

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan memiliki berbagai tuntutan akademik maupun non-akademik. Kehidupan perkuliahan menuntut mahasiswa untuk mampu menyeimbangkan aspek intelektual, emosional, dan sosial agar dapat meraih keberhasilan akademik (Irvanti *et al.*, 2025). Namun, pada kenyataannya mahasiswa seringkali kewalahan menghadapi banyaknya tuntutan akademik dan aktivitas non-akademik seperti organisasi atau kepanitiaan (Haryanti & Santoso, 2020). Ketidakmampuan dalam mengelola berbagai tuntutan tersebut berpotensi menimbulkan tekanan akademik yang dapat memengaruhi proses belajar dan kinerja mahasiswa.

Di antara berbagai program studi, program studi kedokteran memiliki karakteristik unik dalam metode pembelajaran dan beban akademik. Kedokteran dikenal sebagai salah satu program dengan tantangan akademik berat (Puspita & Kumalasari, 2022). Mahasiswa kedokteran dituntut untuk menguasai berbagai kompetensi klinis dalam waktu yang terbatas sehingga menambah tekanan dalam proses belajar (Hayat *et al.*, 2020). Selama masa pendidikan, mahasiswa menghadapi tantangan akademik yang kompleks, tidak hanya berupa tuntutan pencapaian akademik, tetapi juga beban kerja yang terus meningkat, termasuk pelaksanaan ujian klinis yang intensif (Simalango *et al.*, 2022). Pada sistem pembelajaran berbasis blok, setiap blok berlangsung sekitar lima minggu kegiatan pembelajaran dan satu minggu kegiatan ujian, seperti kuliah pengantar, praktikum,

laboratorium keterampilan, ujian *Multiple Choice Question* (MCQ), dan ujian praktikum (FK Unand dalam Fadhlurrahman *et al.*, 2024).

Pendidikan kedokteran dikenal sebagai bidang pendidikan profesional dengan tuntutan akademik yang tinggi dan sistem pembelajaran yang menekankan kemandirian belajar. Mahasiswa kedokteran diharapkan mampu beradaptasi dengan sistem blok yang menuntut kemandirian belajar yang tinggi (Mustikawati & Putri, 2018). Tingginya tuntutan pada mahasiswa kedokteran tidak selalu diimbangi dengan kesiapan mahasiswa dalam mengelola perilaku belajar secara efektif (Naik *et al.*, 2025). Salah satu bentuk masalah perilaku belajar yang sering muncul pada mahasiswa kedokteran adalah prokrastinasi akademik, yang dapat dipicu oleh beban akademik yang dirasakan (Abdullah *et al.*, 2024).

Prokrastinasi merupakan kecenderungan menunda dalam melakukan suatu pekerjaan (Steel, 2007). Berdasarkan Ferrari *et al.* (1995), prokrastinasi yang dilakukan dalam lingkup akademik disebut dengan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan penundaan yang dilakukan dengan sengaja dan berulang terhadap tugas-tugas akademik, meskipun individu menyadari bahwa penundaan tersebut dapat berdampak negatif terhadap kinerja dan kesejahteraan individu (McCloskey & Scielzo, 2015; Tuckman, 1991). Adapun yang diartikan sebagai tugas akademik adalah tugas formal yang berhubungan dengan kinerja akademik seorang pelaku pendidikan khususnya mahasiswa, seperti membuat makalah, membaca buku, menghadiri perkuliahan, hingga belajar untuk ujian (Solomon & Rothblum, 1984).

Prokrastinasi akademik menjadi permasalahan serius yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran. Berdasarkan beberapa penelitian ditemukan mahasiswa kedokteran memiliki prokrastinasi akademik dengan kategorisasi tinggi. Penelitian Ahmady *et al.* (2025) pada mahasiswa kedokteran menemukan bahwa mayoritas sebesar 58,8% memiliki tingkat prokrastinasi tinggi. Sejalan dengan penelitian Saranga *et al.* (2025) yang menemukan bahwa dari 233 mahasiswa kedokteran, mayoritas memiliki prokrastinasi tinggi sebesar 51,07%. Selain itu, prokrastinasi akademik terjadi pada seluruh tingkatan pada mahasiswa kedokteran dengan mahasiswa tahun pertama memiliki tingkat lebih tinggi meskipun perbedaannya relatif kecil dengan 52,5% pada kategorisasi tingkat tinggi (Tahir *et al.*, 2022). Penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa pada mahasiswa kedokteran, prokrastinasi akademik rentan terjadi.

Fenomena serupa juga terjadi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Berdasarkan survei dengan pertanyaan tertutup dan terbuka yang dilakukan peneliti pada 20 mahasiswa tersebut ditemukan sebanyak 65% sering menunda pengerjaan tugas kuliah hingga *deadline* dan 70% sering tergoda melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan ketika seharusnya belajar atau mengerjakan tugas. Bentuk penundaan yang paling sering dilakukan meliputi menunda membaca materi mingguan atau modul blok, mengerjakan tugas laporan tertulis, serta belajar untuk ujian. Meskipun demikian, mahasiswa menyadari bahwa perilaku penundaan tersebut berdampak negatif, antara lain penurunan kualitas tugas dan performa akademik, meningkatnya risiko remedial, serta gangguan kesehatan fisik seperti peningkatan frekuensi begadang.

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang mengkhawatirkan dan serius karena memiliki dampak negatif terhadap mahasiswa (Abdizarrin *et al.*, 2020). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara prokrastinasi akademik dengan berbagai kondisi psikologis dan perilaku negatif, seperti stres, kecemasan, depresi, ketidakpuasan, kritik diri, penyesalan, prestasi akademik yang rendah, dan penurunan kinerja belajar (Abdizarrin *et al.*, 2020; Gayary & Kalita, 2025; Kathleen & Basaria, 2021; Rozental *et al.*, 2022; Stoliarchuk *et al.*, 2022). Pada mahasiswa kedokteran, prokrastinasi yang tidak ditangani dengan baik dapat berdampak pada karier masa depan serta kualitas pelayanan dan hasil perawatan pasien (Thapa & Rimal, 2024). Prokrastinasi dalam mempelajari pengetahuan teoretis maupun keterampilan klinis tidak hanya menghambat perkembangan pribadi, tetapi juga berpotensi membahayakan keselamatan pasien, yang menunjukkan adanya dampak lanjutan dari prokrastinasi akademik. (Romash, 2020).

Di sisi lain, tidak seluruh mahasiswa kedokteran mengalami prokrastinasi akademik meskipun menghadapi tuntutan akademik yang sama. Salah satu faktor yang memengaruhi perbedaan dalam berkembangnya prokrastinasi akademik pada mahasiswa adalah faktor intrapersonal (Khosla, 2021). Faktor intrapersonal dapat meliputi ciri kepribadian dan karakteristik ciri individu. Hal ini dapat terlihat berdasarkan hasil survei awal pada 20 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas bahwa penundaan pengerjaan tugas akademik pada mahasiswa kedokteran disebabkan oleh berbagai faktor. Sebanyak 75% disebabkan oleh faktor internal (menunggu *mood* atau motivasi yang tepat, memilih aktivitas yang lebih menyenangkan, merasa tenggat waktu yang lama, dan

ingin hasil yang sempurna) dan 25% menunda karena faktor eksternal (tingkat kesulitan tugas dan jadwal yang padat). Hasil survei ini menunjukkan bahwa berbagai faktor yang menjadi penyebab penundaan tugas akademik pada mahasiswa kedokteran didominasi oleh faktor internal daripada faktor eksternal.

Berbagai penelitian telah mengidentifikasi mekanisme psikologis yang mendasari prokrastinasi akademik. Prokrastinasi bukan sekadar masalah manajemen waktu, melainkan pola perilaku kompleks yang melibatkan aspek kognitif, emosional, dan lingkungan. Faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik umumnya dapat dikategorikan ke dalam karakteristik tugas, faktor situasional, dan faktor kepribadian (Oktaria *et al.*, 2021; Paskila *et al.*, 2025). Sejalan dengan hal tersebut, Nabila (2023) menyatakan bahwa prokrastinasi dapat dipicu oleh faktor internal seperti kondisi fisik dan psikologis, serta faktor eksternal seperti lingkungan belajar dan tingkat kesulitan tugas.

Berdasarkan Schuenemann *et al.* (2022) prokrastinasi dipahami sebagai strategi regulasi emosi jangka pendek, di mana individu menghindari tugas yang dipersepsikan tidak menyenangkan atau menimbulkan tekanan emosional. Pola ini sering kali muncul ketika individu mengalami ketakutan akan kegagalan (*fear of failure*) dan menggunakan gaya *coping* yang bersifat menghindar (*avoidant coping*), yang diidentifikasi sebagai faktor psikologis utama dalam prokrastinasi akademik (Sirois *et al.*, 2017; Solomon & Rothblum, 1984). Namun, kegagalan yang dipersepsikan tidak hanya berkaitan dengan tuntutan tugas, melainkan dengan ketidakmampuan memenuhi standar yang sangat tinggi atau mencapai hasil yang sempurna sehingga *trait* kepribadian tertentu menjadi semakin relevan (Sirois *et al.*, 2017).

Perfeksionisme memainkan peran sentral dalam mempertahankan kegagalan regulasi diri yang dikenali sebagai prokrastinasi akademik (Sirois *et al.*, 2017). Individu dengan kecenderungan perfeksionistik cenderung menetapkan standar yang tinggi terhadap dirinya, sehingga tugas akademik dipersepsikan sebagai ancaman apabila hasil yang dicapai tidak sesuai dengan standar tersebut. Penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun prokrastinasi dipengaruhi oleh berbagai faktor motivasional dan situasional, *trait* kepribadian memiliki peran yang signifikan karena membentuk cara individu memersepsikan, mengevaluasi, dan merespons tuntutan akademik (Steel & Klingsieck, 2016). Di antara berbagai *trait* kepribadian tersebut, perfeksionisme diidentifikasi sebagai salah satu karakteristik yang paling erat kaitannya dengan prokrastinasi akademik bahkan berkontribusi terhadap keberlanjutan perilaku prokrastinasi itu sendiri (Wardani *et al.*, 2021).

Perfeksionisme merupakan sifat kepribadian untuk mencapai standar diri yang tinggi diikuti dengan kecenderungan evaluasi diri yang berkaitan dengan kekhawatiran evaluasi eksternal negatif (Rice *et al.*, 2014; Stoeber, 2018; Stoeber & Otto, 2006). Menurut Rice *et al.* (2014), perfeksionisme terdiri dari dua dimensi utama, yaitu *standard*, yang merujuk pada penetapan standar pribadi yang tinggi, dan *discrepancy*, yang merujuk pada persepsi kesenjangan antara standar yang ditetapkan dengan performa aktual individu. Perfeksionisme dapat memengaruhi cara mahasiswa mengevaluasi tuntutan tugas yang menentukan apakah tugas akan dihadapi atau dihindari. Prokrastinasi akademik cenderung muncul ketika mahasiswa menetapkan tuntutan dan standar tinggi sehingga takut apabila tugas yang dikerjakan tidak mendapatkan hasil baik dan tidak memenuhi standar yang ditetapkan (Agarwal & Joy, 2023; Mistica *et al.*, 2023). Namun, perfeksionisme

tidak hanya memiliki aspek negatif melainkan juga memiliki aspek positif. Mahasiswa yang menetapkan standar tinggi dan berorientasi untuk mencapai standar tersebut cenderung mengurangi perilaku prokrastinasi akademik (Huang *et al.*, 2023).

Perfeksionisme dapat bersifat adaptif maupun maladaptif, tergantung pada bagaimana individu menetapkan standar dan menilai pencapaian dirinya. Individu dengan standar diri tinggi cenderung menetapkan tujuan akademik yang tinggi namun tetap realistis, disertai dengan disiplin diri dalam aktivitas akademik serta evaluasi diri yang positif. Karakteristik ini berkontribusi pada *self-esteem* tinggi dan motivasi akademik yang kuat, bahkan ketika individu menghadapi kritik dari lingkungan (Abdollahi *et al.*, 2020; Jing *et al.*, 2025; Kurtovic *et al.*, 2019). Sedangkan, individu dengan *evaluative concern perfectionism (discrepancy)* tinggi ditandai oleh kritik diri negatif, ketakutan terhadap kritik diri sendiri maupun orang lain, kekhawatiran akan penilaian negatif dari lingkungan, ketakutan akan kegagalan, keraguan terhadap kemampuan diri, serta perasaan bersalah dan malu setiap kali mengalami kegagalan. Karakteristik ini dapat meningkatkan kecemasan individu ketika menghadapi situasi yang menantang, sehingga cenderung menghindari kondisi tersebut dan menunda penyelesaian tugas akademik untuk menghindari munculnya perasaan negatif (Abdollahi *et al.*, 2020; Jing *et al.*, 2025; Kurtovic *et al.*, 2019).

Perfeksionisme tidak hanya bersifat internal, tetapi juga dipengaruhi secara eksternal oleh budaya pendidikan kedokteran. Meskipun perfeksionisme merupakan karakteristik individual, penelitian Bynum *et al.* (2019) dan Ladonna *et al.* (2018) menunjukkan bahwa pendidikan kedokteran dapat berkontribusi pada

perkembangan atau peningkatan perfeksionisme. Mahasiswa kedokteran belajar nilai presisi dan kesempurnaan, di mana kesalahan kecil harus dihindari, serta cenderung menjadi *overachiever* dengan ekspektasi tinggi terhadap keberhasilan akademik (Morcos & Awan, 2020). Standar diri yang sangat tinggi pada mahasiswa kedokteran tidak hanya berkaitan dengan pencapaian kompetensi akademik, tetapi dapat menjadi faktor risiko munculnya tekanan psikologis dan prokrastinasi akademik (Cho & Lee, 2022).

Pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, indikasi perfeksionisme dapat terlihat berdasarkan penelitian sebelumnya. Penelitian Fadhlurrahman *et al.* (2024) pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki kecenderungan untuk menetapkan dan berusaha mencapai standar performa yang tinggi. Hal ini juga didukung dengan hasil survei peneliti pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Berdasarkan hasil survei dari 20 responden, 60% memiliki standar diri tinggi dan 35% memiliki standar diri sangat tinggi, khususnya dalam aspek akademik.

Penelitian terkait hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik sudah banyak dilakukan. Berbagai penelitian di luar Indonesia menunjukkan bahwa kedua dimensi perfeksionisme memiliki hubungan yang berbeda dengan prokrastinasi akademik. Dimensi *standard* memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik. Di sisi lain, *discrepancy* memiliki hubungan positif dengan prokrastinasi akademik (Abdollahi *et al.*, 2020; Huang *et al.*, 2023; Jing *et al.*, 2025; Kurtovic *et al.*, 2019).

Meskipun demikian, penelitian terkait kedua variabel ini masih memiliki hasil yang tidak konsisten. Sebagian besar penelitian di Indonesia menemukan adanya hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel tersebut dengan berbagai konteks, seperti remaja, mahasiswa non medis, dan mahasiswa yang mengerjakan skripsi (Basaria & Aryani, 2021; Nurmaidah & Fitriani, 2024; Setiawan & Faradina, 2018). Namun, penelitian yang dilakukan oleh Abadi *et al.* (2024) pada mahasiswa fakultas psikologi melaporkan tidak adanya pengaruh signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, Mistica *et al.* (2023) menemukan bahwa perfeksionisme justru memiliki hubungan negatif dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Penelitian-penelitian ini masih menggunakan pengukuran perfeksionisme secara unidimensional tanpa membedakan aspek positif dan negatif perfeksionisme, di mana berdasarkan Rice *et al.* (2014) perfeksionisme terbagi menjadi dua dimensi yakni, *standard* dan *discrepancy* yang masing-masing memiliki dampak berbeda terhadap individu. Selain itu, adanya perbedaan subjek yang digunakan dalam penelitian juga dapat memengaruhi hasil penelitian.

Penelitian terkait kedua variabel ini telah banyak dikaji, namun sebagian besar penelitian berfokus pada mahasiswa non-medis (Abadi *et al.*, 2024; Mistica *et al.*, 2023; Nurmaidah & Fitriani, 2024). Belum terdapat penelitian yang mengkaji fokus pada konteks mahasiswa kedokteran, khususnya di Indonesia yang memiliki tekanan akademik dan ekspektasi sosial tinggi. Selain itu, hasil penelitian di Indonesia sebelumnya menunjukkan inkonsistensi hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk menguji hubungan perfeksionisme (*standard* dan *discrepancy*) dengan prokrastinasi akademik pada

mahasiswa Kedokteran di Universitas Andalas. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan data empiris yang dapat digunakan untuk mencegah prokrastinasi akademik dengan mengantisipasi adanya perfeksionisme.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *standard* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *discrepancy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Andalas?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui hubungan antara *standard* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui hubungan antara *discrepancy* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Kedokteran Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan kajian teoritis mengenai hubungan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik, khususnya pada populasi dengan tekanan akademik tinggi seperti mahasiswa kedokteran.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi tenaga pengajar dan konselor pendidikan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bahwa prokrastinasi akademik adalah masalah yang sering dihadapi oleh mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, sehingga konselor diharapkan dapat membantu mahasiswa menghadapi masalah ini.
2. Bagi mahasiswa kedokteran. Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran diri terhadap hubungan perfeksionis dan prokrastinasi akademik.
3. Bagi peneliti selanjutnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan serta sumbangan referensi untuk membantu pengembangan penelitian terkait hubungan perfeksionisme dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa kedokteran.

