

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN *FEAR OF FAILURE*
DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS
UNGGULAN TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS DI SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)
Psikologi (S. Psi)



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Disusun Oleh :

Islachul Alimatul Amanah

J71214058

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2018**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan antara Perfeksionisme dan Fear Of Failure dengan prokrastinasi akademik pada Siswa Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas Di Sidoarjo" merupakan hasil karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah dituliskan atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 25 Juli 2018



Islachul Alimatul Amanah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**Hubungan antara Perfeksionisme dan Fear Of Failure terhadap Prokrastinasi
Akademik pada Siswa Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas di Sidoarjo**

Yang disusun oleh

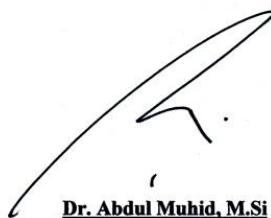
Islachul Alimatul Amanah

J71214058

Telah disetujui untuk diajukan pada Seminar Proposal

Surabaya, 16 April 2018

Dosen Pembimbing



Dr. Abdul Muhid, M.Si

NIP. 19750205200312002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**Hubungan antara Perfeksionisme dan *Fear of Failure* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa
Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas di Sidoarjo**

Yang disusun oleh

Islachul Alimatul Amanah

J71214058

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 24 Juli 2018

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Nip. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji

Penguji I Pembimbing

Dr. Abdul Muhsin, M.Si

Nip. 19750205200312002

Penguji II

Dr.dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M. Ag

Nip. 1972027199603202

Penguji III

Dr. H. Jainudin, M.Si

Nip. 196205081991031002

Penguji IV

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M.Psi, Psikolog

Nip 19771116200801201



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Islachul Alimatul Amanah
NIM : 371219058
Fakultas/Jurusan : Psikologi
E-mail address : islachulalimatulamanah@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan antara Perfectionisme dan Fear of Failure dengan Prokrastinasi
Akademik pada Siswa Kelas Unggulan Tingkat Sekolah Menengah Atas
di Sidargo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya,

Penulis

Islachul Alimatul Amanah
nama tering dan tanda tangan

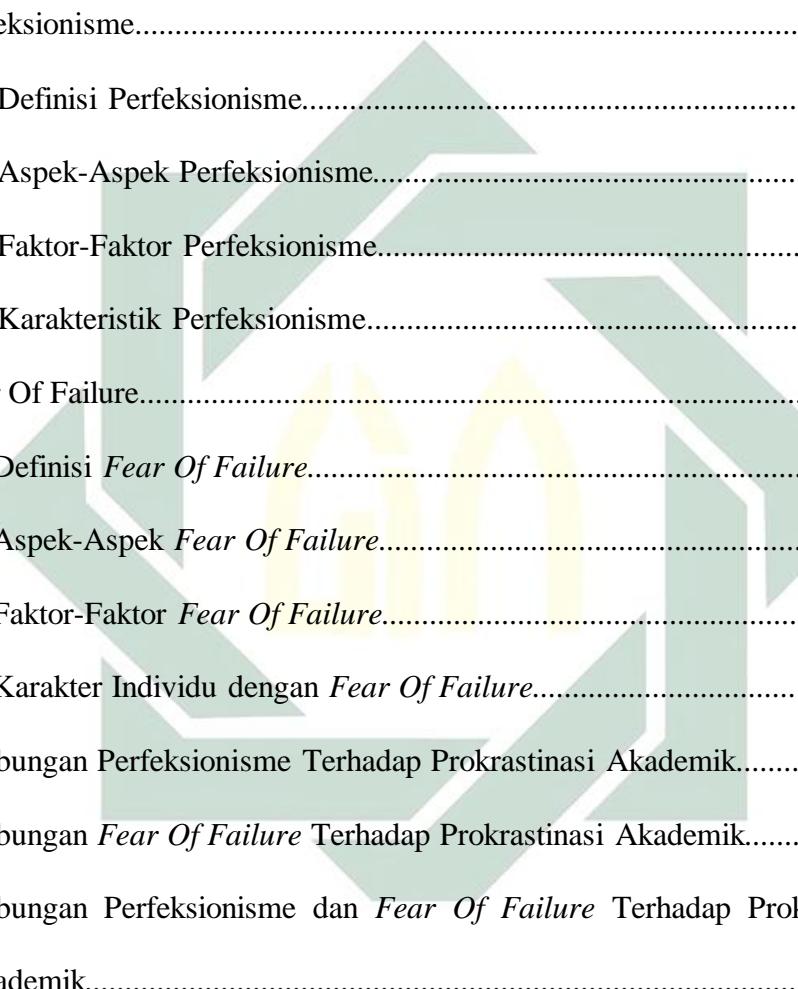
ABSTRAK

The purpose of this research is to know the relation between perfectionism and fear of failure to academic procrastination on high school students of high school level in Sidoarjo by using quantitative research using data collection techniques in the form of three scales namely the scale of academic procrastination, the scale of perfectionism and the scale of fear of failure. The subjects of this study amounted to 264 people, through the technique of Purposive Sampling. The result of this study indicate that there is no significant correlation between perfectionism toward academic procrastination, whereas there is a significant relationship between Fear Of Failure on Academic Procrastination and Relationship between Perfectionism and Fear Of Failure on Academic Procrastination.

Keywords: Academic Procrastination, Perfectionism and Fear Of Failure

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| Halaman Judul..... | ii |
| Lembar Halaman Persetujuan..... | iii |
| Halaman Pernyataan..... | iv |
| Kata Pengantar..... | v |
| Daftar Isi..... | vii |
| Daftar Tabel..... | xi |
| Daftar Gambar..... | xiii |
| Daftar Lampiran..... | xiv |
| Intisari..... | xv |
| Abstract..... | xvi |
| BAB I : PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah..... | 13 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 14 |
| D. Manfaat Penelitian..... | 14 |
| E. Keaslian Penelitian..... | 16 |
| BAB II: KAJIAN PUSTAKA | |
| A. Prokrastinasi..... | 22 |
| 1. Definisi Prokrastinasi..... | 22 |
| 2. Aspek-Aspek Prokrastinasi..... | 25 |



| | |
|--|----|
| 3. Faktor-Faktor Prokrastinasi..... | 28 |
| 4. Jenis-Jenis Tugas Prokrastinasi Akademik..... | 35 |
| B. Perfeksionisme..... | 37 |
| 1. Definisi Perfeksionisme..... | 37 |
| 2. Aspek-Aspek Perfeksionisme..... | 40 |
| 3. Faktor-Faktor Perfeksionisme..... | 44 |
| 4. Karakteristik Perfeksionisme..... | 46 |
| C. Fear Of Failure..... | 46 |
| 1. Definisi <i>Fear Of Failure</i> | 46 |
| 2. Aspek-Aspek <i>Fear Of Failure</i> | 48 |
| 3. Faktor-Faktor <i>Fear Of Failure</i> | 51 |
| 4. Karakter Individu dengan <i>Fear Of Failure</i> | 55 |
| D. Hubungan Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik..... | 57 |
| E. Hubungan <i>Fear Of Failure</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik..... | 59 |
| F. Hubungan Perfeksionisme dan <i>Fear Of Failure</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik..... | 61 |
| G. Landasan Teori..... | 64 |
| H. Hipotesis..... | 66 |

BAB III: METODE PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Variabel dan Devinisi Operasional..... | 67 |
| 1. Variabel Penelitian..... | 67 |
| 2. Definisi Operasional..... | 68 |

| | |
|--|----|
| B. Polpopasi, Sampel, dan Teknik sampling..... | 70 |
| 1. Populasi..... | 70 |
| 2. Sampel..... | 71 |
| 3. Teknik Sampling..... | 73 |
| C. Teknik Pengumpulan Data..... | 74 |
| 1. Skala Prokrastinasi..... | 76 |
| 2. Skala Perfeksionisme..... | 77 |
| 3. Skala <i>Fear Of Failure</i> | 78 |
| D. Validitas dan Reliabilitas..... | 79 |
| 1. Uji Validitas..... | 79 |
| 2. Uji Reliabilitas..... | 85 |
| E. Analisis Data..... | 86 |
| 1. Uji Normalitas..... | 87 |
| 2. Uji Linearitas..... | 87 |

BAB IV: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|----|
| A. Deskripsi Subyek..... | 88 |
| 1. Pengelompokan Subyek Berdasarkan Usia..... | 88 |
| 2. Pengelompokan Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin..... | 89 |
| 3. Pengelompokan Subyek Berdasarkan Kelas..... | 89 |
| 4. Pengelompokan Subyek Berdasarkan Sekolah..... | 90 |
| B. Deskripsi Dan Reliabilitas Data..... | 91 |
| 1. Deskripsi Data..... | 91 |

| | |
|-----------------------------|------------|
| 2. Reliabilitas Data..... | 94 |
| 3. Pengujian Hipotesis..... | 95 |
| C. Pembahasan..... | 102 |
| 1. Uji Hipotesis 1..... | 103 |
| 2. Uji Hipotesis 2..... | 105 |
| 3. Uji hipotesis 3..... | 107 |
| BAB V: PENUTUP | |
| A. Kesimpulan..... | 109 |
| B. Saran..... | 110 |
| Daftar Pustaka..... | 111 |
| Lampiran..... | 118 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 1 Data Jumlah Siswa SMAN 2 Sidoarjo | 70 |
| Tabel 2 Data Jumlah Siswa SMAN 1 Taman | 70 |
| Tabel 3 Data Jumlah Siswa SMAN 1 Wonoayu | 71 |
| Tabel 4 Data Jumlah Siswa SMAN 1 Kreembung | 71 |
| Tabel 5 Data Jumlah Sampel | 73 |
| Tabel 6 Format Model Skala Likert (Penskoringan)..... | 75 |
| Tabel 7 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik..... | 76 |
| Tabel 8 Blue Print Skala Perfeksionisme..... | 77 |
| Tabel 9 Blue Print Skala <i>Fear Of Failure</i> | 79 |
| Tabel 10 Validitas Skala Prokrastinasi Akademik..... | 80 |
| Tabel 11 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik | 81 |
| Tabel 12 Validitas Skala Perfeksionisme..... | 81 |
| Tabel 13 Blue Print Skala Perfeksionisme..... | 83 |
| Tabel 14 Validitas Skala <i>Fear Of Failure</i> | 83 |
| Tabel 15 Blue Print Skala <i>Fear Of Failure</i> | 84 |
| Tabel 16 Reliabilitas Statistik | 85 |
| Tabel 17 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Usia..... | 88 |
| Tabel 18 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin | 89 |
| Tabel 19 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Kelas..... | 89 |
| Tabel 20 Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Asal Sekolah..... | 90 |

| | |
|--|-----|
| Tabel 21 Deskripsi Statistic | 91 |
| Tabel 22 Deskripsi Data Berdasarkan Usia Responden..... | 92 |
| Tabel 23 Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin Responden..... | 92 |
| Tabel 24 Deskripsi Data Berdasarkan Kelas Responden | 93 |
| Tabel 25 Deskripsi Data Berdasarkan Asal Sekolah Responden | 93 |
| Tabel 26 Hasil Uji Estimasi Reliabilitas | 94 |
| Tabel 27 Hasil Uji Normalitas | 95 |
| Tabel 28 Descriptive Statistic | 95 |
| Tabel 29 Correlation | 96 |
| Tabel 30 Variabel Entered/Removed | 97 |
| Tabel 31 Model Summary | 98 |
| Tabel 32 Anova | 98 |
| Tabel 33 Coefficient | 99 |
| Tabel 34 Residual Statistic | 101 |

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Berfikir..... 66

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|-----|
| Lampiran 1. Skala Penelitian..... | 118 |
| Lampiran 2. Data Mentah Skala Penelitian..... | 121 |
| Lampiran 3. Data Dikotomik Skala Penelitian..... | 169 |
| Lampiran 4. Data Utama Skala Penelitian..... | 209 |
| Lampiran 5. Output Deskripsi Data..... | 215 |
| Lampiran 6. Output Hasil Korelasi Product Moment..... | 216 |
| Lampiran 7. Sistem Kredit Ekstra Kulikuler..... | 217 |
| Lampiran 8. Kartu Bimbingan Skripsi..... | 219 |
| Lampiran 9. Surat Izin Penelitian..... | 220 |
| Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian..... | 224 |
| Lampiran 11. Dokumentasi..... | 228 |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kebiasaan mengulur waktu dalam masyarakat Indonesia bukan menjadi sesuatu yang baru. Kedisiplinan yang kurang, mungkin itu suatu ungkapan yang “pas” dalam mensikapi problematika yang sesuai dengan keadaan tersebut.

Perilaku mengulur waktu dalam penyelesaian tugas atau pekerjaan di dalam literatur psikologi disebut dengan istilah prokrastinasi (*procrastination*). Menurut Ellis dan Knaus (1997) serta Green (1982), prokrastinasi merupakan pengabdian untuk memulai atau mengerjakan tugas ataupun kegiatan sampai dengan akhir batas waktu penyelesaian.

Prokrastinasi dapat terjadi pada berbagai jenis pekerjaan. Peterson (dalam Rizvi dkk, 1997) menyatakan bahwa individu dapat melakukan prokrastinasi hanya pada hal tertentu saja atau pada semua jenis hal pekerjaan. Jenis-jenis pekerjaan yang sering ditunda oleh prokrastinator diantaranya yaitu: tugas pembuatan keputusan, tugas-tugas rumah tangga, aktivitas akademik, dan pekerjaan kantor.

Bruno (1998) mengelompokkan jenis-jenis penundaan pekerjaan diatas menjadi prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non-akademik. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik (tugas

sekolah atau tugas khusus). Prokrastinasi non-akademik merupakan penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari (tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya (Ferrari dkk, 1995). Pada penelitian ini prokrastinasi yang akan dituju atau difokuskan adalah prokrastinasi akademik.

Kebiasaan menunda-nuda tidak hanya terjadi di Indonesia saja, diluar negeripun fenomena ini bukan merupakan suatu hal yang luar biasa. Hasil penelitian di luar negeri menunjukkan bahwa prokrastinasi terjadi disetiap bidang kehidupan, salah satunya dibidang akademik. Penelitian tentang prokrastinasi pada awalnya memang banyak terjadi dilingkungan akademik, Pada hasil survei majalah *New Statement* 26 Februari 1999 juga memperlihatkan bahwa kurang lebih 20% sampai 70% pelajar melakukan prokrastinasi (Yuanita, 2010 dalam Aliya & Hervi, 2011). Penelitian dari Bruno (dalam Hayyainah, 2004) mengungkapkan bahwa ada 60% individu memasukkan sikap menunda sebagai kebiasaan dalam hidup mereka.

Fenomena yang sering terjadi pada pelajar saat ini adalah banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal lain selain belajar. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang, jalan-jalan di *mall* atau plaza bersama teman-teman, menonton televisi hingga berjam-jam, kecanduan *game online* dan suka menunda waktu pekerjaan (Savira & Yudi, 2013). Selain itu juga dengan berkembangnya teknologi dan semakin banyak media sosial atau jejaring sosial yang digemari remaja Indonesia, seperti

Facebook, Twitter, Instagram, Youtube dan Kaskus. Membuat remaja semakin banyak membuang waktu untuk memposting aktivitasnya di jejaring sosial ketimbang mengerjakan pekerjaan rumah atau belajar.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar anggota masyarakat secara luas dan pelajar pada lingkungan yang lebih kecil, seperti sebagian pelajar disana. Sekitar 25% sampai dengan 75% dari pelajar melaporkan bahwa prokrastinasi merupakan salah satu masalah dalam lingkup akademis mereka (Ferrari, Keane, Wolf & Beck, 1998). Hasil pengamatan oleh Ghufron (2003), pada sebagian siswa SMA atau MA dan yang sederajat di Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa penundaan merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan remaja dalam menghadapi tugas-tugas mereka.

Menurut Zakarilya (2002) anak-anak usia sekolah, dari SD sampai SMA cenderung lebih banyak mengisi waktunya dengan bermain-main dan menonton televisi daripada belajar. Semangat belajar para remaja ini semakin lama semakin menipis dan kalah dengan keinginan untuk belajar. Beberapa fenomena lain yang ada menunjukkan bahwa anak-anak SMA justru menghindari kegiatan akademik-akademik dengan melakukan hal lain yang lebih negatif seperti menggunakan obat-obatan terlarang, merokok, minum-minuman keras, melakukan *free sex*, dan sebagainya (Suara mereka Cyber Media, 17 Juli 2006 dalam Tyta, 2007).

Sekolah Menengah Atas atau SMA adalah salah satu tempat pendidikan untuk dapat mengembangkan kemampuan yang dimiliki individu baik dalam segi kognitif, efektif maupun psikomotor melalui proses pembelajaran yang dilakukan disekolah. Hal tersebut diharapkan mampu menghasilkan generasi-generasi muda yang cerdas, kreatif, cekatan dan bertanggung jawab. Pada masa remaja, aspek afektif dan moral telah berkembang dan diharapkan remaja mampu mendukung menyelesaikan tugas-tugasnya. Piaget (dalam Santrock, 2007) memaparkan, masa remaja merupakan masa perkembangan dalam aspek kognitif yang sudah mencapai taraf operasi formal, sehingga aktivitas siswa SMA merupakan hasil dari berfikir logis. Berdasarkan pendapat tersebut maka seorang siswa SMA sudah mampu dianggap bertanggung jawa dalam menyelesaikan berbagai tugas tersebut yakni tugas akademik. Namun berdasarkan fakta dan realitas yang sering terjadi didalam bidang pendidikan bahwa siswa SMA masih mengalami masalah dalam menjalankan tugas-tugas akademik.

Ketika seorang pelajar tidak dapat memanfaatkan waktu dengan baik, banyak mengulur waktu untuk melakukan aktivitas lain dengan sengaja dan merasa aktivitas lain lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan sehingga tugas terbengkalai dan menyelesaikan tugas tidak maksimal maka dapat mengakibatkan kegagalan atau terlambatnya kesuksesan. Kegagalan atau kesuksesan individu sebenarnya bukan karena faktor intelegensi semata namun kebiasaan melakukan

penundaan terutama dalam penyelesaian tugas akademik yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik (Savira & Yudi, 2013).

Sudah banyak penelitian yang dilakukan terkait dengan fenomena prokrastinasi akademik. Dari penelitian tersebut ditemukan beberapa faktor yang berhubungan dengan prokrastinasi akademik. Flet, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992) menyatakan bahwa banyak peneliti yang mengatakan bahwa prokrastinasi akademik mempunyai hubungan dengan perfeksionisme, dimana ditemukan berbagai variasi hasil penelitian. Selain itu, Muhid (2009; dalam Aini dan Mahardayani, 2011) menyatakan bahwa prokrastinasi biasanya dipengaruhi oleh beberapa aspek seperti rendahnya *self-control*, *self-esteem*, *self-efficacy*, *self-conscious* dan juga kecemasan sosial. Berdasarkan hasil penelusuran melalui jurnal penelitian dan juga variabel-variabel yang muncul selama proses wawancara kepada siswa unggulan, peneliti memilih untuk fokus kepada variabel perfeksionisme dan *fear of failure* yang memang kecenderungannya lebih banyak terjadi pada siswa-siswa berbakat ataupun dalam hal ini adalah siswa unggulan.

Huelsman, Furr, Vicente dan Kennedy (2004) mendefinisikan perfeksionisme sebagai suatu hasrat untuk mencapai kesempurnaan dimana ditandai dengan perfeksionisme adaptif (*Concientius Perfectionism*) yang berasal dari internal individu dan perfeksionisme maladaptif (*Self-evaluate Perfectionism*) yang berasal dari eksternal individu. Perfeksionisme berujung kepada prokrastinasi akademik yang dapat menyebabkan juga perasaan takut terhadap kegagalan.

Takut terhadap kegagalan atau *fear of failure* adalah salah satu hal yang dapat menyebabkan seorang siswa melakukan penundaan. Takut gagal disini terkait dengan perasaan bersalah seorang prokrastinator apabila tidak mampu menyelesaikan sebuah tugas ataupun juga mencapai tujuan yang dikehendakinya. Perasaan takut akan kegagalan sendiri juga identik sebagai salah satu masalah yang sering muncul pada individu yang mempunyai kecenderungan perfeksionis (Onwuegbuzie, 2000).

Tuntutan dari lingkungan sekitar seperti orangtua dan guru yang selalu menginginkan hasil yang terbaik membuat siswa menjadi sangat peka terhadap kegagalan. Keadaan ini dapat membuat perasaan siswa menjadi tidak nyaman apabila pada saat ditengah-tengah penyelesaian tugas mereka merasa kesulitan untuk menyelesaikan tugas tersebut secara sempurna. Perasaan bersalah yang muncul sebagai akibat dari rasa peka yang berlebih terhadap kegagalan dapat membuat mereka memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas.

Tuckman (2003; dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono 2008) menyatakan bahwa seorang prokrastinator adalah individu yang gemar mencari kesenangan dan akan berusaha menghindari segala hal yang dapat memberi tekanan terhadap segala hal yang dapat memberi tekanan terhadap dirinya. Dengan begitu individu yang perfeksioni akan melakukan penghindaran dengan melakukan prokrastinasi sebagai bentuk *coping* terhadap segala runtutan dan tekanan yang mereka rasakan.

Ferrari menjelaskan seseorang yang dikatakan melakukan prokrastinasi akademik adalah ketika seseorang memiliki ciri-ciri menunda untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi, keterlambatan dan mengerjakan dalam mengerjakan tugas, kesengajaan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan (Ghufron & Rini, 2010).

Menurut Ferrari dan Morales (2007) juga menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik memberikan dampak yang negatif bagi para pelajar, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna. Prokrastinasi juga dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan etos kerja individu sehingga membuat kualitas individu menjadi rendah. Kerugian lain yang dihasilkan dari perilaku prokrastinasi menurut Solomon dan Rothblum (1984) adalah tugas tidak terselesaikan atau terselesaikan namun hasilnya tidak maksimal karena dikejar *deadline*.

Beberapa faktor-faktor menurut Ferrari (1995), yang mempengaruhi terjadinya perilaku prokrastinasi, seperti kelelahan, *self-efficacy*, tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang, rendahnya *self-control*, motivasi yang rendah dan kondisi lingkungan *lenient* (pengawasan rendah). Dari faktor-faktor tersebut dapat terjadi pada pelajar, seperti kelelahan dalam belajar karena tugas yang banyak atau padatnya jam belajar, tidak ada semangat untuk mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru dan juga seperti kecemasan sosial karena tekanan dari orang tua dan guru untuk mencapai

kesempurnaan atau perfeksionisme dalam mengerjakan tugas untuk mendapatkan nilai yang memuaskan, sehingga membuat siswa menjadi merasa takut akan kegagalan atau *fear of failure* yang akan dialaminya jika tidak seperti harapan yang lingkungannya inginkan.

Sebagai remaja, dunia berteman dan bergaul akan menjadi lebih penting daripada tekanan yang dialaminya, maka mereka akan lebih sering melakukan penundaan atau prokrastinasi. Untuk menghindari tugas yang diberikan kepadanya, karena mereka menganggap bermain dengan teman-teman lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang diberikan kepadanya. Hal ini didukung dengan hasil wawancara melalui aplikasi WhatsApp dengan siswa SMA di sekolah unggulan di Sidoarjo dan dengan pihak keluarga yang mengetahui kegiatan siswa setiap harinya, siswa SMA tersebut berinisial “A dan H” yang menyatakan bahwa dirinya sering bosan dengan kegiatan belajar yang fullday dan tugas yang sangat menumpuk dalam satu hari karena dalam sehari ada beberapa mata pelajaran yang semua guru mata pelajaran memberikannya tugas pekerjaan rumah, baik membuat makalah maupun tugas online lainnya. Dengan itu mereka kualahan dalam mengerjakan dalam sehari, sehingga mereka sering menunda dalam menyelesaikan tugas yang berikan oleh gurunya.

Mereka juga mengaku bahwa tugas yang diberikan lebih sering yang sulit daripada yang muda, padahal mereka sangat ingin mengerjakan tugas dengan sempurna karena mereka ingin mendapatkan nilai yang memuaskan, akan tetapi mereka ragu dengan hasil kerjaan mereka

walaupun terkadang sudah berusaha bertanya kepada temannya tapi keraguan itu masih mereka rasakan. Keragu-raguan yang mereka miliki inilah yang membuat mereka melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda proses mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya. Peneliti menanyakan juga apakah mereka pernah mengerjakan tugas dalam waktu semalam dan ternyata mereka juga pernah mengerjakan tugas dengan sistem kebut semalam walaupun terkadang hasilnya juga kurang memuaskan menurut mereka.

Hambatan lain yang mereka rasakan ternyata juga kendala dari sarana seperti laptop karena banyak tugas yang diberikan mengenai tugas internet atau tugas online lainnya jadi harus bolak-balik ke Warnet (Warung Internet) dengan temannya, itupun juga jika ada kendaraan yang digunakan ke Warnet karena jarak rumah dengan warnet juga lumayan jauh. Mereka melakukan itu semua disebabkan karena mereka takut akan mendapatkan nilai yang jelek atau tidak mendapatkan nilai tugas, karena mereka mengaku juga takut tidak naik kelas disebabkan guru BK (Bimbingan Konseling) disekolah sering menakut-nakuti jika sering tidak mengerjakan PR (Pekerjaan Rumah), maka mereka akan tidak di naikkan kelas. Ketakutan inilah yang membuat mereka ragu-ragu dalam mengerjakan tugas sehingga melakukan penundaan atau prokrastinasi.

Perfeksionisme berujung kepada prokrastinasi akademik yang dapat menyebabkan juga perasaan takut terhadap kegagalan. Takut terhadap kegagalan atau *fear of failure* adalah salah satu hal yang dapat

menyebabkan seorang siswa melakukan penundaan. Takut gagal disini terkait dengan perasaan bersalah seorang prokrastinator apabila tidak mampu menyelesaikan sebuah tugas ataupun juga mencapai tujuan yang dikehendakinya. Perasaan takut akan kegagalan sendiri juga identik sebagai salah satu masalah yang sering muncul pada individu yang mempunyai kecenderungan perfeksionis (Onwuegbuzie, 2000).

Fakta tersebut di atas sejalan dengan ciri-ciri individu yang melakukan prokrastinasi. Menurut Berkeley (Burka & Yuen, 1983) bahwa para prokrastinator memiliki masalah-masalah psikologis yang begitu kompleks antara lain pemberontakan terhadap aturan, tidak mampu bersikap tegas, ketakutan terhadap kegagalan atau kesuksesan, melihat tugas sebagai sesuatu yang aversif, perfeksionis, dan kemampuan yang berlebihan terhadap kompetensi diri.

Pada umumnya seorang siswa masuk SMA (Sekolah Menengah Atas) pada umur 15 tahun atau lebih. Dalam masa SMA di sekolah, siswa mulai memasuki tahap perkembangan remaja muda berdasarkan tahap perkembangan Papalia, Olds dan Feldman (2009). Pada siswa, bentuk tujuan yang dimaksud pada tahap ini dapat berupa prestasi yang baik atau lulus dari jenjang SMA agar dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi lagi serta mencapai karier yang sukses.

Siswa program sekolah unggulan normalnya akan menempuh pendidikan SMA dalam waktu tiga tahun atau enam semester, seorang siswa agar bisa mendapatkan nilai dan lulus dengan nilai yang

memuaskan. Tugas adalah salah satu proses penilaian yang dibutuhkan untuk mendapatkan nilai akhir dengan cara dirata-rata berdasarkan KTSP atau Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan yang digunakan, dibawah pengawasan atau pengarahan guru mata pelajaran dan guru wali kelas, untuk memenuhi kriteria-kriteria kualitas nilai yang sudah ditetapkan sesuai KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) dibidang mata pelajarannya masing-masing.

Dalam mengerjakan tugas, siswa terkadang menghadapi kendala-kendala yang menghambat proses penggerjaannya. Diantara hambatan yang ditemui oleh seorang siswa dalam mengerjakan tugas adalah prokrastansi. Prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja dalam mengerjakan atau menyelesaikan suatu tugas (Solomon & Rothblum, 1984). Prokrastinasi dapat menyebabkan seorang siswa terlambat atau membutuhkan waktu yang lebih lama dalam mengerjakan tugas, sehingga membuatnya mendapatkan nilai jelek atau tidak mendapatkan nilai karena belum mengerjakan tugas yang diembannya. Seorang siswa yang melakukan prokrastinasi akan menunda-nunda mengerjakan tugas walaupun terkadang tahu bahwa hal tersebut akan memperlambat proses pengeraaan tugas. Hal ini sesuai dengan pendapat Steel (2007) bahwa prokrastansi adalah penundaan yang dilakukan secara sengaja akan suatu tindakan meskipun mengetahui dampak yang ditimbulkan dari penundaan tersebut.

Prokrastinasi menjadi kebiasaan umum yang dialami siswa dalam mengerjakan tugas. Dari jenjang SD hingga SMA juga pernah mengalami prokrastinasi dalam mengerjakan tugas, baik siswa dari kelas regular maupun unggulan juga pernah mengalami prokrastinasi. Terbukti dari beberapa siswa kelas unggulan di SMA Sidoarjo yang melakukan prokrastinasi, mereka mengaku bahwa sering mengalami prokrastinasi karena mengalami beberapa kendala seperti kurangnya minat dengan mata pelajarannya, kurangnya pemahaman dalam materi yang telah diberikan, sulitnya proses mengerjakan tugas yang rumit seperti praktik dan lain-lain.

Penelitian yang dilakukan oleh Michinov, Brunot, Bohec, Jacques, Juhel dan Delaval (2011) menemukan bahwa prestasi atau performa akademis memiliki hubungan dengan prokrastinasi. Prokrastinasi dapat membuat performa akademis menjadi buruk. Tuckman (Morales, 2007) menjelaskan prokrastinasi lebih cenderung memiliki peringkat yang lebih rendah. McCloskey (2011) juga menyebutkan bahwa prokrastinasi akademis berhubungan negatif dengan peringkat sekolah. Meskipun SMA Sidoarjo memiliki prestasi yang baik, akan tetapi siswanya masih ada yang melakukan prokrastinasi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui prokrastinasi pada siswa SMA di Sidoarjo.

Sebelumnya sudah terdapat penelitian mengenai hubungan antara fear of failure dan prokrastinasi (Fatimah, Lukman, Khairudin, Shahrazhad & Halim, 2011) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara fear of failure dengan prokrastinasi. Penelitian tentang

pengaruh perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi yang dilakukan di Surabaya oleh Nicky Yudha Ananda dan Endah Mastuti (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada siswa program akselerasi.

Meskipun demikian, penelitian tersebut dilakukan hanya dalam satu kontek secara umum dan tujuan populasinya juga terbatas pada siswa program akselerasi. Penelitian tersebut hanya meneliti satu komponen saja yakni perfeksionisme dengan prokrastinasi dan *fear of failure* dengan prokrastinasi. Sedangkan penelitian ini lebih spesifik untuk meneliti perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi pada siswa unggulan di Sidoarjo. Penelitian ini juga spesifik untuk meneliti prokrastinasi pada siswa kelas unggulan di SMA Sidoarjo dalam mengerjakan tugas akademiknya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?
 2. Apakah ada hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?
 3. Apakah ada hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan, rumusan masalah dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, maka tujuan dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?
 2. Untuk mengetahui hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?
 3. Untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan?

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan, rumusan masalah dan tujuan penelitian serta penelitian yang dilakukan sebelumnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis:

- ### a. Manfaat teoritis

Secara teoritis data hasil penelitian mengenai hubungan perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan di Sidoarjo, memberikan sumbangan informasi dan kontribusi pada mahasiswa untuk memperkaya ilmu pengetahuan di dalam ruang lingkup ilmu psikologi baik psikologi klinis, perkembangan, industri, agama. Akan tetapi khususnya di bidang psikologi pendidikan.

b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan terkait perfeksionisme, *fear of failure*, dan prokrastinasi akademik. Secara khusus, dalam tataran praktis diharapkan penelitian ini mampu memberikan manfaat antara lain:

1) Bagi siswa

Bagi siswa yang mendapatkan tekanan dari sekolah untuk tidak menjadikan hal tersebut sebagai tekanan melainkan menjadikan tuntutan akademik sebagai motivasi untuk melangkah maju meraih kesuksesan. Dan dapat mengurangi prokrastinasi akademik agar menjadi semakin semangat dalam meraih kesuksesan.

2) Bagi orang tua

Bagi orang tua untuk tidak menjadikan tuntutan akademik dari sekolah anak menjadi tekanan untuk anak agar anak tidak menjadi semakin tertekan sehingga timbulah prokrastinasi akademik dalam melakukan tugas-tugas akademik yang diberikannya.

3) Bagi tenaga pengajar

Bagi tenaga pengajar agar memberi motivasi dengan baik dan tidak terlalu menuntut terlalu tinggi untuk siswanya, dan mengarahkan siswanya untuk semangat mengerjakan tugas akademiknya tanpa bermalas-malasan.

E. Keaslian Penelitian

Terdapat dua penelitian terdahulu yang membahas prokrastinasi akademik di Fakultas Psikologi Universitas Surabaya (Fpsi.U) yang menjadi *setting* penelitian kali ini. Pertama, Kingofong (2004) yang berfokus penghambat skripsi, membahas prokrastinasi akademik sebagai hambatan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Kedua, melalui penelitian kualitatif dipaparkan bagaimana gambaran psikologis seorang prokrastinasi (Pahala, 2004).

Adapun penelitian ini membahas hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik dalam proses penyelesaian skripsi mahasiswa, karena berbagai penelitian terdahulu tentang perfeksionisme dan prokrastinasi menghasilkan simpulan yang bervariasi. Pada penelitian yang tidak mendukung hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik dikatakan lemahnya atau tidak adanya korelasi perfeksionisme dan prokrastinasi. Sebaliknya, penelitian yang mendukung hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik mengatakan bahwa ada korelasi antara perfeksionisme dan prokrastinasi.

Onwuegbuzie dan Jiao (2000) mengatakan bahwa ada beberapa penelitian yang menunjukkan kaitan antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme dalam usaha untuk menghasilkan sesuatu yang sempurna. Hal ini merupakan kecenderungan dari *Self-Oriented Perfectionism*. Adapun seseorang yang ingin menunjukkan kesan pada orang lain melalui

usaha yang dilakukannya, yang berkenaan dengan *Socially Prescribed Perfectionism*.

Onwuegbuzie dan Jiao juga menemukan bahwa hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *Library Anxiety* dimensi oleh tingkat perfeksionisme atau sebaliknya. Relasi antara perfeksionisme dan *Library Anxiety* dimensi oleh prokrastinasi akademik. Perfeksionis menurut segalanya serba sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistik (Gordon, 2003). Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar yang tinggi.

Haycock (sitat dalam Steel, 2003) mengatakan hanya 7% orang yang melaporkan perfeksionisme memberi kontribusi pada prokrastinasi mereka. MacNaughton (2001) menunjukkan bahwa perfeksionisme dan prokrastinasi berhubungan melalui *socially prescribed perfectionism*. Keen (2007) menemukan bahwa 66% siswa di tingkat 6, 14,3% siswa di tingkat 7, dan 27,3% siswa di tingkat 8 yang memiliki *socially prescribed perfectionism* juga memiliki kecenderungan prokrastinasi yang sangat tinggi.

Perfeksionisme itu sendiri dapat dipahami melalui tiga dimensi, yaitu *self-oriented perfectionism*, *other-oriented perfectionism*, dan *Socially prescribed perfectionism* (Hewitt, 2004; Hewitt & Flett, disitat dari Pingree, 1999). *Self-oriented perfectionism* dicirikan dengan membuat standar dan tujuan yang kaku untuk diri sendiri dan kecenderungan untuk

berusaha keras mencapai kesempurnaan sementara berusaha untuk menghindari kegagalan. *Other-oriented perfectionism* difokuskan pada keyakinan dan harapan seseorang terhadap kemampuan orang lain. Yang ditekankan adalah orang lain harus menjadi sempurna dan memiliki standar yang tidak realistik terhadap orang lain. *Socially prescribed perfectionism* merupakan pemenuhan kebutuhan untuk mencapai standar dan harapan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya, terutama yang ditentukan oleh significant other (orangtua, sekolah, masyarakat maupun lingkungan yang lain).

Flett, Balnkstein, Hewitt, Koledin (1992) dan Martin (sitat dalam Seipal & Apigian, 2005) menemukan aspek-aspek tertentu dari perfeksionisme yang dapat mengarahkan kepada tujuan yang tidak dapat dicapai dan mengarah pada prokrastinasi. Hal ini terlihat dalam salah satu skala pengukuran perfeksionisme yaitu *Almost Perfect Scale* yang memiliki 4 butir berkaitan dengan prokrastinasi (Slaney, Ashby, & Trippi, disitat dalam Steel, 2003). Stober dan Joormann (2001) menemukan bahwa kekhawatiran negatif memiliki korelasi dengan perfeksionisme dan prokrastinasi. Perfeksionis yang sangat peduli dengan kesalahan dan keragu-raguan yang berlebihan, ikut bertanggungjawab membentuk *worrier's procrastinator*.

Akmal, Arlinkasari & Fitriani (2017) pernah melakukan penelitian dengan menggunakan tema yang sama yakni dengan mengangkat judul *“Hope of Success and Fear of Failure Predicting Academic*

Procrastination Students Who Working on a Thesis. Dengan hasil penelitian The hope of success can decrease academic procrastination, while fear of failure can improve it. Thus, interventions to reduce academic procrastination can be delivered by increasing students hope of success”

Artinya ketika harapan untuk sukses tinggi maka hal itu akan mengurangi prokrastinasi pada mahasiswa. Sama halnya dengan penelitian Sebastian (2013) yang mengaitkan *fear of failure* dengan prokrastinasi, yang berjudul *never be afraid* hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik, dan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi.

Tidak jauh berbeda dengan penelitian diatas, Setyadi & Mastuti (2014) juga melakukan penelitian tentang *fear of failure* dengan judul pengaruh *fear of failure* dan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang berasal dari program akselerasi hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara *fear of failure* dan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Airlangga yang berasal dari program akselerasi.

Sah (2014) juga meneliti tentang *fear of failure* dengan judul penelitian tentang hubungan *locus of control* dan ketakutan akan kegagalan dengan perilaku menyontek pada siswa. . Hasil analisis diketahui terdapat hubungan yang positif signifikan antara *locus of control*

dan ketakutan akan kegagalan dengan perilaku menyontek. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis regresi berganda, *stepwise*, dan *chow test*. Sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 187 siswa kelas XI SMK Negeri 1 Miri Kab. Sragen.

Kiswanto (2017) meneliti tentang karakteristik rasa takut gagal (*fear of failure*) pada young entrepreneurial berdasarkan minat karier mahasiswa. Namun penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif naratif dengan pendekatan fenomenologis dan dilakukan terhadap mahasiswa anggota dari Himpunan Pengusaha Muda Indonesia Universitas Pendidikan Indonesia (HIPMI UPI). Ahyani & Asmarani (2012) meneliti tentang kecemasan akan kegagalan, dukungan orangtua, dan motivasi belajar pada siswa di pesantren.

Analisis data dengan menggunakan Analisis Regresi (Anareg) Dua Prediktor. Hasil penelitiannya menunjukkan hubungan positif yang sangat signifikan antara kecemasan akan kegagalan dan dukungan orang tua dengan motivasi belajar siswa yang berada di pondok pesantren MA NU Banat Kudus dan MA Muhammadiyah Kudus. Artinya yaitu semakin tinggi kecemasan akan kegagalan dan dukungan orangtua, maka semakin tinggi pula motivasi belajar. Semakin rendah kecemasan individu akan kegagalan dan dukungan orangtua, maka semakin rendah pula motivasi belajar individu.

Steel (2003) menemukan bahwa perfeksionisme tidak berkorelasi secara signifikan dengan prokrastinasi. Hanya *other-oriented*

perfectionism yang berkaitan dengan prokrastinasi walalupun korelasinya sangat lemah. Hasil temuan yang dikemukakan oleh Steel (2002; 2003; 2005) menimbulkan kritik dari peneliti lainnya.

Pychyl (sitat dalam Ravn, 2007) menyebutkan bahwa saat ini sudah mulai banyak penelitian yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara perfeksionism dan prokrastinasi. Baik prokrastinator dan non-prokrastinator adalah perfeksionis dengan alasan yang berbeda (Ferrari, disatit dalam Ravn, 2007). Variasi hasil penelitian inilah yang menimbulkan rasa keingintahuan peneliti akan hubungan perfeksionisme dan fear of failure dengan prokrastinasi akademik, tepatnya dikalangan siswa kelas unggulan.

Sehingga perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian ini menggunakan subyek siswa kelas unggulan, dan variabel yang digunakan ada tiga yaitu Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* terhadap Prokrastinasi. Kemudian analisis yang digunakan menggunakan analisis regresi ganda.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. PROKRASTINASI

1. Pengertian Prokrastinasi

Menurut Lay (sitat dalam LaForge, 2005) prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan atau kurang menarik (Schafer, disitat dalam Pahala, 2004). Steel (2002) mengatakan bahwa prokrastinasi bukan saja komponen dari menunda, tetapi juga menunda tugas yang terjadwal, yang prioritas atau yang penting untuk dilakukan. Seseorang akan menunda tugas dengan prioritas tinggi jika tersedia perilaku lain yang memberikan reward dengan segera dan kerugian yang rendah.

Steel (2005a) menuliskan definisi prokrastinasi sebagai “*To voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay.*” Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik. Banyak penelitian yang dilakukan beberapa tahun terakhir yang menunjukkan bahwa

prokrastinasi adalah masalah umum terjadi di dunia akademik (Ellis & Knaus, dalam LaForge, 2005).

Prokrastinasi merupakan kecenderungan irasional untuk menunda tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan hingga memunculkan ketidaknyamanan pada diri individu (Solomon dan Rothblum, 1984). Salah satu bentuk dari prokrastinasi yaitu prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang dilakukan pada tugas-tugas formal yang berhubungan dengan lingkup akademik (Ferrari, dkk., 1995).

Ellis dan Knaus (1977, dalam Solomon & Rothblum, 1984) memperkirakan bahwa 95% siswa melakukan prokrastinasi. Tidak hanya siswa secara umum, siswa berbakat juga cenderung melakukan prokrastinasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Islak (2011) yang menyatakan bahwa siswa berbakat dan bertalenta di salah satu universitas di Texas melakukan prokrastinasi. Berdasarkan hasil *self-report*, Van Eerde (2003; dalam Islak, 2011) menyatakan bahwa siswa berbakat seringkali kurang berprestasi karena sering meninggalkantugas-tugas yang rumit hingga menit-menitakhir. Beberapa siswa menikmati tantanganmengerjakan tugas pada menit-menit terakhirnamun bagaimanapun hal tersebut tidak akanmembuat mereka mencapai hasil yang optimal.

Steel (2005) menuliskan definisi prokrastinasi sebagai “To voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay.” Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting untuk dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik.

Banyak penelitian yang telah dilakukan dalam beberapa tahun terakhir yang menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah yang lebih umum terjadi di Indonesia akademis (Ellis & Knaus, disitat dalam LaForge, 2005). Komitmen, tenggat waktu, dan jadwal merupakan karakteristik aktivitas individu sehari-hari dalam berbagai area. Froelich (sitat dalam Steel, 2007) menyebutkan ada 6 area masalah prokrastinasi, yaitu area rumah tangga, keuangan, personal, sosial, pekerjaan dan sekolah.

Dalam ruang lingkup rumah tangga, misalnya, seorang pembantu rumah tangga yang menunda pekerjaan seperti menunda mencuci piring sehingga menyebabkan cucian menumpuk. Dalam ruang lingkup pekerjaan, misalnya, seorang sekretaris yang menunda pembuatan laporan, sehingga laporan tersebut tidak dapat terselesaikan tepat waktu. Dalam ruang lingkup sekolah atau akademik, misalnya, siswa yang menunda pengerjaan tugas sehingga menunda kelulusan tepat waktu.

Dari beberapa pengertian yang terpaparkan sebelumnya, ditarik kesimpulan mengenai prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan hasil kombinasi dari beberapa pendapat tokoh, yakni:

- a) Ketidakpercayaan akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas (Bandura, disitat dalam Tuckman, 1998).
 - b) Ketidakmampuan untuk menunda kesenangan.
 - c) Menyalahkan sesuatu di luar dirinya untuk kesalahan yang dilakukan (Ellis & Knaus; Tuckman, disitat dalam Tuckman, 1998).

2. Aspek-Aspek Prokrastinasi

Ferrary dkk & Steel (1995) menunjukkan bahwa yang terpenting dalam aspek-aspek prokrastinasi akademik adalah:

- a) Gagal mencapai Deadline (Perceived Time)
 - b) Kesenjangan antara Rencana dan Kinerja (Intention Action Gap)
 - c) Rasa tertekan saat menunda tugas (Emotional Diistress)
 - d) Persepsi terhadap kemampuan (Perceived Ability)

Tuckman (1990), salah satu ahli yang mengembangkan alat ukur prokrastinasi, membahas perilaku prokrastinasi dari tiga aspek yakni:

- a) Penggambaran diri secara umum terhadap kecenderungan untuk menunda atau berhenti mengerjakan sesuatu (misal: *ketika saya punya deadline, saya akan tunggu sampai menit terakhir*).

- b) Kecenderungan mengalami kesulitan untuk mengerjakan hal yang tidak disukai, dan jika mungkin, menghindari atau mengelak hal yang tidak disukai tersebut (misal: *saya melihat celah atau jalan pintas untuk menghindari tugas yang berat*).
 - c) Kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas keadaan buruk yang dialaminya (misal: *saya percaya bahwa orang lain tidak berhak untuk memberi saya deadline*).

Ferrari, dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, aspek-aspek tersebut berupa:

- a. *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaiakannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

b. *Intention-action*. Celaah antara keinginan dan tindakan.

Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu.

seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah prokrastinator tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba prokrastinator tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah prokrastinator rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

- c. *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi.

Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

- d. *Perceived ability*, atau keyakinan terhadap kemampuan diri.

Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

3. Faktor-Faktor Prokrastinasi

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

- a. Faktor internal, yaitu faktor-faktor yang ada pada diri individu yang melakukan prokrastinasi, meliputi:

- 1) Kondisi fisik individu.

Faktor dari dalam yang turut mempengaruhi prokrastinasi pada individu adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan seseorang.

- 2) Kondisi psikologis individu.

Millgran dan Tenne menemukan bahwa kepribadian khususnya ciri kepribadian mempengaruhi seberapa banyak orang melakukan prokrastinasi.

b. Faktor eksternal, yaitu faktor-faktor yang terdapat diluar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. Faktor itu antara lain:

- 1) Gaya pengasuhan orang tua.

Hasil penelitian Ferrari menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi.

- 2) Kondisi lingkungan.

Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan. Pergaulan siswa pun turut mempengaruhinya.

Di samping itu faktor-faktor lain yang menyebabkan timbulnya prokrastinasi akademik, antara lain:

- a. Problem Time Management.

Lakein mengatakan bahwa manajemen waktu melibatkan proses menentukan kebutuhan (*determining needs*), menetapkan tujuan untuk mencapai kebutuhan (*goal setting*), memprioritaskan dan merencanakan (*planning*) tugas yang diperlukan untuk mencapai tujuan. Sebagian besar prokrastinator memiliki masalah dengan manajemen waktu. Steel menambahkan bahwa kemampuan estimasi waktu yang

buruk dapat dikatakan sebagai prokrastinasi jika tindakan itu dilakukan dengan sengaja.

b. Penetapan Prioritas

Hal ini penting agar kita bisa menangani semua masalah atau tugas secara runtut sesuai dengan kepentingannya. Hal ini tidak diperhatikan oleh siswa pelaku prokrastinasi, sebagai siswa prioritas mereka harusnya adalah belajar tapi nyatanya mereka lebih memilih aktifitas lain yang kurang bermanfaat bagi kelangsungan proses belajar mereka.

c. Karakteristik Tugas.

Adalah bagaimana karakter atau sifat tugas sekolah atau pelajaran yang akan diujikan tersebut. Jika terlalu sulit, cenderung siswa akan menunda mengerjakan tugas atau menunda mempelajari mata pelajaran tersebut. Hal ini juga dipengaruhi motivasi baik intrinsik maupun ekstrinsik siswa.

d. Karakter Individu.

Karakter disini mencakup kurang percaya diri, moody dan irrasional. Orang yang cenderung menunda pekerjaan jika kurang percaya diri dalam melaksanakan pekerjaan tersebut ia takut terjadi kesalahan. Siswa yang berkarakter moody merupakan orang yang hampir sering menunda pekerjaan. Burka dan Yuen menegaskan kembali dengan menyebutkan adanya aspek irrasional yang dimiliki seorang prokrastinator.

Mereka memiliki pandangan bahwa suatu tugas harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga dia merasa lebih aman untuk tidak mengerjakannya dengan segera karena itu akan menghasilkan sesuatu yang kurang maksimal.

Berkembangnya perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Empat faktor utama yang mendukung perilaku prokrastinasi menurut Steel (2003) antara lain sebagai berikut:

1) Fenomenologi prokrastinasi.

Ini adalah *intended-action gap, mood* dan kinerja (Steel, 2003). Orang yang melakukan prokrastinasi pada awalnya tidak bermaksud untuk menunda. Ia memiliki niat untuk menyelesaikan tugas, tetapi kemudian ia menundanya. Seseorang menghindari cemas dan meningkatkan kerja dengan melakukan prokrastinasi. Dengan melakukan prokrastinasi, mereka dapat mengeluarkan seluruh kemampuan fisik dan kognitif ketika tengat waktu mendekat.

2) Karakteristik tugas.

Karakteristik tugas dalam prokrastinasi dibagi menjadi 2, yaitu:

a) Waktu pemberian reward dan punishment.

Samuel Johnson (sitat dalam Steel, 2003) mendapat bahwa *temporal proximity* sebagai penyebab alami prokrastinasi. Prokrastinasi akan

menurun ketika tugas semakin dekat (*temporal proximity*). Menurut Samuel, *temporal proximity* sebagai “*to be most solicitous for that which is by its nearness enabled to make the strongest impressions.*” yang artinya kecemasan yang paling besar saat-saat terakhir menimbulkan kesan kuat.

b) *Task aversiveness.*

Banyak hal yang dapat membuat orang menunda mengerjakan tugas. Ketika suatu tugas dirasa tidak menyenangkan, orang cenderung menghindari tugas yang aversif tersebut. Hal inilah yang disebut dengan *task aversiveness*.

3) Perbedaan Individual.

Steel (2003) meneliti 5 tipe kepribadian, yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness*, *Openness to experience*, dan *Conscientiousness*. Tipe kepribadian *openness to experience* tidak berkorelasi dengan prokrastinasi, sedangkan *agreeableness* memiliki korelasi negatif dengan prokrastinasi. Tipe kepribadian *conscientiousness* merupakan prediktor negatif terkuat terhadap perilaku prokrastinasi. Komponen *impulsiveness* dari tipe kepribadian *extraversion* juga dipercaya memainkan peran dalam perilaku prokrastinasi.

Dari studi literatur yang dilakukan beberapa peneliti, disimpulkan bahwa *neuroticism* adalah sumber utama prokrastinasi. Peneliti berpendapat bahwa orang melakukan prokrastinasi pada tugas karena mereka aversif atau penuh tekanan dan orang yang sering merasakan pengalaman stres akan melakukan prokrastinasi lebih banyak. Namun, Steel (2003) menemukan hasil korelasi yang lemah antara *neuroticism* dan prokrastinasi, kecuali *self-efficacy* memiliki korelasi negatif yang kuat dengan prokrastinasi.

4) Demografi.

Munculnya perilaku prokrastinasi di populasi tidak hanya disebabkan oleh sifat-sifat kepribadian saja, penelitian telah memperkirakan faktor demografi dari prokrastinasi. Seharusnya prokrastinasi menurun saat seseorang menjadi lebih berumur dan telah belajar dari pengalaman.

Faktor lainnya adalah pola atribut seseorang LaForge (2005) meneliti prokrastinasi akademik pada siswa bisnis dengan metode *explanatory style*. *Explanatory style* adalah variabel kognitif kepribadian yang dikenali dalam *learned helplessness* dan depresi, yang diukur dari respon seseorang terhadap kejadian negatif. Umumnya, *explanatory style* menggunakan istilah atribut dan merujuk pada karakter seseorang dalam menjelaskan kejadian negatif dalam 3 dimensi kausalitas: *locus* (internal atau eksternal), *stability* (stabil atau

tidak stabil), dan *globality* (global atau spesifik) (Peter & Seligman, disitat dalam LaForge, 2005).

Hasil penelitian LaForge (2005) menunjukkan bahwa pesimistik yang berupa *locus* (internal), *stability* (stabil) dan *globality* (global) terhadap kejadian yang buruk, tidak memiliki peran dalam munculnya perilaku prokrastinasi. Tetapi, subyek yang cenderung menyalahkan diri sendiri terhadap hasil akademik yang rendah, menunjukkan tingginya prokrastinasi dibandingkan dengan yang menyalahkan orang lain atau peristiwa. Subyek yang merasa stresor yang mereka hadapi dapat dikontrol memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi, dibandingkan dengan subyek yang merasa stresor yang mereka hadapi tidak terkontrol. Dari hasil analisis regresi ditemukan bahwa *controllability* merupakan prediktor positif prokrastinasi, yaitu semakin terkontrolnya suatu kejadian negatif, semakin meningkat perilaku prokrastinasi. Adapun tingkat kepentingan suatu kejadian negatif menjadi prediktor negatif prokrastinasi, yaitu semakin tidak penting suatu kejadian negatif, semakin meningkat perilaku prokrastinasi.

Faktor lain yang memengaruhi perilaku prokrastinasi adalah rasionalisasi. Tuckman (2002) melakukan penelitian tentang dukungan kognitif terhadap perilaku prokrastinasi yaitu berupa rasionalisasi. Rasionalisasi merupakan pikiran yang membantu prokrastinator untuk melakukan penundaan secara logis. Pikiran

demikian berupa *wishfull thinking* yaitu prokrastinasi mengharapkan hasil yang positif dari perilaku yang disfungsional, seperti perilaku menunda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan prokrastinasi pada tingkat yang rendah kurang menggunakan rasionalisasi, dibandingkan dengan tingkat prokrastinasi yang sedang sampai tinggi. Sementara tingkat prokrastinasi yang sedang dan tinggi tidak berbeda secara signifikan. Rasionalisasi yg paling signifikan digunakan oleh prokrastinasi adalah “Saya sulit memulai,” “Saya menunggu waktu yang tepat untuk melakukannya,” “Saya tahu saya dapat menyelesaiannya di menit terakhir.”

4. Jenis-Jenis Tugas Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi dapat dilakukan pada beberapa jenis pekerjaan. Peterson mengatakan bahwa seseorang dapat melakukan penundaan hanya pada hal-hal tertentu saja atau pada semua hal. Sedang jenis-jenis tugas yang sering ditunda oleh prokrastinator yaitu pada tugas pembuatan keputusan, aktivitas akademik, tugas rumah tangga dan pekerjaan kantor. Istilah yang sering digunakan para ahli untuk membagi jenis-jenis tugas tersebut adalah prokrastinasi akademik dan non akademik.

Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah, tugas kursus dan tugas kuliah. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non

formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan sebagainya.

Dalam hal ini yang menjadi subyek adalah siswa sekolah sehingga selanjutnya dalam penelitian ini yang dibahas adalah prokrastinasi akademik. Solomon dan Rothblum membagi enam area akademik dimana biasa terjadi prokrastinasi pada pelajar. Enam area akademik tersebut, yaitu:

- a. Tugas menulis, contohnya antara lain keengganan dan penundaan pelajar dalam melaksanakan kewajiban menulis makalah, laporan, dan tugas menulis lainnya.
- b. Belajar menghadapi ujian, contohnya pelajar melakukan penundaan belajar ketika menghadapi ujian, baik ujian tengah semester, ujian akhir semester, kuis-kuis, maupun ujian yang lain.
- c. Tugas membaca per minggu, contohnya antara lain penundaan dan keengganan pelajar membaca buku referensi atau literatur-literatur yang berhubungan dengan tugas sekolahnya.
- d. Tugas administratif, meliputi penundaan pengeroaan dan penyelesaian tugas-tugas administratif, seperti menyalin catatan materi pelajaran, membayar SPP, mengisi daftar hadir (presensi) sekolah, presensi praktikum, dan lain-lain.

- e. Menghadiri pertemuan, antara lain penundaan dan keterlambatan dalam masuk sekolah, praktikum dan pertemuan lainnya.
 - f. Tugas akademik pada umumnya, yaitu penundaan pelajar dalam mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademik lainnya secara umum.

B. PERFEKSIONISME

1. Pengertian Perfeksionisme

Murray (sitat dalam Alwisol, 2004) menambahkan seseorang yang mengalami icarus *complex*, akan memasang tujuan terlalu tinggi dan mengembangkan ambisi yang berlebihan. Pemikiran ini merujuk pada kecenderungan individu untuk mengevaluasi kualitas pribadi diri sendiri secara ekstrem. Pemikiran “Bila saya begini maka saya bukan apa-apa sama sekali” merupakan dasar dari perfeksionisme yang menurut kesempurnaan. Perfeksionisme merupakan salah satu hasil dari distorsi kognitif (Burns, disatit dalam Wulandari, 2002). Seorang perfeksionis melihat dunianya sebagai *all or nothing*, hitam atau putih.

Mereka meraih kesempurnaan dengan membangun seperangkat “keharusan” dan “ketidakharusan” yang kompleks. Ini yang kemudian dinamakan oleh Horney “*tyranny of the should.*” Berjuang menuju gambaran kesempurnaan yang khayal, mereka secara tidak sadar mengatakan kepada dirinya sendiri “Lupakan bahwa kamu itu nyatanya makhluk yang memalukan, inilah bagaimana kamu yang

seharusnya.” Pemikiran ini menyebabkan individu takut terhadap kesalahan atau ketidak sempurnaan apapun, sehingga untuk selanjutnya individu akan memandang dirinya sebagai pribadi yang kalah total dan individu akan merasa tidak berdaya.

Seseorang membuat standar yang sangat tinggi untuk perlakunya, misalnya mencoba untuk menjadi suami atau istri atau teman yang sempurna. Penyimpangan dari standar ini akan menyebabkan *self-criticism*, mempengaruhi *mood*, dan mengganggu relasi yang berusaha dipertahankan. Perfeksionis menciptakan pikiran yang tidak realistik dan tekanan yang sebenarnya membuatnya menderita. Pikiran tersebut adalah (Romas & Sarma disitat dalam Pahala, 2004):

- a) Saya harus sempurna untuk setiap apa yang saya kerjakan.
 - b) Saya seharusnya tidak membuat kesalahan, demikian pula orang lain.
 - c) Saya berusaha keras untuk melakukan yang benar, saya pantas terhindar dari frustasi dan kesulitan hidup.
 - d) Selalu ada satu cara yang benar untuk menyelesaikan sesuatu.
 - e) Jika saya melakukan kesalahan maka hancurlah segalanya.
 - f) Bilamana seseorang tidak melakukan sebagaimana seharusnya mereka lakukan, mereka adalah manusia yang buruk
 - g) Jika saya tidak melakukannya dengan sempurna, saya pantas menghukum diri sendiri.

- h) jika saat ini saya tidak melakukan dengan sempurna, maka saya harus bisa sempurna di lain waktu.
 - i) Saya harus sempurna atau saya seorang yang gagal.

Jadi pikiran seorang perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

Hewit dan Flett (Silverman dalam Peters, 1996) mendefinisikan perfeksionisme sebagai konsep yang memfokuskan multidimensi dari aspek interpersonal perfeksionisme yang meliputi *self-orientation, other orientation, socially prescribed*.

Berdasarkan atas berbagai definisi mengenai perfeksionisme tersebut maka dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme terbagi dalam dua definisi, yaitu positif dan negatif. Perfeksionisme positif adalah seseorang yang memperoleh perasaan kesenangan atau kenikmatan yang sangat nyata dari usaha kerja yang sungguh-sungguh sesuai standar pribadi, standar orang lain, dan harapan orang lain yang diwujudkan dalam sikap adanya kebutuhan yang kuat untuk tertib dan teratur, menunjukkan penerimaan diri terhadap kesalahan, menikmati harapan tinggi orang tua, menunjukkan *coping* positif terhadap tendensi perfeksionisme, mempunyai model peran yang mampu menekankan untuk selalu melakukan yang terbaik, dan menunjukkan usaha diri sendiri untuk mendapatkan kesempurnaan.

Perfeksionisme negatif adalah sikap tidak dapat merasakan kepuasan sesuai standar pribadi bagi diri sendiri dan orang lain serta merasa orang lain mempunyai harapan kesempurnaan yang tinggi bagi dirinya, terwujud dalam sikap keprihatinan berlebih pada kesalahan, keragu-raguan dalam bertindak, ketakutan akan kegagalan, ketakutan tidak dapat menikmati hidupnya, pemikiran satu-atau-tidak-satupun, dan kecanduan kerja, cemas, dan tidak mampu *coping* secara positif.

2. Aspek-Aspek Perfektionisme

Hill, Huelsman, Furr, Kibler, Vicente, & Kennedy, (2004), menunjukkan bahwa dalam aspek yang diberikan dalam mengukur perfeksionisme oleh Flett dan Hewitt dan juga Frost, terdapat banyak kesamaan. Dengan menggabungkan aspek-aspek dari Flett dan Hewitt serta Frost, lalu menambahkan beberapa indikator, Hill er al. Mengembangkan suatu pengukuran baru terhadap perfeksionisme, yaitu *the perfectionism inventory*, yang terdiri atas delapan aspek. Perpaduan yang baik antara kedua *Multidimensional Perfectionism Scale* dari Flett dan Hewitt serta Frost memberikan suatu pengukuran baru terhadap perfeksionisme yang lebih lengkap dan kaya.

Maka aspek perfeksionisme menurut Hill et.al. (2004) yang mengembangkan suatu pengukuran baru terhadap perfeksionisme, yaitu *the perfectionism inventory* yang terdiri dari delapan aspek perfeksionisme:

- a. Ruminasi (*Rumination*)
 - b. Membutuhkan persetujuan (*Need for approval*)
 - c. Memikirkan kesalahan (*Concern over mistakes*)
 - d. Penuh perencanaan (*Planfulness*)
 - e. Tekanan orangtua yang dirasakan (*Perceived parent pressure*)
 - f. Dorongan untuk hasil sangat baik (*Striving for excellence*)
 - g. Standar tinggi untuk orang lain (*High standard for others*)
 - h. Keteraturan (*Organization*)

Flett, Balnkstein, Hewitt, Koledin (1992) dan Martin (satit dalam Seipal & Apigian, 2005) menemukan aspek-aspek tertentu dari perfeksionisme yang dapat mengarahkan kepada tujuan yang tidak dapat dicapai dan mengarah pada prokrastinasi. Hal ini terlihat dalam salah satu skala pengukuran perfeksionisme yaitu *Almost Perfect Scale* yang memiliki 4 butir berkaitan dengan prokrastinasi (Slaney, Ashby, & Trippi, disitat dalam Steel, 2003). Stober dan Joormann (2001) menemukan bahwa kekhawatiran memiliki korelasi dengan perfeksionisme dan prokrastinasi. Perfeksionis yang sangat peduli dengan kesalahan dan keragu-raguan yang berlebihan, ikut bertanggungjawab membentuk *worrier's procrastinator*.

Ada berbagai macam aspek perfeksionisme. Para peneliti terdahulu telah menyebutkan lebih dari 20 aspek perfeksionisme (Fletcher, 2005), namun Hewitt dan Flett (sitat dalam Schouwenburg, Lay, Pychyl, & Ferrari, 2004; Ferrari, Johnson, & McCown, 1995) membagi 3 aspek, yaitu:

- a. *Self-oriented perfectionist.*

Merupakan komponen personal dari perfeksionisme, seseorang membuat standar yang sangat tinggi dan tidak realistik untuk kinerja dan perilaku mereka, serta motivasi yang kuat untuk menjadi sempurna. Perfeksionis akan menghabiskan berjam-jam bekerja, hanya untuk membuang hasil karyanya dan membuat ulang karena karya tersebut tidak sempurna, walaupun orang lain menganggap karya itu bagus. Hal ini dialakukan berulang kali hingga menghabiskan energi, waktu dan mengikis *self-esteem* mereka sehingga rentang mengalami depresi.

- b. *Other-oriented perfectionist.*

Merupakan dimensi interpersonal dari perfeksionisme yang melibatkan keyakinan dan harapan akan kemampuan orang lain. Perilaku sempurna harus dimunculkan oleh orang lain, organisasi dan masyarakat. Pefeksionisme cenderung menjadi kritikal ketika mereka mengetahui bahwa orang lain tidak dapat memenuhi harapan mereka secara sempurna. Perfeksionisme ini menimbulakan perasaan dan pikiran yang berkaitan dengan permusuhan dengan orang lain, autoritarianisme dan perilaku dominan (Hewitt & Flett, disatit dalam Ferrari, Johnson, & McCown, 1995).

- c. *Socially prescribed perfectionist.*

Perfeksionis yang merupakan hasil lingkungan sosialnya karena mereka yakin orang lain memiliki standar yang tidak realistik dan motif perfeksionistik terhadap perilakunya. Orang lain akan puas hanya ketikan standar tersebut tercapai. Perfeksionis menerima orang lain untuk mengontrol dirinya. Orang lain yang dimaksud adalah *significant others* termasuk orangtua, sekolah atau masyarakat. Seringkali kontrol dari lingkungan dijadikan dogma atau kode yang telah terinternalisasikan yang tidak disadari oleh perfeksionis. Misalnya pada anak berbakat, lingkungan sosial percaya bahwa anak berbakat tidak akan melakukan kesalahan.

Perfeksionisme itu sendiri dapat dipahami melalui tiga dimensi, yaitu *self-oriented perfectionism*, *other-oriented perfectionism*, dan *Socially prescribed perfectionism* (Hewitt, 2004; Hewitt & Flett, disatit dari Pingree, 1999). *Self-oriented perfectionism* dicirikan dengan membuat standar dan tujuan yang kaku untuk diri sendiri dan kecenderungan untuk berusaha keras mencapai kesempurnaan sementara berusaha untuk menghindari kegagalan. *Other-oriented perfectionism* difokuskan pada keyakinan dan harapan seseorang terhadap kemampuan orang lain. Yang ditekankan adalah orang lain harus menjadi sempurna dan memiliki standar yang tidak realistik terhadap orang lain. *Socially prescribed perfectionism* merupakan pemenuhan kebutuhan untuk mencapai standar dan harapan yang diberikan oleh lingkungan sosialnya, terutama yang ditentukan oleh *significant other* (orangtua, sekolah atau masyarakat).

Menurut Horney (satin dalam Alwisol, 2004), perfeksionisme merupakan salah satu aktualisasi diri ideal yang memiliki 3 aspek, yaitu:

- a. Pencarian keagungan yang neurotik.
 - b. Penuntut yang neurotik.
 - c. Kebanggaan neurotik.

Untuk mengaktualisasikan diri idealnya, seseorang mengembangkan *need for perfection*, yaitu dorongan untuk menggabungkan keseluruhan kepribadian ke dalam diri ideal secara neurotik, sehingga tidak puas dengan sedikit perubahan, tidak menerima sesuatu yang belum sempurna.

3. Faktor-Faktor Perfektionisme

Peters (1996) menyatakan beberapa hal yang menyebabkan individu menjadi perfeksionis, faktor-faktornya antara lain:

- a. Adanya bakat alamiah
 - b. Standar umur mental yang lebih tinggi dari umur kronologis
 - c. Teman bermain yang lebih tua atau dewasa
 - d. Tingginya pemikiran mengenai kesuksesan yang akan diraih
 - e. Pekerjaan yang terlalu mudah

Hal-hal inilah yang menyebabkan seseorang menjadi perfeksionis.

Intelektualitas tinggi yang ditandai dengan adanya standar umur mental yang lebih tinggi dari umur kronologis, ini kemudian diasumsikan dapat menyebabkan perfeksionisme pada anak unggulan dikelas akselerasi yang akan diteliti lebih lanjut dalam penelitian ini.

Salah satu faktor yang memenuhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme (Burka & Yuen, 1989; Gordan, 2003; Shindler & Weinstein, 2006; Pryor, 2003). Burka dan Yuen (sitat dalam Flett, Blankstein, Hewitt & Koledin, 1992) mengklaim bahwa prokrastinator membuat keinginan yang tidak realistik terhadap diri mereka sendiri. Burka dan Yuen melihat prokrastinator banyak mengeskpresikan karakteristik secara kognitif yang berhubungan dengan perfeksionis, misal kecenderungan untuk mendukung pentingnya *continual success* (sukses berkelanjutan).

Perfeksionisme yang destruktif atau neurotik dapat mengarah pada prokrastinasi, kecemasan pada tingkat yang tinggi, kesendirian dan kegagalan (Ashby, Mangine, & Slaney, sitat dalam Pingree, 1999). Seseorang yang perfeksionis menuntut segalanya serba sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistik (Gordon, 2003). Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar yang tinggi. Menurut Beswick, Rothblum, dan Mann; Flett, Hewitt, Blankstein dan Koledin (sitat dalam Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992), salah satu jembatan penghubung antara perfeksionisme dan prokrastinasi adalah keyakinan yang irasional.

4. Karakteristik Perfeksionisme

Addelhort dan Elliot (Peters, 1996) menjabarkan perfeksionisme berdasarkan 5 karakteristik dari guru dan murid perfeksionis yang berperan dalam pencapaian rendah:

- a. *procrastination*
 - b. ketakutan akan kegagalan
 - c. pemikiran semua atau tidak satupun
 - d. perfeksionisme lumpuh
 - e. kecanduan kerja.

C. FEAR OF FAILURE

1. Definisi Fear Of Failure

Fear (takut) menurut Kamus Bahasa Indonesia (2008) adalah perasaan gentar (ngeri) menghadapi sesuatu yang dianggap akan mendatangkan bencana. Budiarjo (dalam Chandrawati, 2011) menyebutkan bahwa fear merupakan keadaan di mana emosi merasa tertekan dan terkait dengan usaha-usaha untuk menghindar. Fear menurut Chaplin (2006) sendiri adalah bentuk reaksi emosional yang kuat, mencakup perasaan subjektif yang diisi oleh ketidaksenangan, agitasi atau keresahan, dan keinginan untuk dapat lari atau pun bersembunyi.

Failure (gagal) menurut Kamus Bahasa Indonesia (2008) adalah tidak tercapai atau tidak berhasilnya suatu maksud tertentu. Sedangkan failure menurut Chaplin (2006) berarti ketidakmampuan

mencapai hasil yang diinginkan atau gagal dalam usaha atau bekerja.

Kemudian failure menurut Poerwadarminta (dalam Chandrawati, 2011) adalah keadaan di mana tidak tercapainya hasil yang sesuai dengan yang diinginkan. Fear of Failure menurut Budiarjo (dalam Chandrawati, 2011) merupakan sebuah istilah yang biasa digunakan untuk mengartikan antisipasi emosional dalam bentuk negatif, timbul saat seseorang dihadapkan pada suatu tugas yang berorientasi pada pencapaian keahlian.

Elliot & Thrash, (2004) mengatakan bahwa fear of failure adalah sebuah bentuk penghindaran yang didasarkan pada pencapaian prestasi atau keberhasilan. Atkinson (dalam Conroy, Kaye, & Fifer, 2007) juga menambahkan bahwa fear of failure merupakan sebuah bentuk dorongan untuk menghindari kegagalan terutama konsekuensi negatif kegagalan berupa rasa malu, menurunnya konsep diri individu, dan hilangnya pengaruh sosial.

Menurut Hardiansyah (2011) *Fear of Failure* merupakan interpretasi negatif seseorang terhadap sebuah situasi. Interpretasi negatif ini merupakan keyakinan irasional yang muncul akibat beberapa hal seperti tuntutan dari orang lain, konsekuensi negatif yang pernah di dapat dan akhirnya menimbulkan ketakutan akan kegagalan dalam diri seseorang. Menurut Burka dan Yuen (2008) fear of Failure muncul ketika seseorang menghadapi hal-hal yang sulit, mereka takut untuk menunjukkan ketidakmampuan mereka. Fear of failure ini

muncul akibat dari rendahnya kepercayaan diri, kecemasan dan perfeksionisme. Dari beberapa penjelasan yang ada, dapat disimpulkan bahwa fear of failure merupakan kecemasan atau kekhawatiran yang irasional yang akhirnya menurunkan kepercayaan diri mereka untuk mengerjakan suatu tugas.

Maka berdasarkan penjelasan di atas, fear of failure adalah bentuk penghindaran yang disebabkan oleh emosi negatif dari dalam diri individu untuk mengantisipasi kemungkinan gagal yang akan menyebabkan rasa malu, menurunnya konsep diri, serta pengaruh sosial dan biasanya berkaitan dengan ketidakmampuan dalam upaya-upaya pencapaian keberhasilan.

2. Aspek-Aspek Fear Of Failure

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

- a) Ketakutan akan penghinaan dan rasa malu

Ketakutan akan mempermalukan diri sendiri, apalagi jika banyak orang yang mengetahui kegalannya. Individu kerap mencemaskan apa yang orang lain pikirkan tentang dirinya terkait dengan rasa malu dan penghinaan yang akan didapatkan.

- b) Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu

Ketakutan ini menghasilkan rasa kurang dan tidak mampu dalam diri individu. Individu akhirnya merasa tidak cukup pintar,

tidak cukup berbakat, tidak cukup berkompeten sehingga tidak dapat mengontrol performansinya dengan baik.

- c) Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial

Ketakutan ini melibatkan penilaian orang lain terhadap individu. Individu takut apabila ia gagal, orang lain yang penting baginya tidak akan peduli lagi padanya, cenderung menjauhinya, serta tidak mau menolongnya dan pada akhirnya ia merasa nilai dirinya akan menurun di mata orang lain.

- d) Ketakutan akan ketidakpastian masa depan

Ini ketakutan yang hadir karena merasa kegagalan akan mengakibatkan ketidakpastian dan berubahnya masa depan individu. Kegagalan ini ditakutkan oleh individu akan merubah rencana yang dipersiapkan untuk masa depan, baik jangka pendek maupun jangka panjang.

- e) Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya.

Ketakutan akan mengecewakan dan mendapat kritik dari orang-orang yang penting dalam hidup individu. Seperti orang tua misalnya. Hal ini kemudian akan berdampak pada performansi individu.

Berdasarkan pada penyampaian di atas bisa 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, dan ketakutan akan mengecewakan orang yang dianggap penting baginya.

Aspek-aspek ketakutan akan kegagalan menurut Rothblum, dkk (dalam Muhammad, 2014:3) antara lain:

a. *Perfectionis*

Seseorang yang *perfectionis* akan menginginkan hasil yang sempurna. Dengan pola kepribadian ini akan berusaha mencapai targetnya dengan berorientasi pada prestasi yang baik. Namun, apabila standar tersebut tidak tercapai maka siswa akan mengalami kekhawatiran dan ketakutan yang bisa menimbulkan suatu kegagalan.

b. *Low self-esteem* (penghargaan diri yang rendah).

Penghargaan diri yang rendah akan cenderung berpikir negatif. Pikiran negatif ini mendorong anak menjadi cemas, panik, dan muncul perasaan bersalah yang mengganggu konsentrasi sehingga berfokus pada kegagalan.

c. *Evaluation anxiety* (kecemasan terhadap evaluasi).

Kecemasan ini membuat individu akan takut dinilai negatif oleh teman, guru dan orang tua sehingga merasa takut akan kegagalan.

Jadi aspek-aspek ketakutan akan kegagalan menurut Rothblum, dkk (dalam Muhammad, 2014:3) adalah *perfectionis, low self-esteem* dan *evaluation enxiety*.

3. Faktor-Faktor Fear Of Failure

Conroy (dalam Nainggolan, 2007) selanjutnya mengemukakan bahwa rasa takut gagal disebabkan oleh:

- a) Pengalaman di awal masa kanak-kanak

Pengalaman di masa awal kanak-kanak ini dipengaruhi oleh pola pengasuhan orangtua. Orangtua yang selalu mengeritik dan membatasi kegiatan anak-anaknya akan menimbulkan perasaan fear of failure. Rasa fear of failure bisa juga ditimbulkan oleh orangtua yang terlalu melindungi anak-anaknya sehingga anak nyaris tidak bisa mencapai suatu prestasi tanpa bantuan penuh dari orangtua karena mereka takut jika nanti melakukan kesalahan.

- b) Karakteristik lingkungan

Lingkungan disini meliputi lingkungan keluarga dan sekolah. Karakteristik keluarga yang penuh tuntutan untuk berprestasi merupakan penyebab rasa fear of failure pada anak. Lingkungan sekolah akan semakin menekan dengan kompetisi untuk mendapatkan nilai dan juara dalam bidang akademik maupun non akademik.

c) Pengalaman belajar

Pengalaman kesuksesan dan kegagalan dalam belajar akan mempengaruhi perasaan fear of failure pada individu. Kesuksesan yang dicapai dan reward yang mengiringinya akan mengakibatkan individu merasa harus terus mencapai kesuksesan, sehingga ia akan mengalami perasaan fear of failure. Fear of failure bisa juga disebabkan oleh kegagalan dan dampaknya yang membuat individu merasa tidak mau mengalaminya.

d) Faktor subjektif dan kontekstual

Faktor ini berkaitan dengan struktur lingkungan di mana individu melakukan performansi dan persepsi individu terhadap lingkungan tersebut. Dua hal ini akan memberikan pengaruh pada penetapan tujuan dan sasaran pencapaian prestasi. Lingkungan yang dipersepsikan individu tidak akan mentolerir kegagalan akan mengakibatkan individu mengalami perasaan fear of failure sehingga pencapaian tujuan dan sasaran prestasi hanya sampai pada taraf tidak gagal bukan kesuksesan.

Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan ini, bisa disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi fear of failure adalah pengalaman masa kanak-kanak, karakteristik lingkungan, pengalaman belajar, dan yang terakhir faktor dari segi subjektif dan konstektual.

Menurut Winkel (1996:179) ada beberapa faktor yang melatar belakangi rasa takut gagal pada siswa:

a. Suasana belajar mengajar di kelas

Interaksi antara dosen pengampu bidang studi tertentu dan kelas tertentu, taraf kesukaran materi kuliah, tingkat pentingnya bidang studi dalam keseluruhan kurikulum, dan cara evaluasi belajar dilaksanakan. Hal tersebut dapat menimbulkan ketakutan yang bersifat negatif.

b. Suasana dalam keluarga

Orang tua mungkin menuntut taraf prestasi tinggi dalam bidang studi tertentu sehingga siswa merasa dikejar-kejar oleh harapan orang tuanya dan merasa khawatir akan mengecewakan mereka sekaligus mengecewakan dirinya sendiri. Rasa takut gagal sering terjadi apabila corak pendidikan dalam keluarga kurang menguntungkan sejak kecil, misalnya orang tua jarang menuntut anak dalam pencapaian prestasi, jarang memberikan umpan balik positif, sering meragukan kemampuan anak dengan kata-kata yang bernada menyalahkan namun menuntut taraf prestasi yang tinggi dalam bidang kehidupan.

c. Alam pikiran siswa itu sendiri

Tekanan-tekanan diatas terutama dari orang tua akan mengakibatkan siswa membentuk konsep yang negatif

mengenai dirinya sendiri. Siswa akan cenderung pesimis akan potensi yang dimilikinya dan masa depan yang bisa dicapai dengan kemampuannya yang terbatas.

Menurut Steel (2007) prokrastinasi terjadi di beberapa area, salah satunya yaitu prokrastinasi di bidang akademik. Prokrastinasi disebabkan oleh beberapa hal, salah satu penyebabnya adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Van Wyk, 2004). Hampir semua orang dalam situasi apapun memiliki motivasi untuk menghindari kegagalan (Murray dkk dalam Nainggolan, 2007).

Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi (*coping*) untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan.

Menurut Asmadi dalam Nainggolan (2007: 34) ada 3 hal yang mempengaruhi perasaan takut gagal, yaitu:

- a. Kurangnya rasa percaya diri.

Ini disebabkan karena mereka merasa tidak memiliki harapan lagi. Mereka merasa, buat apa belajar kalau sudah tahu hasilnya nanti gagal. Mereka merasa yakin akan gagal dalam tes. Mereka belajar tetapi dengan keyakinan bahwa tidak mungkin mereka mampu mengingat setiap bahan yang dibaca. Ketidakmampuan menghadapi kompetisi.

- b. Keadaan ini berlaku pada mereka yang sudah belajar.

Mereka merasa tidak mampu menghadapi kompetisi.

Mereka senantiasa berpikir apakah usahanya tidak akan sia-sia? Bagaimana kalau lupa? Takut jika hasilnya tidak lebih baik dari teman-temannya yang tidak begitu rajin belajar.

- c. Harapan orang tua yang terlalu tinggi.

Tidak ada orang tua yang tidak mengaharapkan kesuksesan anaknya. Apalagi ketika orang tua berulangkali menyatakan harapan mereka kepada anak-anaknya tanpa memikirkan kemampuan sebenarnya pada diri sang anak. Harapan yang terlalu tinggi ini ada saatnya menjadi beban kepada anak-anak sehingga mengganggu pikiran mereka.

4. Karakteristik individu dengan *Fear of Failure*

Individu yang berorientasi menghindari kegagalan memiliki karakteristik sebagai berikut (Winkel, 1996:164):

- a. Memandang kemampuannya sebagai sesuatu yang tidak dapat mengalami perubahan.
 - b. Tidak yakin benar tentang potensi yang dimilikinya.
 - c. Kurang memiliki rasa harga diri yang terlepas dari taraf prestasi belajar yang dicapai.
 - d. Sasaran belajar yang ditetapkan termasuk "sasaran prestise" untuk memberikan kesan yang baik kepada orang atau dirinya
 - e. Pertimbangan pokok, jangan sampai gagal.

- f. Bilamana pada umumnya cukup berhasil, atau mengalami kegagalan, cenderung tidak mengambil resiko apapun dan mempertahankan apa saja yang telah dimilikinya.
 - g. Bilamana pengalaman gagal dan sukses pernah dialami, siswa cenderung mengambil sikap melindungi diri dengan menetapkan sasaran yang sangat rendah atau sangat tinggi, sehingga kemajuan belajar hanya minimal.

Conroy (2002:78) selanjutnya memperinci karakteristik individu yang mengalami *fear of failure*, yaitu:

- a. Memiliki *goal-setting* yang defensif

Atribusi yang dilakukan oleh siswa adalah atribusi eksternal. Siswa akan menyerah pada faktor-faktor internal yang stabil dan tidak bisa diubah, contohnya tingkat inteligensi yang kurang tinggi, kemampuan yang kurang, takdir, dan sebagainya. Hal ini kemudian mendorong siswa untuk menetapkan tujuan dan sasaran yang seadanya dengan alasan keterbatasan faktor internal yang stabil.

- b. Performansi yang buruk pada situasi tertentu, terutama situasi yang dipersepsikan penuh tekanan atau situasi baru.

Karakteristik ini bisa dilihat jelas jika siswa menunjukkan keraguan dan ketidakpastian bila dihadapkan pada tugas baru, saat siswa kurang memperhatikan dan kurang mendengarkan penjelasan tentang pokok bahasan yang baru

serta kurang suka belajar dibawah tekanan, kurang suka ditanyai, karena takut menjawab salah.

c. Menghindari kompetisi.

Karakteristik ini bisa dilihat dari sikap individu yang menghindari kompetensi atau persaingan diantara siswa.

Adanya ketidakmampuan individu menghadapi kompetensi dalam belajar.

d. Selalu menginginkan tanggapan positif dari orang lain.

Karakteristik ini bisa dilihat dari perilaku siswa yang sering meminta umpan balik terhadap kualitas pekerjaan yang dihasilkan dan mengharapkan petunjuk jelas dan berulang-ulang dari pengajar atau dosen.

D. Hubungan Perfesionalisme dengan prokrastinasi akademik

Dalam penelitian lain juga dilakukan uji pengaruh antara indikator perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik di mana indikator *rumination, planfulness* dan *perceived parental perfectionism* memiliki pengaruh dengan prokrastinasi akademik.

Jika dilihat dari hasil uji indikator dapat terlihat bahwa faktor lingkungan lebih memiliki peran, ini dikarenakan *rumination* dan *perceived parental perfectionism* lebih disebabkan oleh adanya faktor ekspektasi yang besar dari orangtua ataupun lingkungan sekitar yang pada akhirnya membuat siswa menjadi terlalu khawatir akan kesalahan yang

mungkin saja dibuatnya. Hal ini dikarenakan kesalahan yang dibuatnya dapat membawanya kepada kegagalan.

Pada penelitian tentang perfeksionisme dan prokrastinasi sebelumnya telah ditemukan hasil yang bervariasi. ada beberapa penelitian yang mendukung bahwa ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi. Di samping itu, juga terdapat penelitian yang menemukan tidak ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi.

Onwuegbuzie dan Jiao (2000) mengatakan bahwa ada beberapa penelitian yang menunjukkan kaitan antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme dalam usaha untuk menghasilkan sesuatu yang sempurna. Hal ini merupakan kecenderungan dari *Self-Oriented Perfectionism*. Adapun seseorang yang ingin menunjukkan kesan pada orang lain melalui usaha yang dilakukannya, yang berkenaan dengan *Socially Prescribed Perfectionism*. Onwuegbuzie dan Jiao juga menemukan bahwa hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *Library Anxiety* dimensi oleh tingkat perfeksionisme atau sebaliknya. Relasi antara perfeksionisme dan *Library Anxiety* dimensi oleh prokrastinasi akademik. Perfeksionis menurut segalanya serba sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistik (Gordon, 2003). Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar tinggi.

Berdasarkan pemaparan diatas menunjukkan bahwa perfeksionisme memiliki pengaruh dengan prokrastinasi akademik walaupun pengaruh yang dihasilkan hanya cukup kecil. Selain itu,

penelitian lain yang menghasilkan penelitian yang dilakukan oleh Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992) yang menyatakan bahwa perfeksionisme memang memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik dan lebih bergantung kepada konteks sosial.

E. Hubungan Fear OF Failure dengan prokrastinasi akademik

Menurut Steel (2007) prokrastinasi terjadi di beberapa area, salah satunya yaitu prokrastinasi di bidang akademik. Prokrastinasi disebabkan oleh beberapa hal, salah satu penyebabnya adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Van Wyk, 2004). Hampir semua orang dalam situasi apapun memiliki motivasi untuk menghindari kegagalan (Murray dkk dalam Nainggolan, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi (*coping*) untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan.

Faktor lain yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi selain pemikiran irasional juga termasuk pemikiran rasionalisasi. Tuckman (2002) melakukan penelitian tentang dukungan kognitif terhadap perilaku prokrastinasi yaitu berupa rasionalisasi. Rasionalisasi merupakan pikiran yang membantu prokrastinator untuk melakukan penundaan secara logis. Pikiran demikian berupa *wishfull thinking* yaitu prokrastinator yang mengharapkan hasil yang positif dari perilaku yang disfungsional, seperti perilaku menunda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara

keseluruhan prokrastinasi pada tingkat yang rendah kurang menggunakan rasionalisasi, dibandingkan dengan tingkat prokrastinasi yang sedang sampai tinggi. Sedangkan tingkat prokrastinasi yang sedang dan tinggi tidak berbeda secara signifikan. Rasionalisasi yang paling signifikan digunakan oleh prokrastinator adalah “Saya sulit memulai,” “Saya menunggu waktu yang tepat untuk melakukannya,” “Saya tahu saya dapat menyelesaikannya di menit terakhir.”

Ketakutan dan kegagalan dapat menjadi motivasi bagi seseorang untuk mencapai prestasi tetapi ketakutan kegagalan ini juga dapat menimbulkan dampak negatif yang akhirnya membuat seseorang kehilangan motivasinya (Nainggolan, 2007).

Hal ini juga didukung oleh teori Solomon dan Rothblum (Rizvi, dkk, 1997; dalam Mastuti, Indrijati, dan Andriani, 2006) yang menyebutkan bahwa salah satu penyebab prokrastinasi akademik pada individu adalah takut akan kegagalan. Takut gagal disini terkait dengan perasaan bersalah seorang prokrastinator apabila tidak mampu menyelesaikan sebuah tugas ataupun juga mencapai tujuan yang dikehendakinya. Ketakutan inilah yang membuat seseorang lebih memilih untuk tidak mengerjakan ataupun juga menyelesaikan tugasnya. Penelitian yang dilakukan oleh Gunawinata, Nanik & Lasmono (2008) menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan perfeksionisme dapat menjadi peka terhadap kegagalan dan kepercayaan diri yang lemah.

Hal ini dapat terjadi karena siswa menganggap bahwa kesalahan-kesalahan yang mungkin saja dia buat akan mendorongnya kepada kegagalan. Perasaan tidak nyaman tentang kesalahan yang dibuatnya dapat membuat siswa cenderung untuk memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas. Tuckman (2003; dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono 2008) menyatakan bahwa seorang prokrastinator adalah individu yang gemar mencari kesenangan dan akan berusaha menghindari segala hal yang dapat memberi tekanan terhadap dirinya. Dengan begitu individu yang perfeksionis akan melakukan penghindaran dengan melakukan prokrastinasi sebagai bentuk *coping* terhadap segala tuntutan dan tekanan yang mereka rasakan.

F. Hubungan Perfesktionisme dan Fear Of Failure dengan prokrastinasi akademik

Perilaku prokrastinasi sebenarnya merupakan perilaku yang telah lama ada dan dapat terjadi dalam berbagai bidang dan situasi. Prokrastinasi akademik merupakan suatu penundaan terhadap tugas akademik yang penting untuk dilakukan dan menimbulkan konsekuensi tertentu bagi prokrastinator itu sendiri. Ada banyak faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik, salah satunya adalah perfeksionisme. Perfeksionisme merupakan salah satu hasil dari distorsi

kognitif yang menuntut adanya kesempurnaan (Burn, disitat dari Wulandari, 2002).

Perfeksionisme dapat berupa perfeksionisme positif atau negatif. Perfeksionisme yang negatif ditandai dengan adanya keinginan untuk mencapai keunggulan yang luar biasa, ketakutan akan kegagalan yang tinggi, adanya perasaan inferior ketika gagal mencapai tujuan, merasa tidak puas dengan hasil dan kinerja mereka, dan membuat standar yang sangat tinggi.

Perfeksionisme dapat berhubungan dengan prokrastinasi akademik yakni tekanan dan tuntutan yang tinggi serta perasaan inferioritas menyebabkan perfeksionis cenderung berusaha menghindari tugas tersebut. Tuckman (2003) mengatakan bahwa seorang prokrastinator adalah pencari kesenangan dan berusaha menghindari dari hal-hal yang menekan mereka. Oleh karena itu, seorang yang perfeksionis dapat melakukan prokrastinasi sebagai *coping* terhadap tuntutan dan tekanan yang di rasakan. Seringkali siswa memandang tugas atau pekerjaan rumah sebagai momok. Perfeksionis yang takut gagal dalam mengerjakan tugas yang dituntut untuk sempurna, akan berusaha menghindari dan menunda penyelesaian tugas hingga detik-detik terakhir.

Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi (*coping*) untuk mengatasi ketakutan dan

kegagalan yang mereka rasakan. Dengan demikian, siswa dapat menyalahkan sesuatu di luar dirinya dan merasa bebas dari tekanan-tekanan irasionalnya (misalnya, waktu yang tidak cukup untuk membuat karya yang sempurna).

Seorang perfeksionis yang takut akan kegagalan menuntut kesempurnaan akan cenderung mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya dalam menentukan suatu pilihan atau karya yang sempurna, Perfeksionis akan menghasilkan karya yang sempurna tanpa cacat karena takut mendapat kritikan yang membuatnya takut dengan kegagalan. Hal ini merujuk pada *decisional procrastination* (penundaan dalam pengambilan putusan) yang dikemukakan oleh Ferrari, Johnson, dan McCown (1995).

Dalam membuat suatu karya seperti tugas praktek dibutuhkan pemahaman yang baik terhadap apa yang mereka kerjakan, caranya adalah dengan mencari dan membaca sumber informasi sebanyak mungkin. Seorang perfeksionis yang menuntut menghasilkan karya yang sempurna akan mengumpulkan sebanyak mungkin informasi. Ketika perfeksionis masih belum merasa cukup banyak mengumpulkan informasi maka perfeksionis akan menunda pelaksanaan tugasnya. Dalam hal ini, seseorang yang perfeksionis melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas.

G. Landasan Teori

Prokrastinasi merupakan kencenderungan seseorang untuk menunda kegiatan yang dilakukannya sampai pada saat-saat terakhir (Gafni & Geri, 2010). Solomon dan Rothblum (1984) menambahkan bahwa kegiatan menunda-nunda yang dilakukan merupakan tindakan yang tidak berguna dan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman bagi seseorang. Bagi salah satu penyebab seseorang melakukan penundaan yaitu pemikiran irasional. Pemikiran irasional tersebut berupa perasaan tidak mampu dari individu dan pemikiran bahwa tuntutan suatu tugas itu terlalu berat untuk dirinya (Ellis & Knaus, dalam Haghbin, McCaffey & Pychyl, 2012).

Menurut Steel (2007) prokrastinasi terjadi di beberapa area, salah satunya yaitu prokrastinasi di bidang akademik. Prokrastinasi disebabkan oleh beberapa hal, salah satu penyebabnya adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Van Wyk, 2004). Hampir semua orang dalam situasi apapun memiliki motivasi untuk menghindari kegagalan (Murray dkk dalam Nainggolan, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan.

Faktor lain yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi selain pemikiran irasional juga termasuk pemikiran rasionalisasi. Tuckman

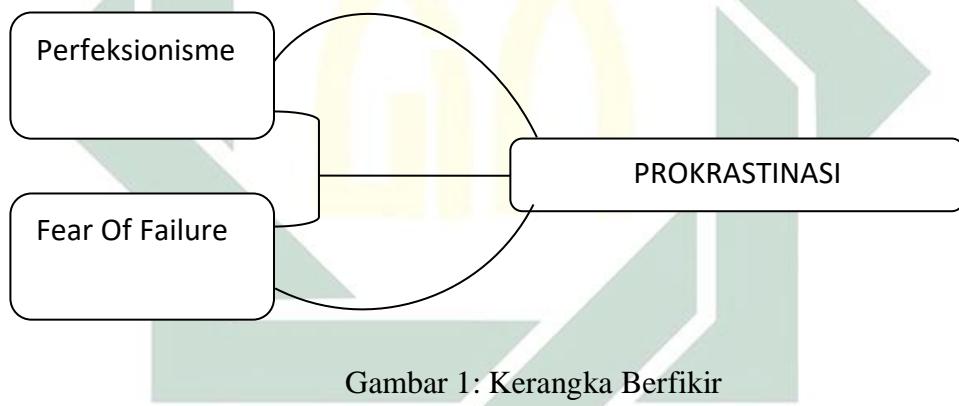
(2002) melakukan penelitian tentang dukungan kognitif terhadap perilaku prokrastinasi yaitu berupa rasionalisasi. Rasionalisasi merupakan pikiran yang membantu prokrastinator untuk melakukan penundaan secara logis. Pikiran demikian berupa *wishfull thinking* yaitu prokrastinator yang mengharapkan hasil yang positif dari perilaku yang disfungisional, seperti perilaku menunda.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan prokrastinasi pada tingkat yang rendah kurang menggunakan rasionalisasi, dibandingkan dengan tingkat prokrastinasi yang sedang sampai tinggi. Sedangkan tingkat prokrastinasi yang sedang dan tinggi tidak berbeda secara signifikan. Rasionalisasi yang paling signifikan digunakan oleh prokrastinator adalah “Saya sulit memulai,” “Saya menunggu waktu yang tepat untuk melakukannya,” “Saya tahu saya dapat menyelesaikannya di menit terakhir.”

Pada penelitian tentang perfeksionisme dan prokrastinasi sebelumnya telah ditemukan hasil yang bervariasi. ada beberapa penelitian yang mendukung bahwa ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi. Di samping itu, juga terdapat penelitian yang menemukan tidak ada hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi.

Onwuegbuzie dan Jiao (2000) mengatakan bahwa ada beberapa penelitian yang menunjukkan kaitan antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme dalam usaha untuk menghasilkan sesuatu yang sempurna. Hal ini merupakan kecenderungan dari *Self-Oriented Perfectionism*.

Adapun seseorang yang ingin menunjukkan kesan pada orang lain melalui usaha yang dilakukannya, yang berkenaan dengan *Socially Prescribed Perfectionism*. Onwuegbuzie dan Jiao juga menemukan bahwa hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *Library Anxiety* dimensi oleh tingkat perfeksionisme atau sebaliknya. Relasi antara perfeksionisme dan *Library Anxiety* dimensi oleh prokrastinasi akademik. Perfeksionis menurut segalanya serba sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistik (Gordon, 2003). Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar tinggi.



H. Hipotesis:

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka hipotesis penelitian ini:

1. Adanya hubungan antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Unggulan.
 2. Adanya hubungan antara Fear Of Failure dengan prokrastinasi akademik pada Siswa Unggulan.
 3. Adanya hubungan antara Perfeksionisme dan Fear Of Failure dengan prokrastinasi akademik pada Siswa Unggulan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan analisisnya pada data-data numerical atau angka yang diperoleh dengan metode statistika serta dilakukan pada penelitian inferensial atau dalam rangka pengujian hipotesis, sehingga diperlukan dengan signifikansi hubungan antara variabel yang diteliti (Azwar, 2004).

Variabel merupakan konsep mengenai atribut sifat yang terdapat pada subjek penelitian yang penelitian yang dapat bervariasi secara kuantitatif maupun kualitatif (Azwar, 2004). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung.

a. Variabel tergantung

Variabel tergantung adalah variabel penelitian yang diukur untuk mengetahui besarnya efek atau pengaruh variabel lain (Azwar, 2004). Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah prokrastinasi.

b. Variabel bebas

Variabel bebas adalah suatu variabel yang mempengaruhi variabel tergantung (dependent) (Azwar, 2004). Variabel bebas

dalam penelitian ini adalah perfeksionisme sebagai variabel bebas satu (X1) dan *fear of failure* akademik sebagai variabel bebas dua (X2).

2. Definisi Operasional

a. Definisi operasional prokrastinasi

Prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan atau kurang menarik.

Menurut Ferrary dkk & Steel (1995) menunjukkan bahwa aspek-aspek prokrastinasi terdiri dari 3 hal yaitu:

- e) Gagal mencapai Deadline (Perceived Time)
 - f) Kesenjangan Rencana dan Kinerja (Intention Action Gap)
 - g) Rasa tertekan saat menunda tugas (Emotional Distress)
 - h) Persepsi terhadap kemampuan (Perceived Ability)

b. Definisi operasional Perfeksionisme

Perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

Menurut Hill et.al. (2004) mengembangkan suatu pengukuran baru terhadap perfeksionisme, yaitu *the perfectionism inventory* yang terdiri dari delapan aspek:

- 1) Ruminasi (*Rumination*)
 - 2) Membutuhkan persetujuan (*Need for approval*)
 - 3) Memikirkan kesalahan (*Concern over mistakes*)
 - 4) Penuh perencanaan (*Planfulness*)
 - 5) Tekanan orang tua yang dirasakan (*Perceived parent pressure*)
 - 6) Dorongan untuk hasil yang sangat baik (*Striving for excellence*)
 - 7) Standar tinggi untuk orang lain (*High standard for others*)
 - 8) Keteraturan (*Organization*)
- c. Definisi operasional *fear of failure*

Fear of failure adalah suatu perasaan yang disertai kegelisaan, ketegangan dan malu yang dihadapi dimana terdapat suatu tekanan baik dari orang lain maupun diri sendiri untuk mendapatkan prestasi yang baik.

Aspek-aspek ketakutan akan kegagalan menurut Conroy (2002:45) terdiri dari 5 hal yaitu:

- 1) Ketakutan akan dialaminya penghinaan dan rasa malu.
- 2) Ketakutan akan penurunan estimasi diri individu.
- 3) Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial.
- 4) Ketakutan akan ketidakpastian masa depan.
- 5) Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya.

B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari subyek maupun obyek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas unggulan di SMAN Sidoarjo terdiri dari 67 sekolah SMAN yang berada di Sidoarjo. Dari 67 sekolah SMAN yang ada di Sidoarjo, peneliti mengambil 4 sekolah yang memiliki kelas unggulan yaitu SMAN 2 Sidoarjo, SMAN 1 Taman Sidoarjo, SMAN 1 Wonoayu dan SMAN 1 Krembung.

Tabel 1
Data Jumlah Siswa Unggulan SMAN 2 Sidoarjo

| Kelas | Jurusan | Jumlah Kelas | Jumlah siswa |
|-------|---------|--------------|--------------|
| X | IPA | 2 | 74 |
| | IPS | 2 | 75 |
| XI | IPA | 2 | 74 |
| | IPS | 2 | 75 |
| XII | IPA | 2 | 74 |
| | IPS | 2 | 75 |
| Total | | 12 | 447 |

Tabel 2
Data Jumlah Siswa Unggulan SMAN 1 Taman

| Kelas | Jurusan | Jumlah Kelas | Jumlah siswa |
|-------|---------|-----------------|-----------------|
|-------|---------|-----------------|-----------------|

| | | | |
|-------|-----|---|-----|
| X | IPA | 1 | 38 |
| | IPS | 1 | 39 |
| XI | IPA | 1 | 38 |
| | IPS | 1 | 39 |
| XII | IPA | 1 | 38 |
| | IPS | 1 | 39 |
| Total | | 6 | 231 |

| Kelas | Jurusan | Jumlah Kelas | Jumlah siswa |
|-------|---------|--------------|--------------|
| X | IPA | 1 | 40 |
| | IPS | 1 | 41 |
| XII | IPA | 1 | 40 |
| | IPS | 1 | 41 |
| XII | IPA | 1 | 40 |
| | IPS | 1 | 42 |
| Total | | 6 | 244 |

Tabel 3

Data Jumlah Siswa Unggulan SMAN 1 Wonoayu

Tabel 4

Data Jumlah Siswa Unggulan SMAN 1 Krembung

| Kelas | Jurusan | Jumlah Kelas | Jumlah siswa |
|-------|---------|--------------|--------------|
| X | IPA | 2 | 66 |
| | IPS | 2 | 67 |

| | | | |
|-------|-----|----|-----|
| XII | IPA | 2 | 66 |
| | IPS | 2 | 67 |
| XII | IPA | 2 | 66 |
| | IPS | 2 | 67 |
| Total | | 12 | 399 |

Jumlah siswa unggulan dari keempat sekolah adalah 1.321 siswa dengan klasifikasi sebagai berikut:

- a. SMAN 2 Sidoarjo sebanyak 447 siswa unggulan
 - b. SMAN 1 Taman sebanyak 231 siswa unggulan
 - c. SMAN 1 Wonoayu sebanyak 244 siswa unggulan
 - d. SMAN 1 Krembung sebanyak 399 siswa unggulan

2. Sampel

Sampel merupakan contoh atau himpunan bagian dari suatu populasi yang dianggap mewakili populasi tersebut sehingga informasi apapun yang dihasilkan oleh sampel ini bisa dianggap mewakili keseluruhan populasi (Sugiyono, 2006).

Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Arikunto (2010) menjelaskan bahwa *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan di dasarkan atas strata, radom, atau daerah, tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Menurut Sugiyono (2006) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Artinya, setiap subyek yang diambil dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan tujuan dan pertimbangan

tertentu. Tujuan dan pertimbangan pengambilan subjek atau sampel penelitian ini adalah sampel tersebut merupakan siswa kelas unggulan.

Menurut Arikunto, (2006) penentuan pengambilan sampel sebagai berikut: apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, jika subjeknya lebih dari 100 dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung dari sedikit banyaknya dari:

- a. Kemampuan penelitian dilihat dari waktu, tenaga dan dana.
 - b. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek, karena hal ini menyangkut banyak sedikitnya dana.
 - c. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti resikonya besar, tentu saja jika sampelnya besar hasilnya akan lebih baik.

Dalam penelitian ini sampel ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Peneliti mengambil sampel sebesar 20% dari jumlah populasi sebanyak 1.321 siswa, sehingga sample yang digunakan sebanyak 264 siswa dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 5
Data Jumlah Sampel

| Sekolah | Kelas X | Kelas XI | Jumlah |
|-----------------|---------|----------|--------|
| SMAN 2 Sisoarjo | 31 | 36 | 67 |
| SMAN 1 Taman | 30 | 33 | 63 |
| SMAN 1 Krian | 30 | 39 | 69 |
| SMAN 1 Krembung | 36 | 29 | 65 |
| Jumlah | 127 | 137 | 264 |

3. Teknik Sampling

Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah teknik *purposive sampling*. Arikunto (2010) menjelaskan bahwa *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan di dasarkan atas strata, radom, atau daerah, tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Menurut Sugiyono (2006) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Artinya, setiap subek yang diambil dari populasi dipilih dengan sengaja berdasarkan tujuan dan pertimbangan tertentu. Tujuan dan pertimbangan pengambilan subjek atau sampel penelitian ini adalah siswa yang berada di kelas unggulan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2006) teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan oleh peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam penggunaan teknik pengumpulan data, peneliti memerlukan instrumen yaitu alat bantu agar penggerjaan pengumpulan data menjadi lebih mudah. Pengumpulan data merupakan prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Menurut Ridwan (dalam Suryabrata, 2000) “teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh penelitian untuk mengumpulkan data”.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala atau kuesioner, dan metode pengumpulan data yang

digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket. Angket adalah “sejumlah pertanyaan/pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui.” Pertanyaan/pernyataan tersebut mengandung informasi mengenai segala hal yang berhubungan dengan subyek penelitian (Arikunto, 2008).

Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrumen berupa skala atau kuesioner yang terdiri dari skala prokrastinasi akademik, skala perfeksionisme dan skala *fear of failure*. Dalam penelitian ini model skala yang digunakan adalah model skala likert. Model skala likert, merupakan model di mana variabel penelitian dijadikan titik tolak penyusunan item-item instrumen. Skala ini merupakan skala tertutup yang mempunyai jawaban dari setiap instrumen ini memiliki gradasi dari tertinggi (sangat positif) sampai terendah (sangat negatif) dengan lima kategori jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), antara setuju tidak (AST), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS).

Model skala *likert* ini terdiri dari pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*). Penskoran tertinggi pada pernyataan positif (*Favorable*), diberikan pada pilihan sangat sesuai dan terendah pada pernyataan sangat tidak sesuai. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* skor tertinggi diberikan pada pilihan jawaban sangat tidak sesuai dan skor terendah diberikan untuk pilihan sangat sesuai. Informasi

tentang perhitungan skor setiap pilihan jawaban, akan dijabarkan seperti pada tabel di bawah ini.

Tabel 6
Format Model Skala Likert (Penskoringan)

| Respon | Favorable | Unfavorable |
|---------------------|-----------|-------------|
| Sangat Tidak Setuju | 1 | 5 |
| Tidak Setuju | 2 | 4 |
| Antara Setuju Tidak | 3 | 3 |
| Setuju | 4 | 2 |
| Sangat Setuju | 5 | 1 |

Skala ini memiliki dua macam item : favorable dan unfavorable. Penilaian jawaban untuk item favorable adalah 5 untuk pilihan jawaban sangat setuju (SS), 4 untuk pilihan jawaban setuju (S) , 3 untuk pilihan jawaban antara setuju tidak (AST), 2 untuk pilihan jawaban tidak setuju (TS) dan 1 untuk pilihan jawaban sangat tidak setuju (STS). Sedangkan penilaian jawaban unfavorable adalah 1 untuk pilihan jawaban sangat setuju (SS), 2 untuk pilihan jawaban setuju (S), 3 untuk pilihan jawaban antara setuju tidak (AST), 4 untuk pilihan jawaban tidak setuju (TS), dan 5 untuk sangat tidak setuju (STS).

1. Skala Prokrastinasi

Prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan atau kurang menarik.

Peneliti menggunakan aspek-aspek prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrary dkk&Steel (1995) yang terdiri dari 4 aspek:

- Gagal mencapai Deadline (Perceived Time)
- Kesenjangan antara Rencana dan Kinerja (Intention Action)
- Rasa tertekan saat menunda tugas (Emotional Diistress)
- Persepsi terhadap kemampuan (Perceived Ability)

Tabel 7

Blue Print Skala Prokrastinasi

| No | Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
|--------|---|-----------------------------|------------|-------------|-------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| 1 | Gagal menepati deadline | Gagal menyelesaikan tugas | 1 | 4 | 2 |
| | | Gagal memprediksi waktu | 2, 3 | 5, 6 | 4 |
| 2. | Kesenjangan antara rencana dan kinerja. | Tidak Konsisten | 7, 8, 9 | 10, 11 | 5 |
| 3. | Rasa tertekan saat menunda tugas. | Perasaan tidak menyenangkan | 12, 13, 14 | 15, 16, 17 | 6 |
| 4. | Persepsi terhadap kemampuan | Takut gagal | 18, 19 | 22, 23 | 4 |
| | | Ragu-ragu | 20, 21 | 24, 25 | 4 |
| Jumlah | | | 13 | 12 | 25 |

2. Skala Perfeksionisme

Perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

Peneliti menggunakan aspek-aspek perfeksionisme yang dikemukakan oleh Menurut Hill et.al. (2004) yang terdiri dari 8 aspek:

- a) Ruminasi (*Rumination*)
 - b) Membutuhkan persetujuan (*Need for approval*)
 - c) Memikirkan kesalahan (*Concern over mistakes*)
 - d) Penuh perencanaan (*Planfulness*)
 - e) Tekanan orang tua yang dirasakan (*Perceived parent pressure*)
 - f) Dorongan untuk hasil yang sangat baik (*Striving for excellence*)
 - g) Standar tinggi untuk orang lain (*High standard for others*)
 - h) Keteraturan (*Organization*)

Tabel 8

Blue Print Skala Perfektionisme

| No | Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
|----|----------------|-------------------|------------|-------------|-------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| 1 | Standar Tinggi | Standar Tinggi | 1, 21 | 27 | 3 |
| | | Harapan Tinggi | 8, 32 | | 2 |
| | | Aplikasi Diri | 35 | | 1 |
| 2. | Keteraturan | Kerapian | 2, 5 | 33 | 3 |
| | | Kesesuaian Tempat | 9 | | 1 |
| | | Keteraturan | 16, 22, 36 | | 3 |
| 3. | Perfeksionis | Harapan Kepada | 3, 11 | 17 | 3 |

| terhadap orang lain | | Orang Lain | | | |
|---------------------|----------------------------------|-----------------------------------|------------|----|----|
| | | Standar Untuk Orang Lain | 23 | 29 | 2 |
| 4. | Kreativitas terhadap kesalahan | Responsif Terhadap Kesalahan | 13 | | 1 |
| | | Kesalahan Yang Berdampak Negatif | 24 | 34 | 2 |
| | | Kesalahan Yang Sangat Fatal | 39, 44, 45 | 40 | 4 |
| 5. | Detail dan Pemeriksa | Ketelitian | 6 | 10 | 2 |
| | | Waktu Yang Relatif Lama | 28 | | 1 |
| | | Detail | 37, 41 | | 2 |
| 6. | Kepuasan | Keyakinan Akan Kemampuan | 12 | | 1 |
| | | Kepuasan Yang Minimalis | 18, 30 | | 2 |
| | | Ketidakyakinan Dalam Beraktifitas | 42, 46, 43 | 38 | 4 |
| 7. | Ketidakpuasan | Tuntutan Orang Lain | 4, 7, 14 | | 3 |
| | | Harapan Orang Lain | 25, 47 | 19 | 3 |
| 8. | Persepsi tekanan dari orang lain | Ketidakyakinan Akan Kemampuan | 15 | | 1 |
| | | Persepsi Akan Kemampuan | 20, 31 | 26 | 3 |
| Jumlah | | | 37 | 10 | 47 |

3. Skala *fear of failure*

Fear of failure dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *Fear of failure*. Skala ini digunakan untuk mengukur *fear of failure* yang diukur melalui aspek-aspek ketakutan akan kegagalan.

Peneliti menggunakan aspek-aspek *fear of failure* yang dikemukakan oleh Conroy (2002:45) yang terdiri dari 5 aspek yaitu:

- a) Ketakutan akan dialaminya penghinaan dan rasa malu
 - b) Ketakutan akan penurunan estimasi diri (self-estimate) individu
 - c) Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial
 - d) Ketakutan akan ketidakpastian masa depan
 - e) Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya.

Tabel 9

Blue Print Skala Fear Of Failure

| No | Aspek | Indikator | Aitem | | Total |
|----|---|---------------------------------|------------|-------------|-------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| 1 | Ketakutan akan penghinaan dan Rasa Malu | Takut dinilai negatif | 1, 2, 3 | | 3 |
| | | Takut dipermalukan dan dihina | 4, 5, 6 | | 3 |
| | | Adanya perasaan malu | 7, 8 | 9 | 3 |
| 2. | Ketakutan akan penurunan estimasi diri | Tidak percaya diri | 10, 11, 12 | | 3 |
| | | Merasa tidak cukup pintar | 13, 14 | 15 | 3 |
| | | Merasa tidak mampu bersaing | 16, 17, 18 | | 3 |
| 3. | Ketakutan akan | Takut harga dirinya direndahkan | 19, 20, 21 | | 3 |

| | | | | |
|---|---|------------|----|----|
| hilangnya pengaruh sosial | Takut dikucilkan atau diasingkan | 22, 23 | 24 | 3 |
| | Takut dijauhi orang yang penting baginya | 25, 26, 27 | | 3 |
| 4. Ketakutan akan ketidak pastian masa depan | Takut prospek pekerjaan tidak baik | 28, 29 | | 2 |
| | Takut tidak dapat menentukan tujuan | 30, 31, 32 | | 3 |
| | Takut tidak dapat menggapai cita-cita yang diinginkan | 34 | 33 | 2 |
| 5. Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya | Merasa ragu atas keputusan yang dipilih | 35, 36 | | 2 |
| | Takut kehilangan atau ditolak orang-orang yang dekat | 37, 38, 39 | | 3 |
| | Takut tidak dapat membala budi | 40, 41, 42 | | 3 |
| | Merasa bersalah kepada orang disekitarnya | 43, 44 | 45 | 3 |
| | Jumlah | 40 | 5 | 45 |

D. Validitas dan Reliabilitas Data

1. Uji Validitas

Validitas adalah sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukur (tes) dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakannya tes tersebut. Suatu tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan

diadakannya pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah. (Aswar, 2005). Maka validitas instrumennya menggunakan validitas konstrak, dalam hal ini menggunakan salah satu tipe dan prosedur dalam validitas konstruk yaitu validitas isi.

Uji validitas dikatakan mempunyai validitas baik apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat. Penilaian validitas masing-masing butir aitem pernyataan dapat dilihat dari nilai corrected item-total correlation masing-masing butir pernyataan aitem. Adapun syarat minimum untuk dianggap memenuhi syarat validitas adalah apabila nilai daya diskriminasi aitem sama dengan atau lebih dari 0,3. Jadi apabila korelasi antara butir dengan skor total kurang dari 0,3 maka butir dalam instrumen tersebut dinyatakan gugur atau tidak dapat digunakan sebagai instrumen pengumpul data (Azwar, 2013).

a. Uji Validitas *Try Out* Skala Prokrastinasi Akademik

Tabel 10
Validitas Skala Prokrastinasi Akademik

| Nomor Aitem | Corrected Item-Total Correlation | Standart Norma | Keterangan |
|-------------|----------------------------------|----------------|-------------|
| 1 | 0,121 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 2 | 0,335 | 0,3 | VALID |
| 3 | 0,377 | 0,3 | VALID |
| 4 | 0,283 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 5 | 0,358 | 0,3 | VALID |
| 6 | 0,163 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 7 | 0,328 | 0,3 | VALID |
| 8 | -0,315 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 9 | 0,222 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 10 | 0,178 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 11 | 0,216 | 0,3 | TIDAK VALID |

| | | | |
|----|--------|-----|-------------|
| 12 | 0,026 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 13 | 0,022 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 14 | 0,096 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 15 | -0,235 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 16 | -0,289 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 17 | 0,178 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 18 | 0,384 | 0,3 | VALID |
| 19 | 0,136 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 20 | 0,411 | 0,3 | VALID |
| 21 | 0,405 | 0,3 | VALID |
| 22 | 0,232 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 23 | 0,044 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 24 | 0,168 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 25 | 0,129 | 0,3 | TIDAK VALID |

Tabel 11

Blue Print Skala Prokrastinasi

| No. | Aspek | Aitem | | Total |
|--------|---------------------------------------|-----------|-------------|-------|
| | | Favorable | Unfavorable | |
| 1 | Gagal menepati deadline | 1, 2 | 3 | 3 |
| 2. | Kesenjangan antara rencana & kinerja. | 4 | - | 1 |
| 3. | Persepsi terhadap kemampuan | 5, 6, 7 | - | 3 |
| Jumlah | | 6 | 1 | 7 |

b. Uji Validitas *Try Out* Skala PerfeksionismeTabel 12
Validitas Skala Perfeksionisme

| Nomor Aitem | Corrected Item-Total Correlation | Standart Norma | Keterangan |
|-------------|----------------------------------|----------------|-------------|
| 1 | 0,204 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 2 | 0,462 | 0,3 | VALID |
| 3 | 0,239 | 0,3 | TIDAK VALID |

| | | | |
|----|--------|-----|-------------|
| 4 | 0,093 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 5 | 0,436 | 0,3 | VALID |
| 6 | 0,271 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 7 | 0,274 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 8 | 0,251 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 9 | 0,282 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 10 | -0,334 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 11 | 0,335 | 0,3 | VALID |
| 12 | 0,376 | 0,3 | VALID |
| 13 | 0,258 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 14 | 0,361 | 0,3 | VALID |
| 15 | 0,163 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 16 | 0,306 | 0,3 | VALID |
| 17 | 0,010 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 18 | 0,295 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 19 | -0,151 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 20 | 0,159 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 21 | 0,386 | 0,3 | VALID |
| 22 | 0,459 | 0,3 | VALID |
| 23 | 0,364 | 0,3 | VALID |
| 24 | 0,432 | 0,3 | VALID |
| 25 | -0,306 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 26 | -0,111 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 27 | -0,031 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 28 | 0,201 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 29 | 0,118 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 30 | -0,045 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 31 | 0,179 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 32 | 0,309 | 0,3 | VALID |
| 33 | 0,180 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 34 | 0,133 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 35 | 0,309 | 0,3 | VALID |
| 36 | 0,421 | 0,3 | VALID |
| 37 | 0,336 | 0,3 | VALID |
| 38 | -0,244 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 39 | 0,350 | 0,3 | VALID |
| 40 | -0,036 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 41 | 0,326 | 0,3 | VALID |
| 42 | 0,283 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 43 | 0,251 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 44 | 0,393 | 0,3 | VALID |
| 45 | 0,359 | 0,3 | VALID |
| 46 | 0,263 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 47 | 0,203 | 0,3 | TIDAK VALID |

Tabel 13

Blue Print Skala Perfeksionisme

| No. | Aspek | Aitem | | | Total |
|--------|----------------------------------|----------------|-----------|-------------|-------|
| | | | Favorable | Unfavorable | |
| 1 | Standar Tinggi | 7, 11, 12 | - | - | 3 |
| 2. | Keteraturan | 1, 2, 6, 8, 13 | - | - | 5 |
| 3. | Perfeksionis terhadap orang lain | 3, 9 | - | - | 2 |
| 4. | Kreativitas terhadap kesalahan | 10, 15, 17, 18 | - | - | 4 |
| 5. | Detail dan Pemeriksa | 14, 16 | - | - | 2 |
| 6. | Kepuasan | 4 | - | - | 1 |
| 7. | Ketidakpuasan | 5 | - | - | 1 |
| Jumlah | | 18 | 0 | 0 | 18 |

c. Uji Validitas Try Out Skala *Fear Of Failure*

Tabel 14
Validitas Skala *Fear Of Failure*

| Nomor Aitem | Corrected Item-Total Correlation | Standart Norma | Keterangan |
|-------------|----------------------------------|----------------|-------------|
| 1 | 0,385 | 0,3 | VALID |
| 2 | 0,422 | 0,3 | VALID |
| 3 | 0,457 | 0,3 | VALID |
| 4 | 0,448 | 0,3 | VALID |
| 5 | 0,502 | 0,3 | VALID |
| 6 | 0,565 | 0,3 | VALID |
| 7 | 0,643 | 0,3 | VALID |
| 8 | 0,520 | 0,3 | VALID |
| 9 | 0,119 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 10 | 0,500 | 0,3 | VALID |
| 11 | 0,411 | 0,3 | VALID |
| 12 | 0,592 | 0,3 | VALID |
| 13 | 0,552 | 0,3 | VALID |
| 14 | 0,422 | 0,3 | VALID |

| | | | |
|----|--------|-----|-------------|
| 15 | 0,184 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 16 | 0,215 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 17 | 0,504 | 0,3 | VALID |
| 18 | 0,633 | 0,3 | VALID |
| 19 | 0,529 | 0,3 | VALID |
| 20 | 0,585 | 0,3 | VALID |
| 21 | 0,549 | 0,3 | VALID |
| 22 | 0,499 | 0,3 | VALID |
| 23 | 0,419 | 0,3 | VALID |
| 24 | 0,099 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 25 | 0,195 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 26 | 0,331 | 0,3 | VALID |
| 27 | 0,170 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 28 | 0,423 | 0,3 | VALID |
| 29 | 0,544 | 0,3 | VALID |
| 30 | 0,451 | 0,3 | VALID |
| 31 | 0,513 | 0,3 | VALID |
| 32 | 0,559 | 0,3 | VALID |
| 33 | 0,169 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 34 | 0,352 | 0,3 | VALID |
| 35 | 0,409 | 0,3 | TIDAK VALID |
| 36 | 0,469 | 0,3 | VALID |
| 37 | 0,600 | 0,3 | VALID |
| 38 | 0,509 | 0,3 | VALID |
| 39 | 0,539 | 0,3 | VALID |
| 40 | 0,467 | 0,3 | VALID |
| 41 | 0,421 | 0,3 | VALID |
| 42 | 0,375 | 0,3 | VALID |
| 43 | 0,527 | 0,3 | VALID |
| 44 | 0,526 | 0,3 | VALID |
| 45 | -0,012 | 0,3 | VALID |

Tabel 15

Blue Print Skala Fear Of Failure

| No | Aspek | Aitem | Total | |
|----|---|---------------------------|-----------|-------------|
| | | | Favorable | Unfavorable |
| 1. | Ketakutan akan penghinaan dan Rasa Malu | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 | | 8 |
| 2. | Ketakutan akan penurunan estimasi diri | 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15 | | 7 |

| | | | |
|--------|--|--------------------------------------|---|
| 3. | Ketakutan akan hilangnya pengaruh sosial | 16, 17, 18, 19, 20, 21 | 6 |
| 4. | Ketakutan akan ketidak pastian masa depan | 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28 | 7 |
| 5. | Ketakutan akan mengecewakan orang yang penting baginya | 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36 | 8 |
| Jumlah | | 36 | 1 |

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata reliability yang kemudian menjadi reliabilty, pengukuran yang memiliki reliabilitas yang tinggi disebut pengukuran yang reliabel. Reliabilitas mempunyai berbagai macam nama lain, seperti keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan lain sebagainya, namun ide pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2004).

Pengukuran reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Cronbach's Alpha dengan SPSS versi 16.0, dimana analisis tersebut memiliki kaidah sebagai berikut :

0,000 – 0,200 : Sangat Tidak Reliabel

0,210 – 0,400 : Tidak Reliabel

0,410 – 0,600 : Cukup Reliabel

0,610 – 0,800 : Reliabel

0,810 – 1,000 : Sangat Reliabel

Tabel 16
Reliabilitas statistik

| Skala | Koefisien Reliabilitas | Jumlah aitem |
|------------------------|------------------------|--------------|
| Prokrastinasi Akademik | 0,514 | 25 |
| Perfeksionisme | 0,730 | 47 |
| <i>Fear Of Failure</i> | 0,921 | 45 |

Dari hasil tabel 3.18 yakni pada reliabilitas statistic ketiga skala menunjukkan bahwa skala prokrastinasi akademik, perfeksionisme dan *fear of failure* yang dilakukan oleh peneliti maka diperoleh hasil nilai koefisien reliabilitas skala prokrastinasi akademik sebesar 0,514 dimana nilai tersebut dapat dinyatakan cukup reliabel, skala perfeksionisme menunjukkan harga koefisien reliabilitas sebesar 0,730 dimana nilai tersebut dapat dinyatakan reliabel sedangkan untuk skala *fear of failure* menunjukkan harga koefisien reliabilitas 0,921 yang berarti sangat reliabel, artinya skala tersebut reliabel digunakan sebagai alat ukur.

E. Analisis data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka menentukan kesimpulan untuk mencapai tujuan penelitian. Analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan uji analisis Regresi Linier Ganda. Analisis data selanjutnya akan digunakan program SPSS (Statistical Program for Social Science) 16.0 for windows. Analisis ini mengestimasi besarnya koefisien-koefisien yang dihasilkan oleh persamaan yang bersifat linier, yang melibatkan dua atau lebih variabel

bebas (independent variable), untuk digunakan sebagai alat prediksi besar nilai variabel tergantung (dependent).

Oleh karena itu analisis regresi linier ganda dapat menghitung besarnya pengaruh dua atau lebih variabel bebas (independent variable) terhadap satu variabel tergantung (dependent variable), atau memprediksi variabel tergantung (dependent variable). Dengan menggunakan dua atau lebih variabel bebas (independent variable) (Muhid, 2012). Sebelum melakukan analisis data, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau prasyarat yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

a. Uji Normalitas

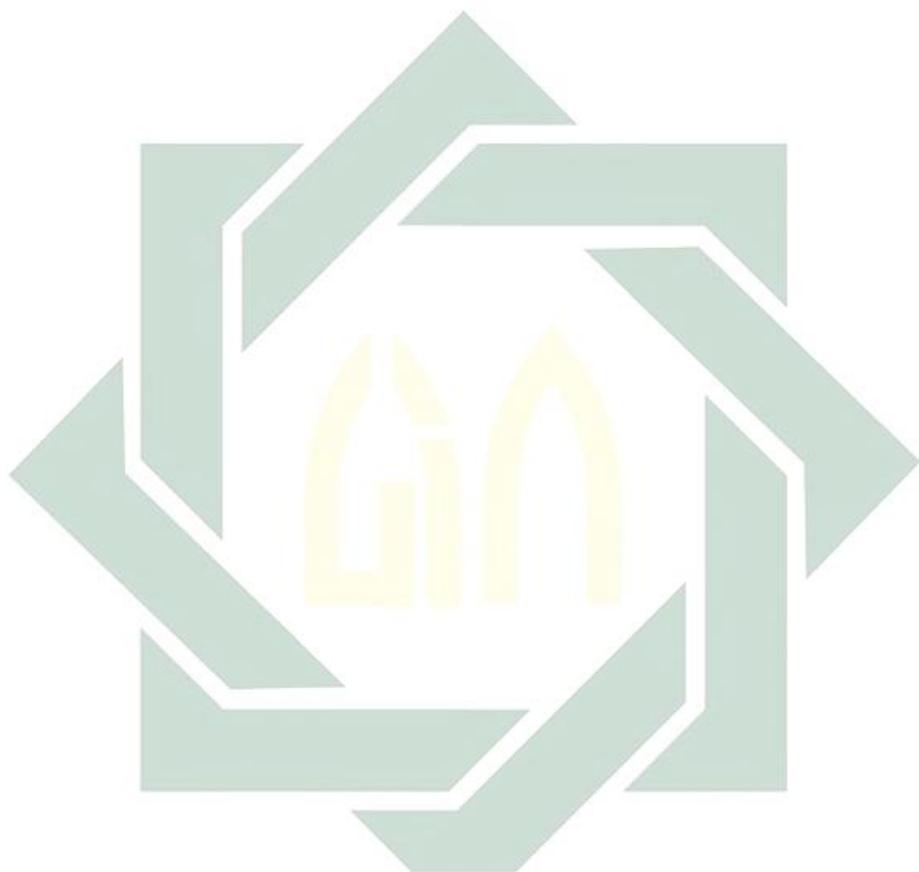
Uji normalitas data bertujuan untuk mengetahui kenormalan distribusi sebaran skor variabel apabila terjadi penyimpangan sejauh mana penyimpangan tersebut. uji ini menggunakan teknik. Kolmogorov Smirnov dengan kaidah yang digunakan bahwa apabila signifikansi > 0.05 maka dikatakan berdistribusi normal, begitu pula sebaliknya jika signifikansi < 0.05 maka dikatakan berdistribusi tidak normal.

Uji normalitas sebaran ini menggunakan bantuan program komputer Statistical Package For Science (SPSS) versi 16.0.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk membuktikan bahwa masing-masing variabel bebas mempunyai hubungan yang linier

dengan variabel tergantung. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung adalah jika $p > 0.05$ maka hubungannya linier, jika $p < 0.05$ maka hubungan tidak linier.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek

Sampel dalam penelitian ini adalah 264 Siswa kelas unggulan di SMAN Sidoarjo yakni SMAN 2 Sidoarjo, SMAN 1 Taman Sidoarjo, SMAN 1 Wonoayu dan SMAN 1 Krembung. Dengan kategori kelas X dan XI. Selanjutnya akan dijelaskan mengenai gambaran sampel berdasarkan usia, jenis kelamin, kelas dan asal sekolah.

1. Pengelompokkan Subjek Berdasarkan Usia

Peneliti mengelompokan data responden berdasarkan jenis usia. Dalam hal ini peneliti menggunakan kategori usia 14-18 tahun. Subjek usia termuda yaitu usia 14 tahun dan usia tertua yakni 18 tahun.

Tabel 17
Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Usia

| Usia | Frekuensi | Presentase |
|------|-----------|------------|
| 14 | 2 | 1% |
| 15 | 47 | 18% |
| 16 | 145 | 55% |
| 17 | 69 | 26% |
| 18 | 1 | 0% |

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa subjek yang berusia 14 tahun memiliki frekuensi sebesar 2 orang dan memiliki presentase 1%, pada subjek yang berusia 15 tahun memiliki frekuensi sebesar 47 orang dan memiliki presentase 18%, pada subjek yang berusia 16 tahun memiliki frekuensi 145 orang dan memiliki presentase 55% , pada subjek yang berusia 17 tahun memiliki

frekuensi 69 orang dan memiliki frekuensi sebesar 26%, dan pada subjek yang berusia 18 tahun memiliki frekuensi 1 orang yakni sebesar 0%.

2. Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Peneliti mengelompokkan data responden berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan, maka hasilnya dapat diketahui pada tabel berikut ini:

Tabel 18
Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Frekuensi | Presentase |
|---------------|-----------|------------|
| Laki-laki | 103 | 39% |
| Perempuan | 161 | 61% |

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa jenis kelamin perempuan dengan jumlah frekuensi lebih tinggi yaitu 161 orang atau mendapat presentase sebesar 61% . sedangkan pada jenis kelamin laki-laki memperoleh frekuensi sebesar 103 orang atau mendapat presentase sebesar 39%.

3. Subjek Berdasarkan Kelas

Peneliti mengelompokkan data berdasarkan tingkat kelas responden pada penelitian ini, sehingga didapatkan dua klasifikasi yaitu semester kelas X dan XI.

Tabel 19
Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Kelas

| Kelas | Frekuensi | Presentase |
|-------|-----------|------------|
| X | 127 | 48% |
| XI | 137 | 52% |

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa kelas dengan jumlah frekuensi tertinggi terdapat pada kelas XI yaitu sebanyak 137 orang atau 52%. Sedangkan kelas dengan jumlah frekuensi terendah terdapat pada Kelas X yaitu 127 orang atau 48%.

4. Subjek Berdasarkan Asal Sekolah

Peneliti mengelompokkan data responden berdasarkan asal sekolah yakni SMAN 2 Sidoarjo, SMAN 1 Taman Sidoarjo, SMAN 1 Wonoayu dan SMAN 1 Krembung, maka hasilnya dapat diketahui pada tabel berikut ini:

Tabel 20
Distribusi Sampel Penelitian Berdasarkan Asal Sekolah

| Asal Sekolah | Frekuensi | Presentase |
|------------------|-----------|------------|
| SMAN 2 Sidoarjo | 67 | 25% |
| SMAN 1 Taman | 63 | 24% |
| SMAN 1 Wonoayu | 69 | 26% |
| SMAN 1 Kreembung | 65 | 25% |

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa asal sekolah responden memiliki frekuensi dan pesentase yakni pada sekolah SMAN 2 Sidoarjo sebanyak 67 orang dengan jumlah presentase 25%, SMAN 1 Taman sebanyak 63 orang dengan jumlah presentase 24%, SMAN 1 Wonoayu sebanyak 69 orang dengan jumlah presentase 26%, dan SMAN 1 Krembung sebanyak 65 orang dengan jumlah presentase 25%.

B. Deskripsi Dan Reliabilitas Data

1. Deskripsi Data

Tujuan dari analisis deskriptif adalah untuk mengetahui deskripsi suatu data seperti rata-rata, standard deviasi, varians, dan lain-lain. berdasarkan hasil analisis *descriptive statistic* dengan menggunakan program SPSS *for windows versi 16.00* dapat diketahui skor minimum, skor maksimum, sum statistic, rata-rata, standard deviasi dan varians dari jawaban subjek terhadap skala ukur sebagai berikut:

Tabel 21
Deskripsi Statistik

| | N | Range | Min | Max | Mean | | Std. Deviation |
|------------------------|-----|-------|-----|-----|-----------|------------|----------------|
| | | | | | Statistic | Std. Error | |
| Prokrastinasi Akademik | 264 | 23 | 6 | 29 | 17,39 | 0,275 | 4,467 |
| Perfektionisme | 264 | 53 | 37 | 90 | 66,76 | 0,518 | 8,423 |
| Fear Of Failure | 264 | 125 | 50 | 175 | 108,33 | 1,410 | 22,908 |
| Valid N (listwise) | 264 | | | | | | |

Tabel diatas menunjukkan bahwa jumlah subjek yang di teliti baik dari skala prokrastinasi akademik, perfeksionisme, dan *fear of failure* adalah 264 responden. Pada skala prokrastinasi akademik memiliki rentang skor (*range*) sebesar 23, skor terendah adalah 6 dan skor tertinggi adalah 29 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 17,39 serta standard deviasi sebesar 4,467. Skala perfeksionisme memiliki rentang skor (*range*) sebesar 53, skor terendah adalah 37 dan skor tertinggi adalah 90 dengan rata-rata (*mean*) sebesar 66,76 serta standard deviasi sebesar 8,423. Sedangkan skala *fear of failure* memiliki skor (*range*)

sebesar 125, skor terendah adalah 50 dan skor tertinggi adalah 175 dengan rata-rata (*mean*) 108,33 serta standard deviasi 22,908. Selanjutnya deskripsi data berdasarkan dat demografinya adalah sebagai berikut:

a. Berdasarkan Usia Responden

Tabel 22
Deskripsi Data Berdasarkan Usia Responden

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|--------|-----|---------|---------|---------|----------------|
| Usia14 | 2 | 51,00 | 19,00 | 71,0000 | 2,82843 |
| Usia15 | 47 | 10,00 | 25,00 | 17,2340 | 3,64282 |
| Usia16 | 145 | 8,00 | 29,00 | 17,4552 | 4,65173 |
| Usia17 | 69 | 6,00 | 27,00 | 17,3188 | 4,69509 |
| Usia18 | 1 | 21,00 | 21,00 | 21,0000 | . |

Dari tabel diatas dapat diketahui banyaknya data dari kategori usia yaitu 2 responden berusia 14 tahun, 47 responden berusia 15 tahun, 145 responden berusia 16 tahun, 69 responden berusia 17 tahun dan 1 responden berusia 18 tahun. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai rata-rata tertinggi dari variabel prokrastinasi akademik ada pada responden yang berusia 14 tahun dengan nilai *mean* sebesar 71,0000.

b. Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Tabel 23
Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|-----------|-----|---------|---------|---------|----------------|
| Laki-laki | 103 | 7,00 | 29,00 | 17,8544 | 4,76179 |
| Perempuan | 161 | 6,00 | 28,00 | 17,0932 | 4,25705 |

Dari tabel diatas dapat diketahui banyaknya data dari kategori jenis kelamin yaitu 103 responden laki-laki dan 161 responden perempuan. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai

rata-rata tertinggi dari variabel Prokrastinasi akademik ada pada responden laki-laki dengan nilai *mean* sebesar 17,8544.

c. Bersadarkan Kelas Responden

Tabel 24
Deskripsi Data Berdasarkan Kelas Responden

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|----------|-----|---------|---------|---------|----------------|
| Kelas X | 127 | 8,00 | 29,00 | 17,1339 | 4,19062 |
| Kelas XI | 137 | 6,00 | 28,00 | 17,6277 | 4,71232 |

Dari tabel diatas dapat diketahui banyaknya data dari kategori semester yaitu 127 responden kelas X dan 137 responden kelas XI. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai rata-rata tertinggi dari variabel Prokrastinasi akademik ada pada responden pada kelas XI dengan nilai *mean* sebesar 71,6277

d. Berdasarkan Sekolah Subjek

Tabel 25
Deskripsi Data Berdasarkan Asal Sekolah Responden

| | N | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation |
|-----------------|----|---------|---------|---------|----------------|
| SMAN 2 Sidoarjo | 67 | 8,00 | 27,00 | 18,1194 | 4,11031 |
| SMAN 3 Sidoarjo | 63 | 7,00 | 22,00 | 15,1270 | 3,47569 |
| SMAN 1 Wonoayu | 69 | 6,00 | 29,00 | 18,0145 | 4,93336 |
| SMAN 1 Krembung | 65 | 9,00 | 28,00 | 18,1692 | 4,51584 |

Dari tabel diatas dapat diketahui banyaknya data dari kategori asal sekolah yakni semua sama, yaitu 67 responden berasal dari sekolah SMAN 2 Sidoarjo, 63 responden berasal dari sekolah SMAN 1 Taman, 69 responden berasal dari sekolah SMAN 1 Wonoayu, dan 65 responden berasal dari sekolah SMAN 1 Krembung. Dari hasil tersebut dapat diketahui nilai rata-rata tertinggi dari variabel prokrastinasi

akademik ada pada responden yang berasal dari sekolah SMAN 1 Krembung yakni dengan nilai *mean* sebesar 18,1692.

2. Reliabilitas Data

Dalam Penelitian ini, peneliti menggunakan uji reliabilitas *Cronbach's Alpha* dengan bantuan SPSS for windows versi 16.00 untuk menguji skala yang digunakan dalam penelitian dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 26
Hasil Uji Estimasi Reliabilitas

| Skala | Koefisien Reabilitas | Jumlah Aitem |
|------------------------|----------------------|--------------|
| Prokrastinasi Akademik | 0,514 | 45 |
| Perfeksionisme | 0,730 | 45 |
| Fear Of Failure | 0,921 | 47 |

Hasil uji reliabilitas prokrastinasi akademik diperoleh nilai sebesar 0,514. Maka skala prokrastinasi akademik dapat dikatakan reliabel. Hasil uji reliabilitas perfeksionisme diperoleh nilai sebesar 0,730. Maka skala perfeksionisme dapat dikatakan reliabel. Sedangkan Hasil uji reliabilitas *fear of failure* diperoleh nilai sebesar 0,921. Maka skala *fear of failure* dapat dikatakan sangat reliabel. Semua variabel memiliki reliabilitas yang baik, artinya aitem-aitem reliabel sebagai alat ukur data dalam penelitian ini. Dikatakan reliabel karena nilai koefisien reliabilitas mendekati 1,00.

Dari tabel *Descriptive Statistic*, memberikan informasi tentang mean, standar deviasi, banyaknya data dari variabel-variabel independent dan dependent.

1. Rata-rata mean dengan jumlah subjek (N) 264 pada variabel prokrastinasi akademik adalah 17,39 & standard deviasi 4,467.
 2. Rata-rata mean dengan jumlah subjek (N) 264, pada variabel perfeksionisme adalah 66,76 dan standard 8,423.
 3. Rata-rata mean dengan jumlah subjek (N) 264 pada variabel *fear of failure* adalah 108,33 dan standard deviasi 22,908.

Tabel 29
Correlation

| | | Prokrastinasi Akademik | Perfeksionis | Fear of failure |
|------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------|--------------------|
| Pearson Correlation | Prokrastinasi Akademik | 1,000 | 0,009 | 0,447 |
| | Perfeksionis | 0,009 | 1,000 | 0,198 |
| | Fear of failure | 0,447 | 0,198 | 1,000 |
| | | | | |
| Sig. (1-tailed) | Prokrastinasi Akademik | . | 0,444 | 0,000 |
| | Perfeksionis | 0,444 | . | 0,001 |
| | Fear of failure | 0,000 | 0,001 | . |
| | | | | |
| N | Prokrastinasi Akademik | 264 | 264 | 264 |
| | Perfeksionis | 264 | 264 | 264 |
| | Fear of failure | 264 | 264 | 264 |
| | | | | |

Pada tabel *correlation*, memuat korelasi atau hubungan antara skor prokrastinasi akademik, perfeksionisme, dan *fear of failure*.

1. Korelasi antara Prokrastinasi Akademik (Y) dengan skor Perfeksionisme (X1) adalah :

Dari tabel tersebut diperoleh besarnya korelasi 0,009 dengan signifikansi 0,444. Karena signifikansi $> 0,05$ maka

Ha ditolak dan Ho diterima. Artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan perfeksionisme pada siswa unggulan tingkat sekolah menengah atas.

2. Korelasi antara Prokrastinasi Akademik (Y) dengan skor *Fear Of Failure* (X2) adalah :

Dari tabel tersebut diperoleh besarnya korelasi 0,447 dengan signifikansi 0,000. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik dengan *fear of failure* pada siswa unggulan tingkat sekolah menengah atas.

3. Korelasi antara Perfeksionisme (X1) dengan *Fear Of Failure* (X2) adalah :

Dari tabel tersebut diperoleh besarnya korelasi 0,198 dengan signifikansi 0,001. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* pada siswa unggulan tingkat sekolah menengah atas.

Tabel 30
Variabel Entered/Removed

| Model | Variables Entered | Variables Removed | Method |
|-------|--|-------------------|--------|
| 1 | Fear Of Failure, Perfektionismus ^a | . | Enter |

a. All requested variables entered.

b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Pada tabel Variabel Entered, menunjukkan variabel yang dimasukkan adalah variabel prokrastinasi akademik dan tidak ada variabel yang dikeluarkan (*Removemed*), karena metode yang digunakan adalah metode enter.

Tabel 31
Model Summary

| Model Summary | | | | |
|--|--------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | 0,454 ^a | 0,206 | 0,200 | 3,996 |
| a. Predictors: (Constant), Fear Of Failure, Perfektionis | | | | |

Pada tabel model summary, diperoleh hasil R Square (Koefisien determinasi) sebesar 0,206. Yang menunjukkan bahwa perfeksionisme dan *fear of failure* mempengaruhi prokrastinasi akademik pada siswa unggulan tingkat sekolah menengah atas sebesar 20,6%.

Tabel 32
Anova

| Anova | | | | | |
|--------------|----------------|-----|-------------|--------|--------------------|
| Model | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
| 1 Regression | 1081,109 | 2 | 540,554 | 33,852 | 0,000 ^a |
| Residual | 4167,706 | 261 | 15,968 | | |
| Total | 5248,814 | 263 | | | |

- a. Predictors: (Constant), Fear Of Failure, Perfektionisme
- b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Pada tabel 27 Anova, diperoleh F hitung sebesar 33,852.

Dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Berarti model regresi yang diperoleh nantinya dapat di gunakan untuk memprediksi Prokrastinasi Akademik.

Tabel 33
Coefficient

| Model | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | T | Sig. |
|-----------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|-------|
| | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 (Constant) | 10,541 | 2,123 | | 4,965 | 0,000 |
| Perfektionisme | -0,044 | 0,030 | -0,083 | -1,470 | 0,143 |
| Fear of failure | 0,090 | 0,011 | 0,463 | 8,227 | 0,000 |

Pada tabel Coefficient, diperoleh model regresi yaitu sebagai berikut:

Y (Prokrastinasi Akademik) = 10,541

X1 (Perfektionismus) = -0,044

X2 (*Fear Of Failure*) = 0,090

Skor Prokrastinasi Akademik = 10,541 skor Perfeksionisme

= -0,044 dan skor *Fear Of Failure* = 0,090.

1. Konstanta sebesar 10,541 menyatakan bahwa jika tidak ada skor perfeksionisme dan *fear of failure*, maka nilai prokrastinasi akademik 10,541.
 2. Koefisien regresi sebesar -0,044 menyatakan bahwa setiap penambah 1 nilai perfeksionisme akan menambah nilai prokrastinasi akademik sebesar -0,044.
 3. Koefisien regresi sebesar 0,090 menyatakan bahwa setiap penambahan 1 nilai *fear of failure* akan menambah nilai prokrastinasi akademik sebesar 0,090.

Keputusan 1 : Constant

Berdasarkan data tersebut diatas maka dapat dilakukan dengan pengujian hipotesis sebagai berikut :

Dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya.

1. Jika t hitung $> 0,05$, maka H_0 diterima.
 2. Jika t hitung $< 0,05$, maka H_0 ditolak.
 - a. Berdasarkan harga signifikansi 0,000. Karena signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya koefisien regresi Constan signifikan.

Keputusan 2 : untuk variable Perfektisme

Berdasarkan data tersebut diatas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis sebagai berikut :

Dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya

1. Jika t hitung $> 0,05$, maka H_0 diterima
 2. Jika t hitung $< 0,05$, maka H_0 ditolak
 - a. Berdasarkan harga signifikansi 0,143. Karena signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya koefisien regresi Perfeksionisme tidak signifikan.

Keputusan 3 : untuk variabel *Fear Of Failure*

Berdasarkan data tersebut diatas maka dapat dilakukan pengujian hipotesis sebagai berikut :

Dengan membandingkan taraf signifikansi (p-value) dengan galatnya

1. Jika t hitung $> 0,05$, maka H_0 diterima

2. Jika $t_{hitung} < 0,05$, maka H_0 ditolak

a. Berdasarkan harga signifikansi 0,000. Karena signifikansi < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya koefisien regresi *Fear Of Failure* signifikan.

Tabel 34
Residual Statistic

| | Minimum | Maximum | Mean | Std. Deviation | N |
|----------------------|---------|---------|-------|----------------|-----|
| Predicted Value | 11,46 | 23,23 | 17,39 | 2,027 | 264 |
| Residual | -12,738 | 10,565 | 0,000 | 3,981 | 264 |
| Std. Predicted Value | -2,924 | 2,878 | 0,000 | 1,000 | 264 |
| Std. Residual | -3,188 | 2,644 | 0,000 | 0,996 | 264 |

Pada tabel ini menunjukkan bahwa nilai prediksi atau perkiraan variabel prokrastinasi akademik yaitu minimum 11, 46, maksimum 23,23, dan rata-rata 17,39 dengan standart deviasi 2,027.

Uji Hipotesis 1 :

Tidak terdapat hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, dengan besarnya korelasi 0,009 dan nilai signifikansi 0,444. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa Ha ditolak, artinya tidak terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan tingkat sekolah menengah atas.

Uji Hipotesis 2:

Terdapat hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik, dengan besarnya korelasi 0,447 dan nilai signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa H_a diterima, artinya terdapat hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan tingkat sekolah menengah atas.

Uji Hipotesis 3:

Jika dilihat dari tabel Anova diperoleh F hitung sebesar 33,852. Maka dengan menggunakan tingkat keyakinan 95%, $\alpha=5\%$, df 1 (jumlah variabel - 1) = 2, dan df 2 ($n - k - 1$) atau $264 - 2 - 1 = 249$ (n adalah jumlah responden dan k adalah jumlah variabel independen), hasil diperoleh untuk F tabel sebesar 3,04 maka nilai hitung F hitung > F tabel ($33,852 > 3,04$), maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara Perfektisme dan *Fear Of Failure* dengan prokrastinasi akademik.

C. Pembahasan

Pada penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menguji hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan di SMAN Sidoarjo dengan rentang usia (14-18 tahun).

Hasil penelitian yang didapatkan dari uji hipotesis dengan analisis regresi linier berganda menemukan adanya hubungan antara

perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan SMAN di Sidoarjo. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang terdapat korelasi sebagai berikut :

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari hipotesis penelitian menunjukkan bahwa :

1. Uji Hipotesis 1

Terdapat hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, dengan besarnya korelasi 0,009 dan nilai signifikansi 0,444. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa H_0 ditolak, artinya tidak terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan tingkat sekolah menengah atas.

Penelitian ini menghasilkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dimungkinkan karena instrument atau alat ukur dari skala prokrastinasi akademik itu sendiri banyak item yang gugur setelah uji coba alat ukur, yakni dari 25 item menjadi 7 item yang valid. Sehingga besarnya nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat mempengaruhi hasil hipotesis 1, yang menyebabkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik.

Dari salah satu sumber menunjukkan bahwa hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik dalam proses penyelesaian skripsi mahasiswa, karena berbagai penelitian terdahulu tentang perfeksionisme dan prokrastinasi menghasilkan simpulan yang bervariasi. Pada penelitian yang tidak mendukung hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik dikatakan lemahnya atau tidak adanya korelasi perfeksionisme dan prokrastinasi.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perfeksionisme memiliki pengaruh dengan prokrastinasi akademik walaupun pengaruh yang dihasilkan hanya cukup kecil. Seperti menurut Steel (2003) menemukan bahwa perfeksionisme tidak berkorelasi secara signifikan dengan prokrastinasi. Hanya *other-oriented perfectionism* yang berkaitan dengan prokrastinasi walalupun korelasinya sangat lemah. Hasil temuan yang dikemukakan oleh Steel (2002; 2003; 2005) menimbulkan kritik dari peneliti lainnya.

Didukung juga, penelitian lain yang menghasilkan penelitian yang dilakukan oleh Flett, Blankstein, Hewitt, dan Koledin (1992) yang menyatakan bahwa perfeksionisme memang memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik dan lebih bergantung kepada konteks sosial saja.

2. Uji Hipotesis 2

Terdapat hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik, dengan besarnya korelasi 0,447 dan nilai signifikansi 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 yang berarti bahwa Ha diterima, artinya terdapat hubungan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan tingkat sekolah menengah atas.

Gunawinata, Nanik & Lasmono(2008) menyebutkan bahwa siswa yang memiliki kecenderungan perfeksionisme dapat menjadi peka terhadap kegagalan dan kepercayaan diri yang lemah. Hal ini karena siswa menganggap bahwa kesalahan yang mungkin saja dia buat akan mendorongnya kepada kegagalan. Perasaan tidak nyaman tentang kesalahan yang dibuatnya dapat membuat siswa cenderung untuk memilih aktivitas-aktivitas yang dapat memberikan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas.

Tuckman (2003; dalam Gunawinata, Nanik & Lasmono 2008) menyatakan bahwa seorang prokrastinator adalah individu yang gemar mencari kesenangan dan akan berusaha menghindari segala hal yang dapat memberi tekanan terhadap dirinya. Dengan begitu individu yang perfeksionis akan melakukan penghindaran dengan melakukan prokrastinasi

sebagai bentuk *coping* terhadap segala tuntutan dan tekanan yang mereka rasakan.

Hal ini juga didukung oleh teori Solomon dan Rothblum (Rizvi, dkk, 1997; dalam Mastuti, Indrijati, dan Andriani, 2006) yang menyebutkan bahwa salah satu penyebab prokrastinasi akademik pada individu adalah takut akan kegagalan.

Menurut Steel (2007) prokrastinasi terjadi di beberapa area, salah satunya yaitu prokrastinasi di bidang akademik. Prokrastinasi disebabkan oleh beberapa hal, salah satu penyebabnya adalah *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan (Van Wyk, 2004). Hampir semua orang dalam situasi apapun memiliki motivasi untuk menghindari kegagalan (Murray dkk dalam Nainggolan, 2007). Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi (*coping*) untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan.

Ketakutan dan kegagalan dapat menjadi dorongan bagi seseorang untuk mencapai prestasi tetapi ketakutan kegagalan ini juga dapat menimbulkan dampak negatif yang akhirnya membuat seseorang melakukan prokrastinasi akademik.

3. Uji Hipotesis 3

Jika dilihat dari tabel Anova diperoleh F hitung sebesar 33,852. Maka dengan menggunakan tingkat keyakinan 95%, $\alpha=5\%$, $df\ 1$ (jumlah variabel - 1) = 2, dan $df\ 2$ ($n - k - 1$) atau $264 - 2 - 1 = 249$ (n adalah jumlah responden dan k adalah jumlah variabel independen), hasil diperoleh untuk F tabel sebesar 3,04 maka nilai hitung F hitung > F tabel ($33,852 > 3,04$), maka H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara Perfeksionisme dan *Fear Of Failure* dengan prokrastinasi akademik.

Perfeksionisme dapat berhubungan dengan prokrastinasi akademik yakni tekanan dan tuntutan yang tinggi serta perasaan inferioritas menyebabkan perfeksionis cenderung berusaha menghindari tugas tersebut. Tuckman (2003) mengatakan bahwa seorang prokrastinator adalah pencari kesenangan dan berusaha menghindari dari hal-hal yang menekan mereka. Oleh karena itu, seorang yang perfeksionis dapat melakukan prokrastinasi sebagai *coping* terhadap tuntutan dan tekanan yang di rasakan. Seringkali siswa memandang tugas atau pekerjaan rumah sebagai momok. Perfeksionis yang takut gagal dalam mengerjakan tugas yang dituntut untuk sempurna, akan berusaha menghindari dan menunda penyelesaian tugas hingga detik-detik terakhir.

Menurut Burka dan Yuen (2008), seseorang melakukan penundaan dengan alasan mereka takut dinilai dan dikritik oleh orang lain. Mereka juga khawatir dinilai jelek oleh orang lain sehingga mereka melakukan penundaan sebagai strategi (*coping*) untuk mengatasi ketakutan dan kegagalan yang mereka rasakan. Dengan demikian, siswa dapat menyalahkan sesuatu di luar dirinya dan merasa bebas dari tekanan-tekanan irasionalnya (misalnya, waktu yang tidak cukup untuk membuat karya yang sempurna).

Seorang perfeksionis yang takut akan kegagalan menuntut kesempurnaan akan cenderung mengumpulkan informasi sebanyak-banyaknya dalam menentukan suatu pilihan atau karya yang sempurna, yang membuat seorang perfeksionis akan menghasilkan karya yang sempurna tanpa adanya cacat sedikitpun sebab takut akan kritik dari orang lain sehingga membutuhkan waktu yang relatif panjang karena seorang perfeksionis melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari ketakutan akan kegagalannya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil dari pengolahan yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik tidak signifikan, sedangkan Fear Of Failure dengan Prokrastinasi Akademik signifikan. Terbukti dari hasil uji hipotesis yakni uji hipotesis pertama ditolak dan hasil uji hipotesis kedua dan ketiga diterima.

Hasil uji hipotesis pertama, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan negatif yang signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat perfeksionisme maka semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas unggulan. Artinya hipotesis satu ditolak.

Pada uji hipotesis kedua, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan antara *fear of failure* dan prokrastinasi akademik juga memiliki hubungan yang signifikansi artinya terdapat hubungan positif antara *fear of failure* pada siswa kelas unggulan. Semakin tinggi *fear of failure* dalam diri siswa kelas unggulan maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas unggulan. Dalam hal ini hipotesis dua diterima.

Hasil uji hipotesis ketiga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi

akademik pada siswa kelas unggulan. Artinya semakin rendah tingkat perfeksionisme dan semakin tinggi tingkat *fear of failure* maka akan dapat meningkatkan prokrastinasi akademik pada siswa kelas unggulan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan di dalamnya. Untuk itu, ada beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan terkait dengan penelitian yang serupa, yaitu:

a. Remaja Akhir

Diharapkan dapat memiliki pemahaman mengenai perfeksionisme dan *fear of failure* yang dapat berdampak pada prokrastinasi akademik. Sehingga siswa kelas unggulan mampu bersikap perfeksionisme dalam menyelesaikan tugas akademiknya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan agar mencermati faktor-faktor lain yang berpengaruh dengan prokrastinasi akademik seperti latar belakang pendidikan yang dimiliki oleh siswa kelas unggulan. Untuk melihat pendidikan akademik siswa kelas unggulan dengan latar belakang pesantren, apakah jauh lebih tinggi tingkat prokrastinasi akademik dari pada siswa kelas unggulan yang tidak pernah berada dalam lingkungan pesantren.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004) *Psikologi kepribadian*. Malang: Umm Press.

Azwar, S. (2004). *Metode Penelitian*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar

Azwar, S. (2005). *Metode Penelitian*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar

Bruna, F. J. 1998. *Stop Procrastinating!* (Terjemahan). Jakarta: PT.Gramedia.

Budiardjo, A. (1991). *Kamus psikologi*. Semarang: Dahara Prize.

Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why You Do IT, What To Do About It Now*. Combridge: Da Capo Press.

Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Combridge: Da Capo Press.

Chaplin, J.P. (2006). *Kamus lengkap psikologi. Alih Bahasa*: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Raja Grasindo Persada.

Conroy, D. E., Kaye, M. P., & Fifer, A. M. (2007). Cognitive Links Between Fear Of Failure And Perfectionism. *Journal of Rational-Emotive & CognitiveBehaviorTherapy*, 25, 237-253.

Conroy, D.E. (2002). Representational Models Associated With Fear of Failure in Adolescents and Young Adults. *Journal of Personality Vol. 71. 5*.

Conroy, D.E., Kaye, M.P., &Fifer, A.M. (2007). *Cognitivelinksbetweenfearoffailureandperfectionism. Journalofrational-emotive &cognitive-behaviortherapy*, 25, 239-240.

Elliot, A J &Thrash, T M. (2004). The intergenerationaltransmissionoffearoffailure. PSPB Journal.Vol. 30 No. 8.Augustus 2004.

Ellis, A & Knaus, W. J. 1997. *Over-Coming Procrastination*. New York: New American Library.

Ellis, A., & Knaus, W. J. (1977). *Overcoming Procrastination*. New York: Institute Fo Rational Living.

Fatimah, O., Lukman, Z. M., Khairudin, R., Shahrazad. W. S. W., & Halim, F. W. (2011). *Procrastination's Relation With Fear Of Failure, Competence Expectancy And Intrinsik Motivation*. Universiti Putra Malaysia Press.

Ferari. J. R & Morales. J. F. D (2007). Perceptions of self-concept and self-presentation by procrastination: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10 (1), 91-96. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17549881>.

- Ferrari, J. B., Johnson, J. L. & McCown, W. G. 1995. *Procrastination And Task Avoidance*. New York: Plenum Press.
- Ferrari, J. R. Keane. S. Wolf. R. & Beck. B. L (1998) The antecedents and consequences of academic excuse-making: examining individual differences in procrastination. *Research in Higher Education*, 39, 199-215.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. ., L & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. New York: Platinum Press.
- Fletcher, J (2005). *Perfectionism: Base or blessing?* Retrieved May 11, 2007. from <http://www.lionlifecoaching.com/MC2%20AugSep%201005.pdf>
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in collage students, *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85-94.
- Flett, G.L., Blankstein, K.R., Hewitt, P.L., & Koledin, S. (1992). Components of Perfectionism and Procrastination in College Students. *Society for Personality Research (Inc)*.
- Gafni, R., & Geni, N. (2010). Time Management: Procrastination Tendency in Individual and Collaborative Tasks. *Interdisciplinary Journal Of Information, Knowledge, and Management*, 5, 115-125.
- Ghufron, N. M. & Risnawita. R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-RuzMedia
- Ghufron. N. M. (2003). Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua terhadap procrastinasi akademik. (*Tesis Tidak Diterbitkan*). Jogjakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Gordon, F. E. (2003). *Perfectionism And Procrastination*. Retrieved March 8, 2007, From <http://practicalperfectionist.com/Perfectionism&Procrastination.PDF>
- Gordon, F. E. (2003). *Perfectionism and procrastination*. Retrieved March8, 2007, from <http://practicalperfectionist.com/Perfectionism&Procrastination.PDF>
- Green, L. 1982. Minority Student, Self Control Of Procrastination. *Journal Of Conseling Psychology*, 29, 636-644.
- Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, H.K. (2008). Perfektisme, Prokrastinasi Akademik & Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*.
- Haghbin, M., McCaffrey, A., Pychyl, T.A. (2012) *The Complexity Of The Relation Between Fear Of Failure And Procrastination*. Springer Science+Business Media.
- Hardiansyah, H. (2011) *Ketakutan akan kegagalan (Fear of failure) sebagai bentuk kepercayaan irasional (Irrational Belief) pada mahasiswa senior yang melakukan*

prokrastinasi akademik dengan cara menunda pengerjaan skripsi. (Skripsi, tidak diterbitkan). Universitas Airlangga, Surabaya.

Hayyinah, (2004). Religiusitas dan procrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 11 (17). 31-41

Islak, R. B. (2011). Academic procrastination in relation to gender among gifted and talented college students. *Thesis*. University of Houston.

Kartadinata, I, & Sia, T, *Prokrastinasi...* Hal.115

Keen, D. (2007). *Perfecisionism and procrastination in highly gifted middle school students*. Retrieved May 4, 2007, from http://cfbstaff.cfbisd.edu/keend/back_to_mrs.htm

Kingofong, S. M. (2004). *Penghambat pada pelajaran skripsi*. Skripsi tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

LaForge, M. (2005). Applying explanatory style to academic procrastination. *Journal of The Academic of Business Education, Proceedings 2005*, Vol.6, <http://www.abe.villanova.edu/proc2005/laforge.pdf>

M. N. Ghufron, "Hubungan Control Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik", www.mitrapedulicenter.multiply.com, diakses 23 April 2009.

MacNaughton, A. (2001). *Procrastination and perfectionism: An examination of their relationship*. Retrieved May 4, 2007, from http://www.mwsc.edu/psychology/research/psy302/fall96/stephanie_page.html

Mastuti, E., Indrijati, H., & andriani, f. (2006). Memahami Perilaku Prokrastinasi Akademik Berdasar Tingkat Self Regulation Learning dan Trait Kepribadian. *Laporan penelitian DIPA PNBP.Surabaya: Lembaga Penelitian Universitas Airlangga.*

McCloskey, J. D. (2011). *Finally, My Thesis On Academic Procrastination*. The University Of Texas: Thesis

Michinov, N., Brunot, S., Oliver, L. B., Juhel, J., & Delaval, M. (2011). Procrastination, Participation, And Performance In Online Learning Environments. *Computer & Education*, 56, 243-252.

Morales, D. R. (2007). *The Relationships Among Procrastination, Achievement, And The Use Of Motivational Messages Within An Online Course*. The Pennsylvania State University: Thesis.

Muhammad, Maolana. 2014. Hubungan Locus Of Control dan Ketakutan Akan Kegagalan dengan Perilaku Menyontek pada Siswa. *Naskah Publikasi Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

- Muhid, A. 2012. *Analisis Statistik (5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows)*. Sidoarjo: Zifatama.
- Nainggolan, L. (2007) *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Harapan Orang Dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Universitas Diponegoro, Semarang.
- Nainggolan, L. (2007). *Hubungan antara persepsi terhadap harapan orangtua dengan ketakutan akan kegagalan pada mahasiswa program studi psikologi Universitas Diponegoro Semarang*. Tesis. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Nainggolan, L. 2007. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Harapan Orang Tua Dengan Ketakutan Akan Kegagalan Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Skripsi Fakultas Psikologi Undip*.
- Nicky, Y. A., & Endah, M. (2013). Pengaruh Perfeksionisme terhadap Prokrastansi Akademik Pada Siswa Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. No. 3, Halaman 229-230.
- Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, Q. G. (2000). I'll Go To The Library Later: The Relationship Between Academic Procrastination And Library Anxiety. *College And Research Libraries*. 61 (1). 45-54.
- Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, Q. G. (2000). I'll go to the library later: The relationship between academic procrastination and library anxiety. *College and Research Libraries*. 61(1), 45-54.
- Pahala, F. (2004). *Gambaran psikologis individu dengan prokrastinasi (studi kasus pada mahasiswa yang menunda-nunda tugas skripsi)*. Skripsi, tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.
- Papalia, D. P., Odls, S. W., & Feldman , R. D. (2009). *Human Development. Eleventh Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Peter, C. (1996). Perfectionism. [Http://www.nexos.edu.au/teachstud/~gat/peters.htm](http://www.nexos.edu.au/teachstud/~gat/peters.htm). Diakses tanggal 06 Maret 2018.
- Pingree, L. S. (1999). *Adult children of alcoholics and perfectionsm: is there a correlation?*. Unpublished thesis, University of Wisconsin-Stout.
- Pychyl, T. A. (2001). *A brief history of procrastination*. Retrieved May 8, 2007, from http://server.carleton.ca/~tpychyl/prg/.../research_history_term.html
- Ravn, K. (2007). *Might as well read this now: We all procrastinate. Blame the dawdler's focus on the moment, not perfectionism, a long-in-the-making report finds*. Retrieved July 7, 2007, from <http://www.latimes.com/features/health/laheprocrastination22jam22,0,5351382.story?coll=la-home-health>

- Rizvi, A., Prawityasari, J. E., & Soetjipto, H. P. 1997. *Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*. *Psikologi*, 3, 51-66.
- Santrock, W. J. (2007) *Life span development: Perkembangan masa hidup (jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Savira, F., & Yudi, S (2013). Self-regulated learning (SLR) dengan prokrastinasi akademik pada siswa akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5 (2). 1-5.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31. 504-510.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal Of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic Procrastination: Frequency And Cognitive-Behavior Correlated. *Journal Of Counseling Psychology*. No.4, Halaman 503-509.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E.D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503-509.
- Steel, P. (2002). *The measurement and nature of procrastination*. Unpublished thesis, University of Minnesota.
- Steel, P. (2003). *The nature of procrastination*. Retrieved September 19, 2006, from <http://haskayne.ucalgary.ca/haskaynefaculty/files/haskaynefaculty/procrastination.pdf>
- Steel, P. (2005a). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of self-regulatory failure*. Retrieved September 19, 2006, from <http://www.ucalgary.ca/~steel/procrastinatus/meta/The%20of%20Procrastination.doc>
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination : A Meta-Analytic And Theoretical Review Of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Buletin*. Vol. 133, Halaman 65-94.
- Steel, P. (2007). The Nature Of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review Of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133 (1), 65-94.
- Stober & Joorman. (2001). Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(2), 49-60.
- Surijah, E, & Sia, T, *Mahasiswa Versus Tugas...* Hal. 357

- Tuckman, B. W. (1990). Procrastination scale: Measuring procrastination attitudinally and behaviorally. *Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association*.

Tuckman, B. W. (1998). *Using Tests As An Incentive To Motivate Procrastination To Study*. *Journal of Experimental Education*, 66 (2), 141-147.

Tuckman, B. W. (2002). *The Relationship Of Academic Procrastination, Rationalizations, And Performance In A Web Course With Deadlines*, Paper Presented At The APA Symposium, Chicago, August 22-25.

Tuckman, B. W. (2002). *The relationship of academic procrastination, rationalizations, and performance in a web course with deadlines*. Paper presented at the APA Symposium, Chicago, August 22-25.

Tuckman, B. W. (2003). *Motivational assistance*, Retrieved June 29, 2007, from <http://dennislearningcenter.osu.edu/procrastination/procrastination-reasons.htm>

Tukcman, B. W. (1998). Using tests as an incentive to motivate procrastinators to study. *Journal of Experimental Education*, 66(2), 141-147.

Van Wyk, L. (2004). *The Relationship Between Prokrastination And Stress In The Life Of The High School Teacher*. University Of Pretotia Etd.

Winkel, W. S .(1996). *Psikologi Pengajaran* Edisi Revisi. Jakarta : PT Grasindo.

Wulandari, L.H. (2002). *Efektifitas modifikasi perilaku-kognitif untuk mengurangi kecemasan komunikasi antar-pribadi*. Retrieved May 10, 2007, from <http://library.usu.ac.id/modules.php?op=modload&name=downloads&file=index®=getit&LID=118>.

Zakarilva, W. (2002). *Agar anak senang belajar*. Gerbang. Edisi 6 Th.11.