mahasiswa dengan kecenderungan perfeksionis diberi tugas, maka mahasiswa akan lebih mempersiapkan segala sesuatunya agar berjalan sesuai rencana. Mahasiswa perfeksionis akan menetapkan standar yang keras untuk diri sendiri, ambisius dan sangat rinci dalam menyelesaikan tugas (Capan, 2010). Perfeksionisme yang dilakukan telah dipikirkan secara matang sehingga memperkecil peluang untuk melakukan prokrastinasi akademik (Sudirman dkk., 2023).

Penelitian tentang perfeksionisme akademik dan prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan. Berdasarkan penelitian tersebut, dapat diasumsikan bahwa perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik berkorelasi positif, tetapi juga ditemukan korelasi negatif dari penelitian lain. Dikarenakan adanya inkonsistensi hasil dari kedua variabel, sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut terkait kedua variabel ini. Selain itu, meskipun sudah banyak yang

meneliti, tetapi dengan subjek penelitian mahasiswa prodi peternakan belum pernah diteliti untuk variabel perfeksionisme maupun prokrastinasi akademik. Subjek penelitian yang pernah digunakan kedua variabel yaitu pada mahasiswa Fakultas Kedokteran (Gazki dkk., 2024), Fakultas Keperawatan (Huang dkk., 2023), Fakultas Teknik (Agustina, 2023), Fakultas Psikologi (Yoposov dkk., 2024; Sudirman dkk., 2023; Saputri 2023; Ichwan 2023), dan Fakultas Ekonomi (Mardiani dkk., 2022). Karena hal tersebut, peneliti berminat untuk mengkaji korelasi antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan di Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris ada tidaknya hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memperkaya pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi Pendidikan. Memberikan

informasi terkini terkait permasalahan perfeksionisme akademik dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Temuan dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman kepada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro tentang keterkaitan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik.

b. Bagi Instansi

Temuan dari penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman kepada mahasiswa Program Studi S1 Peternakan Fakultas Peternakan dan Pertanian Universitas Diponegoro tentang keterkaitan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai sumber referensi literatur terkait topik perfeksionisme dan prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa