

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI



Oleh :

TRIAS CHOMSI NURAINI

NIM.20121663009

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2016

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat
Sarjana Psikologi



Oleh :

TRIAS CHOMSI NURAINI

NIM.20121663009

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
2016**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Trias Chomsi Nuraini

NIM : 20121663009

Fakultas : Fakultas Psikologi

Program Studi : S1 Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik
Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya sendiri bukan jiplakan
dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 02 September 2016

Mahasiswa

Trias Chomsi Nuraini

NIM. 20121663009

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh :

TRIAS CHOMSI NURAINI

NIM. 20121663009

Disetujui untuk diuji :

Surabaya, 02 September 2016

Dosen Pembimbing Utama



Dra. Siti Atiyyatul Fahiroh, M.Si

Dosen Pembimbing Pendamping



Hetty Murdiyani, S.Psi, M.Kes

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2016

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN
PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh :

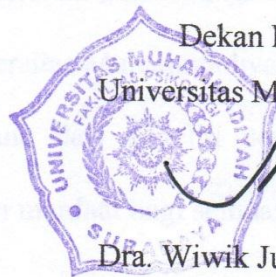
TRIAS CHOMSI NURAINI

NIM. 20121663009

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

Surabaya, 02 September 2016



Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dra. Wiwik Juwarini Prihastiwi, M.Si

Dewan Penguji :

Ketua : Dewi Ilma Anatawati, S.Psi, M.Psi

(.....)

Anggota : Dra. Siti Atiyyatul Fahiroh, M.Si

(.....)

Anggota : Hetty Murdiyani, S.Psi, M.Kes

(.....)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa selalu melimpahkan rahmat, hidayah beserta karunia-Nya dan salam selalu tercurah pada junjungan kita Nabi Muhammad SAW tanpa terputus khususnya kepada penulis, terlebih selama proses penulisan skripsi ini sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya”.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Skripsi ini diajukan dan disusun dalam rangka memenuhi ujian akhir S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Demikian pengantar sederhana dari peneliti semoga berkesan dihati pembaca dan tentu saja dapat memberi manfaat bagi semuanya.

Surabaya, 02 September 2016

Peneliti

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan berupa nikmat iman dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul ”Hubungan Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surabaya”. Dalam penyusunan Skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, pengetahuan dan dukungan dari semua pihak yang selama ini dengan tulus dan ikhlas membantu penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini. Dengan hati yang tulus pula penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Kepada Allah SWT atas segala rahmat sehat jasmani dan rohani sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi contoh sekaligus panutan penulis.
3. Bapak Dr. Dr. Sukadiono, M.M, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
4. Ibu Dra. Wiwik Juwarini Prihastiw, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.
5. Ibu Dra. Siti Atiyyatul Fahirol, M.Si sebagai Dosen Pembimbing skripsi pertama sekaligus dosen pembimbing akademik yang selalu penuh kesabaran dalam membimbing saya serta menyediakan waktu ditengah kesibukannya. Terima kasih ibu, untuk segala sesuatu yang ibu berikan sangat berarti bagi saya.
6. Ibu HettyMurdiyani, S.Psi, M.Kes sebagai Dosen Pembimbing skripsi kedua yang telah banyak memberikan pelajaran, masukan serta saran-saran yang sangat membangun dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak Agus Poerwanto, S.Psi, M.Kes, sebagai Dosen pengajar mata kuliah yang menyenangkan, sekaligus pemberi energi semangat melalui cerita-cerita yang selalu menarik disetiap pembicaraan.
8. Ibu FetyKhosianah, S.Psi, M.Psi, Psikolog, sebagai Dosen pengajar mata kuliah yang senantiasa memberikan mata kuliah dengan metode-metode

yang menyenangkan dan memberikan banyak pengetahuan mengenai psikologi.

9. Ibu Dewi Ilma Anatawati, S.Psi, M.Psi, sebagai Dosen pengajar mata kuliah yang senantiasa sabar menghadapi kita termasuk saya ketika di dalam kelas dan memberikan banyak pengetahuan mengenai psikologi kepada saya.
10. Mbak izzah sebagai staf admin Fakultas Psikologi yang selalu ada untuk saya ketika membutuhkan surat-surat penting, dan informasi-informasi akademik perkuliahan.
11. Segenap staf pengajar di Fakultas Psikologi yang telah berbagi ilmu, bimbingan dan nasihat selama menempuh pendidikan.
12. Kepada responden yang telah bersedia membantu mengisi angket dalam kelancaran kegiatan penelitian ini.
13. Kedua orang tua tersayang, tercinta Bapak Achiyat dan Emak Chuzaimah yang selalu memberikan dukungan yang amat tidak terhingga dari jauh, dan selalu mendoakan kelancaran pendidikan anaknya disetiap sholatnya
14. Untuk my love brother Achmad Hadi Iswanto dan Muchamad Taufik Kurniawan, untuk my love sista Ana Rahmawati dan Astrid Herastantri yang selalu memberi, motivasi untuk selalu belajar, memberi banyak pengalaman, menghibur dikala penat dan masih banyak lagi.
15. Untuk keponakanku, Sevina Nabila Khansa yang memberikan semangat melalui tingkahnya yang menyenangkan, Dzakwani Kenza Kurniawan yang setiap hari tingkahnya membuat gemas, Fairis Isyana Khansa yang membuat kagum dengan tingkah lembutnya dan lucu, dan mood boosterku setiap hari dikala lelah dan penat Uthman Hiro Kurniawan.
16. Untuk pikachuku tercinta (Agita, Dewik, Izzi) yang telah memberikan semangat, motivasi, keseruan, dan bantuan selama proses penelitian. Untuk teman-teman S1 Psikologi angkatan 2012 dan adek-adek tingkat Fakultas Psikologi, terima kasih untuk selama empat tahun ini telah memberikan semangat kekompakan kebersamaan yang tidak akan terlupa untuk selamanya

17. Untuk my best Ayuk Winda Vivit Aristya, Izza Amalia, Aulia Hanindita yang selalu menghadirkan canda tawa, keseruan dan menghibur dikala hati sedih. Sahabatku Setya Putra Utama dan Manggalih Utamaningrum yang berada jauh dimalang terimakasih untuk semangatnya dan lelucon yang selalu hadir ketika berkumpul.
18. Terimakasih untuk Johan Fanny Irawan, yang tidak pernah bosan memberi semangat dan motivasi untuk mengerjakan skripsi, yang selalu menemani lembur hingga tengah malam, dan selalu mengingatkan untuk selalu semangat dan tersenyum setiap hari.
19. Serta pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga amal kebaikan semua mendapat imbalan pahala dari Allah SWT, dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca. Akhir kata semoga karya tulis yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi.

Surabaya, 02 September 2016

Penulis

MOTTO

*“procrastination is the bad habbit of putting on until the day after tomorrow
what should have been done the day before yesterday” (Napholeon Hill)*

“Man Jadda Wa Jadda”

Barang siapa yang bersungguh - sungguh akan mendapatkannya

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Pernyataan	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Ucapan Terima Kasih	vi
Abstrak	ix
Abstract	x
Motto	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
	i
 BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat penelitian	
1. Manfaat Teoritis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	10
 BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
A. Prokrastinasi Akademik	
1. Definisi Prokrastinasi	12
2. Definisi Prokrastinasi Akademik	13
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	14
4. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik	19
5. Jenis-jenis Tugas Prokrastinasi Akademik	20
6. Dampak Prokrastinasi Akademik	21

B. Perfeksionisme	
1. Definisi Perfeksionsime	22
2. Apek-aspek Perfeksionisme	23
3. Dampak Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik	25
C. Manajemen Waktu	
1. Definisi Manajemen Waktu	26
2. Aspek-aspek Manajemen Waktu	27
3. Dampak Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik	29
D. Hubungan Antara Perfeksionisme dan Prokrastinasi Akademik dengan Mengendalikan Manajemen waktu	30
E. Kerangka Konsep	34
F. Hipotesis	35
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Desain penelitian.....	36
B. Variabel Penelitian	36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	
1. Prokrastinasi Akademik	36
2. Perfeksionisme	37
3. Manajemen Waktu	37
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	
1. Populasi	38
2. Sampel	38
3. Teknik sampling	38
E. Teknik Pengumpulan Data	39
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	
1. Validitas	44
2. Reliabilitas	45
G. Teknik Analisis Data	46
H. Kerangka Kerja	47

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian	
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	48
2. Gambaran Umum Subyek Penelitian	49
B. Hasil Analisis Data	
1. Uji Validitas dan Reliabilitas	
1. Uji Validitas Seluruh Alat Ukur.....	49
2. Uji Reliabilitas Seluruh Alat Ukur	51
C. Hasil Uji Asumsi	
1. Uji Normalitas Data	52
2. Uji Linearitas	53
D. Hasil Analisis Data	53
E. Pembahasan	55
BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	59
B. Saran	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN	65

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Skor Skala Likert	39
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi Akademik	41
Tabel 3.3. <i>Blue Print</i> Skala Perfeksionsime	42
Tabel 3.4. <i>Blue Print</i> Skala Manajemen Waktu	43
Tabel 4.1. Distribusi Item Pada Skala Prokrastinasi Akademik	50
Tabel 4.2. Distribusi Item Pada Skala Perfeksionisme	50
Tabel 4.3. Distribusi Item Pada Skala Manajemen Waktu.....	51
Tabel 4.4. Hasil Uji Korelasi Parsial	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konsep	34
Gambar 3.1. Kerangka Kerja	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .	Distribusi Data Prokrastinasi Akademik	65
Lampiran 2 .	Distribusi Data Perfeksionisme	69
Lampiran 3 .	Distribusi Data Manajemen Waktu	72
Lampiran 4 .	Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas Prokrastinasi Akademik	77
	<i>Putaran 1</i>	79
	<i>Putaran 2</i>	85
Lampiran 5.	Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas Perfeksionisme	86
	<i>Putaran 1</i>	88
	<i>Putaran 2</i>	90
	<i>Putaran 3</i>	92
	<i>Putaran 4</i>	100
Lampiran 6.	Tabel Uji Validitas dan Reliabilitas Manajemen Waktu	103
	<i>Putaran 1</i>	105
	<i>Putaran 2</i>	107
Lampiran 7.	Uji Asumsi	108
	Uji Normalitas Prokrastinasi Akademik	109
	Uji Normalitas Perfeksionisme	109
	Uji Normalitas Manajemen waktu	109
Lampiran 8.	Uji Linearitas	110
	<i>Anova table</i>	111
Lampiran 9.	Hasil Uji Korelasi Parsial	112
	<i>Correlation Partial</i>	112
Lampiran 10.	Surat izin permohonan melakukan penelitian	
Lampiran 11.	Surat izin melakukan penelitian	
Lampiran 12.	Surat Endorsmen Abstrak	
Lampiran 13.	Kartu Konsultasi Skripsi	

Daftar Pustaka

- Aditomo, A & Retnowati, S. (2004). Perfeksionisme, harga diri, dan kecenderungan depresi pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi*, 1-14.
- Ahmaini, D. (2010). Perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang aktif dengan yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan pema USU. *Skripsi*. Sumatera Utara: Fakultas Psikologi Universitas.
- Ananda, N.Y & Endah, M. (2013). Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastiasi akademik pada siswa program akselerasi. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*, 2, 226-231.
- Almira, R.U. (2013). Tipologi prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi. *Skripsi*. Yogyakarta: Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosil dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Alwisol .(2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Anggawijaya, S. (2013). Hubungan antara depresei dan prokrastinasi akdemik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2, 1-12.
- Atkinson, P.E. (1990). *Manajemen Waktu yang Efektif*. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psiologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Burka, J. B. & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: why you do it, what to do about it now*. USA: Da CapoPress.
- Capan, B.E. (2010). Relathionship among perfectionism, academic procrastination life statification of university student. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 1665-1671.
- Caturnada, L & Puspitawati, I. (2008). Prokrastinasi task differences on thesis introvert and extrovert personality. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Covey, S. R. (2004). *The 7 Habits of Highly Effective People*. New York: Free Press.
- Effendi, S & Sangarimbun, M. (1989). *Metode Penelitian Survey*. Jakarta : LP3ES.
- Felicia, F dkk., .(2014). Kecenderungan pembelian komplusif: peran perfeksionisme dan gaya hidup hedonistic. *Jurnal Pemikiran & penelitian psikologi*, 9, 103-112.

- Flett, Blankstein, Hewitt, Koledin. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behaviour and Personality*, 20, 85-94.
- Fursland, A, dkk., (2009). *Perfectionism in Perspective*. Perth, Western Australia : Centre For Clinical Intervention.
- Gufron, M.N & Rini, R.S.(2014). *Teroi-teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media.
- Gunawinata, V.A.R, dkk., (2008). Perfeksionisme, prokrastinasi akademik, dan penyelesaian skripsi mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23, 256 – 276.
- Gould, J. (2012). *Overcoming Perfectionism*. Ventus Publishing ApS.
- Handayani, S.W.R.I & Suharman. (2012). Konsep diri, stres dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 1, 114-121.
- Hewitt, P.I, & Flett, G.L. (1996). Perfectionism and depression longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology* 105, 276-280.
- Hewitt, P.I, & Flett, G.L. (1998). Psychological distress and the frequency of perfectionistic thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1363-1381.
- Kaplan, R.M & Saccuzzo, D.P. (2012). *Pengukuran Psikologi*. Jakarta : Salemba Humaika.
- Kartadinata & Sia. (2008). Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima, Indonesia Psychological Journal*, 23, 109-119.
- Kennan, K. (1995). *Pedoman Manajemen Waktu*. Jakarta: Pustaka Utama Grafiti.
- Knaus, E. (1986). *Procrastination*. New York: Institute for Rational –Emotive Therapy.
- Liling, R.E., Nurcahyo, A.F & Tanojo, L.K. .(2013). Hubungan antara kecerdasan spiritual dengan prokrastinasi pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Humanitas*, 10, 59-72.
- Lutfiana, V. (2010). Kontribusi manajemen waktu terhadap produktivitas kerja karyawan. *Artikel*. Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma.

- Macan, T.H. (1994). Time management: test of a process model. *Journal of Applied Psychology*, 79,381-39.
- Palmer, S & Neenan, M. (2012). *Cognitive Behavioural Coaching in Practice*. USA: Routledge.
- Prawitasari, J.E. (2012). *Psikologi Terapan Melintas Batas Disiplin Ilmu*. Erlangga: Jakarta.
- Ramdhani, P. (2013). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMP Negeri 2 Anggana. *eJurnal Psikologi*, 1,136-147.
- Ratna, T.P & Widayat, I. W .(2012). Perfeksionisme pada remaja gifted (studi kasus pada peserta didik kelas akselerasi di SMAN 5 Surabaya). *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 14 ,203-209.
- Rumiani. (2006). Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 3,37-48.
- Rusdi, R. (2015). Hubungan antara efikasi diri dan manajemen waktu terhadap stres mahasiswa farmasi semester IV Universitas Mulawarman. *e-Journal Psikologi*, 1, 53-64.
- Rusli, M. (2014). *Pengelolaan Statistik yang Menyenangkan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Rice, G.K. (2012). Perfectionism, procrastination, and psychology distress. *Journal of Counseling Psychology*, 59, 288-302.
- Rizki, S.A. (2009). Hubungan prokrastinasi akademis dan kecurangan akademis pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Sumatra Utara. *Skripsi*. USU Respository.
- Rohadi. (2008). Pengaruh manajemen waktu dan motivasi mengajar terhadap kompetensi profesional guru di sekolah menengah atas (SMA) kota pekalongan. *Tesis*. Universitas Negeri Semarang.
- Rosadi, N. & Widayat, I.W. (2013). Hubungan antara perfeksionisme dengan depresi pada siswa cerdas istimewa di kelas akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 2, 1-8.
- Sandra, K.I & Djalali, M.A (2013). Manajemen waktu, efikasi diri dan prokrastinasi. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 2, 217-222.

- Setyadi, P & Endah, M. (2014). Pengaruh fear of failure dan motivasi berprestasi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang berasal dari program akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 3, 12-20.
- Solomon, L. J. & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive- behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Srantih, T. (2014). Pengaruh perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. *Jurnal Ilmiah Psikologi* 1, 58-68.
- Tambunan, L.V (2013). Prokrastinasi, impulsivitas dan manajemen waktu. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2,1-8.
- Tetan, M.J.(2013). Hubungan antara self esteem dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa angkatan 2010 fakultas psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2, 2-17.
- Taylor, H.L . (1990). *Manajemen Waktu*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Whetten, D.A. & Cameron, K.S. (2011). *Developing Management Skills*. Library of Congress Cataloging-in-Publication Data.
- Yager, J. (2005). *Creative Time Management*. Jakarta : Bhuana Ilmu Populer.