

Pengaruh *Academic Perfectionism* terhadap *Academic Stress* pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar

The Influence of Academic Perfectionism Toward Academic Stress of Final Semester Students in Makassar

Indra Cahyadi*, Arie Gunawan Hazairin Zubair, Titin Florentina Purwasetiawatik
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa
Email: indracahyadi31@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Academic Perfectionism* terhadap *Academic Stress* Pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar. Sampel penelitian sebanyak 516 responden Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar. Pengumpulan data penelitian menggunakan dua jenis skala yaitu skala siap sebar *Academic Stress* yang telah diadaptasi oleh Yelena (2012) dari skala asli Gadzella (1991) dan skala *Academic Perfectionism* Liu & Berzenski (2022) yang telah diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti. Pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *Academic Perfectionism* terhadap *Academic Stress* pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar dengan nilai signifikan ($p < 0.005$) dan kontribusi sebesar 5.5%, dengan arah positif, semakin tinggi *Academic Perfectionism* maka *Academic Stress* Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar juga semakin tinggi. Kesimpulan pada penelitian ini adalah *Academic Perfectionism* dapat menjadi prediktor *Academic Stress* pada Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar.

Kata Kunci: *Academic Perfectionism*, *Academic Stress*, Mahasiswa Semester Akhir.

Abstract

This research aims determine the effect of *Academic Perfectionism* on *Academic Stress* in Final Semester Students in Makassar City. Research samples were 516 Respondent Final Semester Students in Makassar City. Collecting research data using two types of scales, namely the *Academic Stress* ready scale which has been adapted by Yelena (2012) from Gadzella's original scale (1991) and Liu & Berzenski's *Academic Perfectionism* scale (2022) which has been adapted and modified by researchers. Quantitative approach with simple regression analysis method. The results showed that there was an influence of *Academic Perfectionism* on *Academic Stress* in Final Semester Students in Makassar City with significant value ($p < 0.005$) and contribution of 5.5%, with positive direction, higher *Academic Perfectionism* then *Academic Stress* Final Semester Students in Makassar City also higher. Conclusions showed that *Academic Perfectionism* can be a predictor of *Academic Stress* in Final Semester Students in Makassar City.

Keywords: *Academic Perfectionism*, *Academic Stress*, Final Semester Student.

PENDAHULUAN

Pendidikan sebagai sistem kontrol dalam pengembangan kognitif, peningkatan mutu dan juga kualitas bagi Mahasiswa. Berdasarkan peraturan perundang-undangan yang mencakup wilayah pada pendidikan serta diatur dalam UU Nomor 12 Tahun 2012 pada Bab I Pasal 1, mengenai ketentuan umum pendidikan, menjadikan status pendidikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara. Mahasiswa sebagai pelajar dan bagian dari civitas akademik memiliki tugas dan juga tanggung jawab untuk memberikan pengembangan baik pada potensi dan juga pengetahuan pada diri sebagai wujud transformasi dari ilmu pengetahuan. Peraturan perundang-undang Republik Indoneisa Tahun 2012 pasal 3 ayat 2 mengenai

tugas mahasiswa untuk mengembangkan potensi dengan proses pembelajaran, pengembangan hingga proses penguasaan terhadap ilmu pengetahuan.

Berdasarkan pernyataan diatas tentu akan memberikan manfaat untuk Mahasiswa untuk menjadi panutan di lingkungan masyarakat. Berdasarkan aturan-aturan mengenai pendidikan yang telah diatur, untuk menunjang proses pembelajaran lebih terarah dan efektif, berbanding terbalik dengan proses yang dialami oleh Mahasiswa, proses-proses akademik yang seharusnya dilalui untuk memperoleh dampak yang positif, berujung pada kondisi mahasiswa yang mengalami kelelahan dan juga stres selama proses akademik yang dilalui. Merujuk pada hasil wawancara peneliti untuk menujung data awal pada fenomena stres dikalangan mahasiswa menemukan, kondisi stres dominan terjadi dikalangan Mahasiswa semester akhir. Hal ini juga didukung oleh penelitian (Syahril, Jannah & Fatiman, 2021; Akunne & Nnadi, 2021) menunjukkan hasil penelitian bahwa kondisi stres pada Mahasiswa terjadi pada jenjang yang lebih tinggi yaitu semester akhir.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kondisi stress saat menjalani masa studi mereka (Omar, et all, 2019). Intensitas tingkat stres yang terjadi di kalangan Mahasiswa dikategorikan menjadi 2 level intensitas stress yaitu tinggi sedang dan rendah (Sagita, Fairuz & Aisyah, 2021; Yikealo, Tareke & Karvinen, 2018; Ambrawati, Pinilih & Astuti, 2017). Kondisi stress yang dialami oleh mahasiswa semester akhir pada proses akademik dikenal dengan istilah *Academic Stress*. Agnihotri (2018) *Academic Stress* merupakan situasi yang memberikan perasaan tertekan dalam menjalani proses pendidikan, hal ini memberikan beban yang sifatnya melebihi daya serta kemampuan dan berdampak pada tekanan secara fisik, emosional dan juga mental. Kondisi stres yang dialami oleh mahasiswa didasarkan pada stresor akademik yang merupakan aspek dari *Academic Stress*.

Gadzella (1994) menjelaskan bahwa stress akademik sebagai persepsi individu terhadap stressor akademik dengan kondisi yang menekan karenan tuntutan untuk melakukan penyesuaian diluar kenormalan pada kehidupan individu yang kemudian menimbulkan reaksi terhadap stressor yang timbul, sehingga tolak ukur terdiri *Academic Stress* terdiri dari dua aspek, *stressor academic* dengan sub aspek *frustration, conflicts, pressures, change* dan *self-imposed* dan *Reaction to stressor* terdiri dari sub aspek *Physiological, Emotional, Behavioral* dan *Cognitive Appraisal*. *Academic Stress* yang dialami oleh mahasiswa akan berdampak pada *Academic Performace* (Vermunt, 2005; Bekoe, et all, 2015; Mehfooz & Haider (2017), *Academic Bernout* (Maslach & Jackson, 1981; Lin & Huang, 2013; Shin & Hwang, 2020), *Suicidal Idetion* (Khan et, all, 2016; Desai, Chavda & Shah; 2021; Karel & Reagen, 2022; Cheng, et all, 2009; Okechukwu et all., 2022; Obinna, Zachariah & George, 2021; Ang & Huan, 2006; Yadav & Srivastava, 2020; Nkwuda, et all., 2020). *Eating Disorder* (Tavolocci, Dechelotte & Ladner, 2020; Soukup, Beiler & Terrell, 1990; Caso, et all, 2020; Howard, Romano & Heron, 2020), *Self-Injury* (Kiekens, et all, 2017; Tan, et all, 2012) serta menimbulkan perasaan khawatir khawatir (Huan, See, Ang & Har, 2008; Pascoe, Hetrick & Parker, 2019; Mijangos, et all. 2022).

Berdasarkan dampak yang ditimbulkan oleh fenomena *Academic Stress* diatas, penting untuk meninjau dari segi faktor-faktor penyebab timbulnya. Berdasarkan hasil tinjauan untuk faktor, juga didasarkan pada hasil wawancara terhadap beberapa responden, menemukan bahwa ketika mahasiswa berusaha untuk memenuhi standar pendidikan yang diharapkan baik pada diri maupun orang lain akan membuat mereka melakukan kritik pada diri yang kemudian membaut kritik tersebut menjadi tekanan bagi mereka dalam menalani pendidikan, Hal ini merupakan bentuk kecenderungan dari *Academic Perfectionims* pada mahasiswa. Liu & Berzenski (2022) menjelaskan konsep *Academic Perfectionims* sebagai kecenderungan pada individu untuk menjadi sempurna, hal ini diidentifikasi dengan mengejar standar yang tinggi terhadap pencapaian akademik pada mahasiswa. *Academic Perfectionims* menimbulkan dorongan kesempurnaan untuk konteks akademik dan juga didasarkan pada penilaian atau kritik diri yang keras pada diri, ketika standar yang ditetapkan tidak terpenuhi. *Perfectionism* dapat bersifat adaptif yang berkaitan dengan status kondisi emosi yang bersifat positif dan negatif pada diri individu, dalam hal ini perfectionism yang positif mengacu seperangkat kognisi dan perilaku yang mengarahkan individu untuk mencapai tujuan tingkat tinggi melalui penguatan positif untuk berhasil dalam integrasi akademik yang lebih baik. Sebaliknya, perfeksionisme negatif akan mewakili individu yang berjuang untuk pencapaian standar kinerja yang tidak realistis dan mencakup penguatan negatif dan rasa takut akan kegagalan,

Berdasarkan pendapat ahli *perfectionism* pada penelitian ini, lebih merujuk pada kecenderungan yang negatif seperti *perfectionism* juga dapat meliputi pencapaian yang berlebihan serta ekspektasi yang tidak realistis dengan diri maupun individu lainnya dalam menuntut kesempurnaan (Cavell, 2012; Gould 2012). Menetapkan standar keteraturan yang tinggi, *perfectionisme* mengambil peran untuk memdiagnosis psikopatologi. Hal ini dapat memicu kegagalan dan berujung pada kondisi stres (Hewitt & Flett, 2002). Hal ini dikarenakan perasaan takut pada evaluasi yang negatif selama proses pembelajaran yang memicu persepsi stres dikalangan mahasiswa (Gul & Reseed, 2017). Berdasarkan penjelasan yang telah dijabarkan diatas, peneliti saat ini menyadari bahwa adanya resiko stres pada Mahasiswa dari peran yang sifatnya relevan dimainkan oleh perilaku *perfectionism* dalam kinerja akademik. Sehingga peneliti kemudian berasumsi bahwa *Academic Perfectionims* memiliki pengaruh pada *Academic Stress* pada mahasiswa akhir di kota makassar.

Academic Stress

Academic Stress atau stres akademik merupakan istilah yang pertama kali digunakan oleh Ahli Stres dan endokronologi yaitu Hans Selye pada tahun (1929) yang merupakan bapak ahli sekaligus peneliti Stres. Stres sebagai gairah fisiologi yang memicu respon, akibat dari kejadian eksternal yaitu stimulus yang menyebabkan kondisi fisiologi mengalami peningkatan dan penurunan yang dapat berujung pada kelelahan. Sarafino & Smith (2011) Menjelaskan konsep stres sebagai stimulus yang mengarah pada lingkungan, yang menantang secara fisik dan psikologi, atau disebut sebagai *stressor* yang memicu terjadinya stres pada individu. Istilah stress yang kompleks saat ini sudah mengalami perkembangan baik dari teori bahkan kontrak pengukuran stres, yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti. Salah satu perkembangan yang juga dapat dilihat adalah konteks bidang stress yang lebih spesifik seperti halnya stres di bidang pendidikan.

Lazarus dan Folkman (1994) Menjelaskan bahwa *Academic Stress* merupakan masalah akademik yang disebabkan oleh tuntutan akademik serta kinerja dari penguasaan tinggi, hal ini menyebabkan kecenderungan membuat mahasiswa melakukan penilaian kinerja akademik sebagai suatu bentuk ancaman yang tentunya akan berdampak pada kemampuan, strategi coping dan juga ketakutan serta kurangnya semangat hingga menurunnya kepercayaan pada diri terhadap kinerja perguruan tinggi. Gadzella (1991) mendefinisikan *Academic Stress* sebagai suatu bentuk presops individu mengenai stressor akademik yang melibatkan reaksi terhadap stressor yang ada, *stressor* sebagai suatu kondisi atau stimuli, dan berkaitan dengan keinginan untuk menuntut penyesuaian diluar konteks kehidupan pada umumnya yang menimbulkan kesulitan pada diri dalam menanganinya, sehingga memicu reaksi-reaksi pada stressor yang ada. Reaksi ini terdiri dari empat jenis reaksi, yaitu fisik, emosional, perilaku dan juga kognitif yang merujuk pada penilaian atau evaluasi pada stressor apakah siaftnya relevan atau tidak dan strategi dalam mengatasi stressor. Gazdella (1994) menjabarkan aspek dari *Academic Stress* menjadi dua Aspek yaitu Aspek *Stressor Academic* dengan sub-aspek *Frustration, Conflict, Preassure, Change, Self-Imposed* dan Aspek *Reaction to Stressor* dengan sub sub-aspek *Physiological, Emotional, Behavioral & Cognitive Appraisal*.

Academic Perfectionims

Perfectionism atau perfeksionisme adalah perilaku pada individu yang muncul akibat dari menetapkan standar tinggi dengan kecenderungan untuk menjadi sempurna baik pada diri sendiri atau orang lain. Istilah *perfectionism* dalam sejarahnya dikemukakan oleh Hollender (1996) yang menjelaskan *perfectionism* sebagai seatu tuntutan pada diri sendiri dan tidak menutup kemungkinan pada individu lainnya, salah satu hal yang memicu *perfectionism* muncul yaitu untuk menjadi sempurna dalam segala dengan menetapkan standar dengan kualitas kinerja yang tinggi dari apa yang seharusnya. Perilaku menuntut kesempurnaan pada *perfectionism* menyebabkan perasaan takut akan kegagalan sehingga sulit untuk menerima atau merasa puas, dengan apa yang telah dicapai, karena sifat pencapaian yang kurang sempurna atau tidak sesuai dengan standar dari individu tersebut. Individu dengan *perfectionism* memiliki kecenderungan untuk memperhatikan kecermatan, ketertiban terlalu teliti, dan harus sesuai dengan apa yang menjadi standar bagi individu tersebut, hal ini memperlihatkan kecenderungan individu dengan perfeksionisme dengan keunggulan tanpa celah.

Individu Perfeksionisme adalah orang yang unggul dan tidak memberikan kesempatan atau celah terhadap ketidaksesuaian pada hidup dan berusaha secara keras untuk mencapai standar kesempurnaan (Horney, 1950; Burns, 1980). Definisi Perfectionism Forst, Marten & Lahart, Rosenblate (1990) sebagai penetapan terhadap kinerja yang tinggi serta evaluasi dan penilaian perilaku pada diri sendiri dengan sangat kritis. Definisi *perfectionism* telah mengalami perkembangan sesuai dengan kebutuhan bidang penelitian dengan konteks khusus, terutama di bidang pendidikan yaitu akademik mahasiswa. Liu & Berzenski (2022) menjelaskan konteks perfeksionisme dibidang akademik yang dikenal dengan istilah *Academic Perfectionism*, yang merupakan bentuk tuntutan yang cenderung untuk menjadi sempurna dari setiap proses pencapaian dalam akademik.

Hal ini dilakukan dengan menetapkan standar yang tinggi pada diri serta menantang pada kinerja akademik, dan kemudian diikuti dengan penilaian yang bersifat ketat, ketika standar kesempurnaan yang ditetapkan tidak terpenuhi. *Academic Perfectionism* membuat individu untuk menjadi sempurna, dari ketidaksempurnaan yang dapat memicu kondisi psikologi pada mental individu. Tingkat perfectionism yang tinggi memiliki hasrat atau keinginan yang kuat untuk menjadi sempurna terhadap apa yang ingin dicapai dari segi aspek kehidupan (Hewitt & Flett, 1991). Liu & Berzenski (2022) menjabarkan 2 faktor tingkat tinggi (*higher-order factor*) dari *Academic Perfectionism*, yang pertama *Rigid Academic Perfectionism* dengan sub-faktor *Self-Oriented Perfectionism*, Kedua *Self-Critical Perfectionism* dengan sub-faktor *Self-Criticism*, *Doubts About Action*, *Socially Prescribed Perfectionism*.

METODE PENELITIAN

Responden

Partisipan pada penelitian ini berjumlah 516 responden (N=516) dan merupakan Mahasiswa Semester Akhir di Kota Makassar dengan rentang usia 20-25 Tahun, Penentuan jumlah sampel penelitian dilakukan dengan menggunakan *software G*Power 4.1.9.4* dengan *Effect size f² small* 0.02, dan *alpha err prob* sebesar 0.05 dan nilai *power r (1 - beta err prob)* berkisar 0.80 dengan uji statistik linear sederhana dengan 1 prediktor pada penelitian yang menghasilkan jumlah sebanyak 395 sampel untuk penelitian ini. Teknik Pengambilan sampel yang digunakan yaitu pendekatan non-probability sampling dengan teknik purposive sampling. jumlah laki-laki sebanyak 25.6% dan perempuan 74.4% ($M=1.74$, $SD = 0.437$ dengan nilai IPK Tanpa Predikat IPK 2.50-2.75 (2.1%) Predikat Memuaskan IPK 2.76-2.99 (1.7) Predikat Sangat Memuaskan IPK 3.00-3.50 (71.1) dan Predikat Pujian Cumlaude (3.51-4.00) dengan ($M= 4.65\%$ $SD= 0.625$).

Instrumen penelitian

Skala *Academic Stress* pada penelitian ini adalah skala siap pakai dari skala yang telah diadaptasi oleh Yelena (2012) dari skala asli *Academic Stress* Gadzella (1994). Yang terdiri dari 48 item yang valid setelah uji validitas konstruk, skala ini menunjukkan reliabilitas sebesar ($\alpha = 0,941$). Pernyataan pada skala ini dijawab menggunakan skala tipe likert dengan lima alternatif pilihan jawaban yaitu Tidak Pernah, Jarang, Kadang-Kadang, Sering dan Hampir Setiap Waktu. Contoh Item “*Saya pernah mengalami frustrasi saat pencapaian tujuan saya tertunda*” (*Stressor Academic*), dan “*Berkeringat berlebihan*” (*Reaction to Stressor*).

Skala *Academic Perfectionism* pada penelitian ini adalah skala diadaptasi dan dimodifikasi peneliti dari skala yang Liu & Berzenski (2022), skala ini terdiri dari 26 item yang valid setelah uji validitas konstruk, skala ini menunjukkan reliabilitas sebesar ($\alpha = 0,905$). Pernyataan pada skala ini dijawab menggunakan skala tipe likert dengan lima alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Netral, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Contoh Item (*Rigid Academic*) “*Saya sangat ingin mendapatkan nilai kuliah yang sempurna (SOP)*” dan item)” (*Self-Critical Perfectionism*) “*Saya marah pada diri saya sendiri ketika kinerja saya dalam suatu tugas tidak sempurna (SC)*).

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan Teknik analisis regresi linear sederhana, Teknik analisis data meliputi uji asumsi dan uji hipotesis. Peneliti melakukan uji normalitas dan linearitas. Berdasarkan hasil analisis data dapat dinyatakan terdistribusi secara normal dengan hubungan yang linier. Di bawah ini merupakan analisis regresi linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Tabel 1. Hasil Analisis Uji Hipotesis

Variabel	R Square	F	Sig.	Keterangan
<i>Academic Perfectionisms Terhadap Academic Stress</i>	0.055	29.817	0.000	Signifikan

Hasil analisis data yang telah diperoleh menunjukkan bahwa *Academic Perfectionisms* sebagai pengaruh *Academic Stress* yang ditunjukkan dengan perolehan hasil nilai *R Square* 0,055 yang menandakan bahwa terdapat kontribusi *Academic Perfectionisms* terhadap *Academic Stress* pada mahasiswa semester akhir di kota Makassar sebesar 5,5 %. Berdasarkan hasil nilai dari kontribusi yang diperoleh juga menunjukkan nilai *F* sebesar 29.817, dengan perolehan nilai signifikansi sebesar ($p = 0.000$; $p < 0.05$). *Academic Perfeksiniism* tidak dapat menjadi pengaruh terhadap *Academic Stress* pada Mahasiswa akhir di Kota Makassar, ditolak Hal ini menunjukkan bahwa *Academic Perfectionisms* mampu memberikan pengaruh terhadap *Academic Stress*.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis pengolahan data yang dilakukan menunjukkan bahwa bahwa *Academic Perfectionisms* secara signifikan memberikan pengaruh secara positif pada *Academic Stress* mahasiswa semester akhir dikota makassar, Semakin tinggi *Academic Perfectionisms* maka semakin tinggi pula akademis stress pada mahasiswa semester akhir dikota Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Liu & Barzenski (2022), mengenai perfeksionisme secara domain umum memprediksi stres pada mahasiswa serta menunjukkan bahwa konstruk perfeksionisme terkait dengan konteks yang sifatnya negatif. Berdasarkan hasil penelitian Cowie, et all, (2018), menjelaskan bahwa *academic perfectionism* secara signifikan mampu untuk memprediksi secara positif *academic stress* pada mahasiswa. Penelitian. Hewitt, et all (2003) menyatakan bahwa tingginya *Academic Perfectionisms* menyebabkan manifestasi interpersonal pada diri individu, melalui pola prestasi, yang memberikan penampilan seperti citra kesempurnaan serta berusaha menutupi ketidaksempurnaan pada individu lain. Berdasarkan penjelasan diatas menunjukkan bahwa individu memiliki tuntutan untuk melakukan penyesuaian pada diri dengan cara yang menekan. Teori Gadzella (1994) menjabarkan penyesuaian yang merujuk pada keinginan untuk diperhatikan, perfeksionisme serta perasaan cemas yang sifatnya mengganggu dan juga memberikan ketidaknyamanan pada diri. Peneliti kemudian meninjau besarnya kontribusi *academic perfectionism* pada *Academic Stress* yang menunjukkan indikasi perilaku negatif.

Pada penelitian ini cenderung menjelaskan sisi negatif dari *Academic Perfectionisms*. Berdasarkan penjabaran teori dan hasil-hasil penelitian diatas juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hewitt dan Flett (1991) perilaku perfeksionisme pada diri dapat menyebabkan stress yang diakibatkan dari tekanan, hal ini karena kecenderungan dari individu dalam mengevaluasi dengan ketat dan juga lebih kepada aspek perfeksionisme negatif dari kinerja individu. Konstruk atau domain umum seperti stres pada perfeksionisme merupakan konstruk dengan konteks yang negatif (Liu & Barzenski, 2022). Berdasarkan asumsi dan hasil analisis data penelitian juga menemukan bahwa sikap perfeksionisme akademik memberikan kecenderungan untuk sempurna pada proses pencapaian akademik. Hal ini dilakukan dengan menetapkan standar yang tinggi pada diri yang menantang pada proses dan kinerja akademik yang. Individu dengan perfeksionisme dengan level yang tinggi memiliki hasrat atau keinginan untuk menjadi sempurna dalam aspek kehidupan dan berkaitan dengan kondisi kesehatan mental. Berdasarkan penelitian Fernandez, et all, (2022) menemukan tingkat perfeksionisme yang tinggi pada mahasiswa dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mereka.

Perfeksionisme akademik mahasiswa yang berujung pada kondisi *stress* ditinjau dari faktor tingkat tinggi (*higher-order factor*) *Academic Perfectionisms* Liu dan Berzenski (2022) Perfeksionisme yang kaku yang terdiri dari dua sub faktor *Self-oriented perfectionism* dan *Self-worth contingencies*. Faktor tertinggi kedua yaitu *Self-Critical Perfectionism* yang terbagi menjadi empat sub faktor diantaranya *Self-criticism*, *Concern over mistake*, *Doubts about action*, dan *Socially prescribed perfectionism*. Pada faktor *rigid academic* kecenderungan pada domain ini membuat mahasiswa memiliki dorongan untuk mencapai standar yang tinggi dalam bidang akademik dan keinginan untuk mencapai nilai yang sempurna dan juga selalu ingin yang terbaik dalam tugas-tugas akademik. Hasil analisis data yang

menunjukkan bahwa domain ukur dari rigid akademik yaitu sub-faktor *Self-oriented perfectionism* yang menjadi faktor yang mendorong kecenderungan mahasiswa untuk menjadi perfeksionis dalam akademik, dorongan ini meliputi keiinginan mencapai standar yang bersifat tinggi pada proses akademik, mahasiswa dengan kecenderungan pada tipe subfaktor ini, akan membuat mahasiswa berkeinginan untuk memperoleh nilai sempurna dan mengerjakan tugas akademik dengan sebaik mungkin. Hal ini menunjukkan *higher-order factor rigid academic* dengan subfaktor *Self-oriented perfectionism* sebagai suatu dorongan pada diri yang tidak memberikan celah untuk ketidaksempurnaan (Smith, et al, 2016).

Hal tersebut menunjukkan kesempurnaan tanpa kesalahan yang keras pada perfeoma akademik mahasiswa. Indikasi ini ditinjau dari analisis data dari IPK responden penelitian yang dominan berada pada predikat Pujian Cumlaude (3.51-4.00) dengan kategorisasi sedang pada kedua kategorisasi variabel. Einstein, Lovibond dan Gaston (2000) *Self-oriented perfectionism* menyebabkan ketiksesuaian dan juga memicu gangguan secara psikologis. Domain *Self-oriented perfectionism* memiliki dua sisi yaitu positif dan negatif pada faktor psikologis yang berorientasi pada hasil dan proses (Stoeber & Childs, 2010). Kontes dua arah baik secara positif ataupun negatif, merujuk pada istilah ambivalen atau dua sisi pada perfeksionisme yang berorientasi pada diri individu baik dari karakter proses dan apa yang dihasilkan dari perilaku perfeksionisme Enns & Cox (2002).

Hasil analisis data penelitian yang merujuk pada 2 faktor tingkat tinggi lain, yang menjadi prediksi dari kondisi stres mahasiswa yaitu *Self-critical Academic Perfectionism*, pada *higher-order factor* tipe, akan memicu kecenderungan perilaku kritik keras pada diri, terkait akademik serta godaan akademik yang membuat mahasiswa melakukan evaluasi diri yang tegas yang didasarkan atas standar yang sangat tinggi. Hal ini menyebabkan kondisi emosional pada mahasiswa tidak stabil dan menyebabkan mereka memiliki kecenderungan perilaku menghindar dari apa yang seharusnya (Gadzella, 1991). Hal tersebut akan memicu memberikan kondisi stres pada diri mahasiswa, akibat beban dari kritik diri yang dilakukan, ini dapat ditinjau melalui generalisasi reaksi terhadap perilaku mengkritik diri dari standar yang ingin dicapai mahasiswa.

Dunkley, Zuroff & Blankstein (2003) menjelaskan bahwa siswa dengan kecenderungan *Self-critical Academic Perfectionism* akan membuat mereka mengalami situasi atau kondisi yang sulit, dan untuk strategi coping yang dipilih yaitu dengan menghindar, serta dukungan sosial yang diperoleh juga rendah. Indikasi sisi negatif *Academic Perfectionism* dari *Self-critical Academic Perfectionism* dikarenakan kondisi emosional mahasiswa dengan tipe tersebut reaktif terhadap *stressor* yang berkaitan dengan kemungkinan terjadinya kegagalan, hilangnya kendali diri, kritik yang diterima dari orang lain, dan untuk coping yang berfokus pada masalah, tidak efektif bagi individu dengan kecenderungan perilaku *Self-critical Academic Perfectionism*. Kecenderungan perilaku *Academic Perfectionism* juga ditinjau berdasarkan teori *Academic Stress* Gadzella (1994) pada aspek *reaction to stressor* yaitu emosional, bentuk-bentuk reaksi bersifat negatif seperti ketakutan akan kegagalan, dan lingkungan sosial, kecemasan, rasa khawatir, marah, rasa bersalah yang mendukung sisi negatif dari *Academic Perfectionism* untuk *higher-order factor* perilaku *Self-critical Academic Perfectionism*.

Perfeksionisme pada proses akademik mahasiswa yang berujung pada kondisi stres juga ditinjau dari sub-factor *Self-critical Academic Perfectionism perfectionism* (Dunkley et al, 2000; Frost et al, 1993; Slaney, Ashby, & Trippin, 1995) mencakup empat sub faktor yaitu *concern over mistakes* (kekhawatiran akan kesalahan), *Doubts about actions* (keraguan akan tindakan), *Academic Self-criticism* (akademik yang kritis terhadap diri sendiri). *Socially prescribed perfectionism* (perfeksionisme yang ditentukan secara sosial), akan tetapi Liu & Berzenski (2022) *Self-worth contingencies & concern over mistakes* dimuat pada *academic Self-criticism*. Indikasi kecenderungan stres dari perilaku perfeksionisme mahasiswa juga dilihat dari total skor skala yang menunjukkan responden pada penelitian dominan mengisi mengisi item dengan indikasi perilaku yang bersifat negatif dari sub-faktor diatas. *Academic Self-criticism* untuk sub-faktor ini cenderung membuat mahasiswa merasa khawatir serta memberikan respon negatif terhadap kinerja yang tidak sempurna (Dunkley, Zuroff & Blankstein, 2003).

Hal ini ditinjau dari data awal peneliti, yang menemukan mahasiswa melakukan kritik diri pada nilai yang diperoleh serta tidak memuaskan. Liu & Berzenski, (2022) konsekuensi dari kiritik diri dikarenakan mahasiswa berpikir untuk mengejar kesempurnaan. Kecenderungan ini juga menunjukkan sisi dari sub-faktor *Self-worth contingencies* dan *Concern over mistakes* dimuat pada *Academic self-*

criticism, Self-worth contingencies yang merupakan bagian dari *rigid academic*, akan tetapi pada konstrak skala (Liu & Berzenski, 2022) indikasi perilaku lebih ditimbulkan di *Academic Self-criticism*, yaitu citra diri yaitu keberhasilan akademik, dan apabila tidak terpenuhi akan menyebabkan perasaan rendah diri dan perasaan tidak berharga karena standar tinggi yang tidak terpenuhi. Di Bartolo et, all (2004) menjelaskan bahwa kondisi psikopatologi muncul saat standar diri yang tinggi tidak terpenuhi dan ketika standar diri terpenuhi, individu akan merasa berharga.

Kontigensi harga diri mahasiswa yang tinggi dalam domain akademik akan berdampak pada hasil negatif, dikarenakan tekanan psikologis terkait kinerja dan aktivitas mahasiswa (Crocker, et all, 2003; Dir Bartolo, et all, 2004). *Concern over mistakes* (kekhawatiran akan kesalahan) individu dengan yang berada pada wilayah *Concern over mistakes* akan mengalami kecenderungan khawatir serta kecewa yang timbul akibat dari kesalahan dan mengakibatkan tekanan pada diri (Forst & Henderson, 1991; Forst, et all, 1995). Berdasarkan analisis data terhadap data awal menunjukkan bahwa mahasiswa di makassar yang menemukan bahwa mereka merasa kecewa dengan diri serta cemas ketika melakukan kesalahan dalam proses akademik. Kecenderungan ini juga ditinjau dari aspek *Academic Stress* yaitu *pressure* akibat dari aktivitas akademik yang berlebihan sehingga memicu rekasi emosi yang menekan.

Sub-faktor *doubt about action* (keraguan akan tindakan), mahasiswa dengan kecenderungan sub-faktor ini akan membuat mereka merasa ragu terhadap tindakan serta tidak yakin dengan kinerja individu lainnya. *Doubts about actions* membuat individu ragu akan tindakan yang kemudian turut memicu ketidakpastian, kritis dengan ketidaksempurnaan (Dunkley, et all, 2003; Feher, et all, 2020). serta bersifat neurotik dan negatif (Stoerber & Rennert, 2007; Stober & Otto, 2006). Sub Faktor *Socially prescribed perfectionism* (perfeksionisme yang ditentukan secara sosial) perfeksionisme yang diterima dari masyarakat dan berhubungan secara positif dengan gejala emosional yaitu kecemasan, depresi, perasaan tertekan akibat dari faktor eksternal yang berujung stres akibat dari keiginginan berprestasi dalam akademik dan hal ini akan menyebabkan kondisi emosional yang parah saat mahasiswa menjalani ujian (Einstein, Lavibond & Gaston 2000). Individu dengan kecenderungan *Socially prescribed perfectionism* cenderung memiliki persepsi, diharapkan untuk menjadi sempurna oleh individu lain, dan hadirnya persepsi mengenai ekspektasi yang tinggi menyebabkan kontrol dari faktor eksternal yang membuat individu lain mengontrol dan tanpa disadari oleh individu dengan perfeksionisme.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh *Academic Perfectionims* terhadap *Academic Stress* pada mahasiswa semester akhir di Kota Makassar memperoleh hipotesis penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh *Academic Perfectionims* terhadap *Academic Stress* pada mahasiswa semester akhir di Kota Makassar diterima. Perolehan nilai kontribusi *Academic Perfectionims* terhadap *Academic Stress* sebesar 5,5%, secara signifikan dengan arah yang positif. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi *Academic Perfectionims* maka *Academic Stress* Mahasiswa semester akhir di kota Makassar juga semakin tinggi. Dapat dikatakan bahwa *Academic Perfectionims* mampu memberikan pengaruh terhadap *Academic Stress* dengan kontribusi yang tidak terlalu tinggi. Hal ini menunjukkan ada faktor-faktor lain yang berkontribusi diluar dari penelitian yang dilakukan dengan kontribusi sebesar 95,5%. Saran bagi mahasiswa diharapkan untuk tidak terlalu menetapkan standar yang bisa menyebabkan kondisi yang tertekan, bagi instansi pendidikan lebih memperhatikan kondisi mahasiswa baik secara fisik dan psikologi dengan memberikan layanan konseling dan untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk melihat dari setiap aspek-aspek *Academic Perfectionims* serta meninjau kembali faktor-faktor dari *academic sttress* seperti *Self-efficacy*, Harapan, Beban Kerja Akademik, Prokrastinasi Akademik, dann dukungan sosial untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Agnihotri. A. K (2018) *Stress and Student*. Solapur: Laxmi Book Publication.

- Akunne, L.I & G & Nnadi, G.C (2021) Causes of Stress and Coping Strategies among Final Year Students in Tertiary Institutions in Nigeria: *Advances in Research*: 22(2): 28-35. DOI: 10.9734/AIR/2021/v22i230295
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Ang, R. P., & Huan, V. S. (2006). Relationship between Academic Stress and Suicidal Ideation: Testing for Depression as a Mediator Using Multiple Regression. *Child Psychiatry and Human Development*. 37(2), 133–143. doi:10.1007/s10578-006-0023-8
- Bekoe, R., Somuah, S., Akpalu, V. L., & Ayisi, L. A. (2015). The Effects of Stress on Academic Performance of Senior High School Students in Ghana. *Advances in Social Sciences Research Journal*, 2(12). <https://doi.org/10.14738/assrj.212.1758>
- Burns, D. D. (1980). The perfectionists` script for self-defeat. *Psychology Today*, 14, 34-52.
- Caso, D., Miriam, C., Rosa, F., & Mark, C. (2020). Unhealthy eating and Academic Stress: The moderating effect of eating style and BMI. *Health Psychology Open*, 7(2), 205510292097527. doi:10.1177/2055102920975274.
- Cheng, Y., Tao, M., Riley, L., Kann, L., Ye, L., Tian, X., ... Chen, D. (2009). Protective factors relating to decreased risks of adolescent suicidal behaviour. *Child: Care, Health and Development*, 35(3), 313–322. doi:10.1111/j.1365-2214.2009.00955.x
- Cowie, M. E., Nealis, L. J., Sherry, S. B., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2018). Perfectionism and academic difficulties in graduate students: Testing incremental prediction and gender moderation. *Personality and Individual Differences*, 123, 223–228. doi:10.1016/j.paid.2017.11.027
- Crocker, J., Karpinski, A., Quinn, D. M., & Chase, S. K. (2003). When grades determine self-worth: Consequences of contingent self-worth for male and female engineering and psychology majors. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 507--516.
- Desai, N. D., Chavda, P., & Shah, S. (2021). Prevalence and predictors of suicide ideation among undergraduate medical students from a medical college of Western India. *medical journal armed forces india*, 77, S107-S114. <https://doi.org/10.1016/j.mjafi.2020.11.018>
- DiBartolo, PM, Frost, RO, Chang, P., LaSota, M., & Grills, AE (2004). Menjelaskan hubungan antara standar pribadi dan psikopatologi: Kasus harga diri kontingen. *Jurnal Terapi Rasional-Emotif & Perilaku Kognitif*, 22 (4), 237–250. <https://doi.org/10.1023/B:JORE.0000047310.94044.ac>
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437–453. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.47.4.437>
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 234–252. doi:10.1037/0022-3514.84.1.234
- Einstein, D. A., Lovibond, P. F., & Gaston, J. E. (2000). Relationship between Perfectionism and Emotional Symptoms in an Adolescent Sample. *Australian Journal of Psychology*, 52(2), 89–93. doi:10.1080/00049530008255373
- Einstein, D. A., Lovibond, P. F., & Gaston, J. E. (2000). Relationship between Perfectionism and Emotional Symptoms in an Adolescent Sample. *Australian Journal of Psychology*, 52(2), 89–93. doi:10.1080/00049530008255373
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism* (pp. 33–62). Washington, DC: APA
- Feher, A., Smith, M. M., Saklofske, D. H., Plouffe, R. A., Wilson, C. A., & Sherry, S. B. (2019). The Big Three Perfectionism Scale–Short Form (BTPS-SF): Development of a Brief Self-Report Measure of Multidimensional Perfectionism. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 073428291987855. doi:10.1177/0734282919878553
- Fernandez-Garcia, O., Gil-Llario, M. D., Castro-Calvo, J., Morell-Mengual, V., Ballester-Arnal, R., & Estruch-García, V. (2022). Academic Perfectionims, psychological well-being, and suicidal ideation in college students. *International journal of environmental research and public health*, 20(1), 85.

- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119–126. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Gadzella, B. M. (1994). Student-Life Stress Inventory: Identification of and reactions to stressors. *Psychological Reports*, 74(2), 395–402. <https://doi.org/10.2466/pr0.1994.74.2.395>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470. doi:10.1037/0022-3514.60.3.456
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303–1325. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303>
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. New York: Norton
- Howard, L. M., Romano, K. A., & Heron, K. E. (2020). Prospective changes in disordered eating and body dissatisfaction across women's first year of college: The relative contributions of sociocultural and college adjustment risk factors. *Eating Behaviors*, 36, 101357. doi:10.1016/j.eatbeh.2019.101357
- Huan, V. S., See, Y. L., Ang, R. P., & Har, C. W. (2008). The impact of adolescent concerns on their Academic Stress. *Educational Review*, 60(2): 169–178. doi:10.1080/00131910801934045
- Karel, T.H & Reagen, M (2022). Academic Stress With Suicide Behavior In College Students. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 68-73.
- Khan, A., Hamdan, A. R., Ahmad, R., Mustaffa, M. S., & Mahalle, S. (2016). Problem-solving coping and social support as mediators of Academic Stress and suicidal ideation among Malaysian and Indian adolescents. *Community mental health journal*, 52(2), 245-250.. 52:245–250 DOI 10.1007/s10597-015-9937-6
- Kiekens, G., Hasking, P., Bruffaerts, R., Claes, L., Baetens, I., Boyes, M., ... Whitlock, J. (2017). What Predicts Ongoing Nonsuicidal Self-Injury? *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 205(10), 762–770. doi:10.1097/nmd.0000000000000726.
- Lazarus, R.S & Folkman, S (1984) *Stress Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lin, H. S & Huang, Y.C (2013) Life Stress and Academic Burnout. *Active Learning in Higher Education*. 15 (1): 77-90. DOI: 10.1177/1469787413514651
- Liu, C., & Berzenski, S. R. (2022). College Academic Perfectionism Scale: Development and Validation. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(4), 465–481. <https://doi.org/10.1177/07342829211069799>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Mijangos, L.P.J., Arce, J.R., Mendez, R.M., & Lagos, J.J.R (2022) Advances and challenges in the detection of Academic Stress and anxiety in the classroom: A literature review and recommendation. *Educational and Information Technologies*. <https://doi.org/10.1007/s10639-022-11324-w>.
- Nkwuda, F.C.N., Ifeagwaszi, C.M., Nwonyi, S.K & Oginyi, R.C (2020) Suicidal Ideation among Undergraduate Student: Academic Stress and Self-Esteem as Predictive Factors. *Nigeria Journal of Psychological Research*. 16(1) :56-64
- Obinna, O.M., Zachariah, O & George.O (2021) Academic Stress as a Predictor of Suicide Ideation among University Students in Nairobi County, Kenya. *Journal of Research Innovation and Implication in Education*. 5(4): 47-59.
- Okechukwu, F.O., Ogbu, K. T.U., Nwufu, J. I & Ogbu, M.O (2022) Academic Stress and Suicidal Ideation: Moderating Role of Coping Style and Resilience. *BMC Psychiatry*. 22(546): 2-12. Doi: <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04063-2>.
- Omar, M., Bahaman, A.H., Lubis, F.A (2019) Perceived Academic Stress Among Students in Universiti Teknologi Malaysia. *Educational and Humanities Research*. 470: 115-124. Doi: doi.org/10.2991/ASSEHR.K.200921.021

- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2019). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 1–9. doi:10.1080/02673843.2019.1596823.
- Sagita, D.D., Fairuz, S.U & Aisyah, S (2021) Perbedaan Stress Akademik Mahasiswa Berdasarkan Jenis Kelamin. *Jurnal Konseling Nadi Mattapa*. 5(1): 09-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v5i1.862>
- Sarafino, E.P & Smith T. W (2011) *Health Psychology Biopsychosocial Interactions United States of Amaeica*: Wiley
- Shin, S & Hwang, E (2020) The Effects of Clinical Practice Stress And Resilience on Nursing Student' Academic Burnout. *Korean Medical Education*. 22(2):115-121. <https://doi.org/10.17496/kmer.2020.22.2.115>
- Slaney, RB, Ashby, JS, & Trippi, J. (1995). Perfeksionisme: Pengukuran dan relevansi kariernya. *Jurnal penilaian karir*, 3 (3), 279-297.
- Smith, M. M.; Saklofske, D. H.; Stoeber, J.; Sherry, S. B. (2016). The Big Three Perfectionism Scale: A New Measure of Perfectionism. *Journal of Psychoeducational Assessment*, (), 0734282916651539–. doi:10.1177/0734282916651539
- Soukup, V. M., Beiler, M. E., & Terrell, F. (1990). Stress, coping style, and problem solving ability among eating-disordered inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 46(5), 592–599. doi:10.1002/1097-4679(199009)46:5<592::aid-jclp2270460508>3.0.co;2-y .
- Stoeber, J., & Childs, J. H. (2010). The Assessment of Self-Oriented and Socially Prescribed Perfectionism: Subscales Make a Difference. *Journal of Personality Assessment*, 92(6), 577–585. doi:10.1080/00223891.2010.513306
- Stoeber, J., & Rennert, D. (2007). Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress, & Coping*, 21(1), 37–53. doi:10.1080/10615800701742461.
- Syahril, Janna, S. R & Fatimah (2021). The Academic Stress of Final-Year Students in Covid-19 Pandemic Era. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 13(1), 80-89.
- Tan, A. C., Rehfuss, M. C., Suarez, E. C., & Parks-Savage, A. (2012). Nonsuicidal self-injury in an adolescent population in Singapore. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 19(1), 58–76. doi:10.1177/1359104512467273.
- Tavolacci, M.-P., Déchelotte, P., & Ladner, J. (2020). Eating Disorders among College Students in France: Characteristics, Help-and Care-Seeking.
- Vermunt J. D (2005). Relations between student learning patterns and personal and contextual factors and academic performance. *Springer*, 49(3), 205–234. doi:10.1007/s10734-004-6664-2
- Yadav, S & Srivastava. S (2020) Correlational Study of Academic Stress and Suicidal Ideation among Students. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. 11(10): 57-61.
- Yikealo D. Tareke W. Karvinen I. (2018) The Level of Stress among College Students: A Case in the College of Education, Eritrea Institute of Technology. *Open Science Journal* 3(4). Doi: <http://dx.doi.org/10.23954/osj.v3i4.1691>