

Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Manajemen Waktu Dalam Mengerjakan Tugas Dikalangan Mahasiswa Jurusan BK FIP UNG

Siti Robiyatus Sarifah¹, Abdul Kadir Husain², Sukma Nurilawati Botutihe³.

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Gorontalo, Indonesia^{1,2,3}

Email: s.robiyatus.sarifah.96@gmail.com

Diterima: Agustus 2021	Disetujui: September 2021	Dipublikasi: Oktober 2021
------------------------	---------------------------	---------------------------

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dari perfeksionisme dan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas serta untuk mengetahui hubungan antara keduanya dikalangan mahasiswa jurusan BK FIP UNG". Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Variabel bebas yaitu perfeksionisme dan variabel terikat yaitu manajemen waktu. Subjek penelitian adalah mahasiswa jurusan BK FIP UNG yang berjumlah 48 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan ditarik secara *random*. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan angket.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara variabel X (perfeksionisme) dengan variabel Y (manajemen waktu) dengan koefisien korelasi sebesar -0,478. Kesimpulannya bahwa hipotesis dalam penelitian ini terdapat hubungan yang negatif antara perfeksionisme dengan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas dikalangan mahasiswa dapat diterima. Artinya, semakin tinggi perfeksionisme yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah manajemen waktu dalam mengerjakan tugas yang ia miliki.

Kata kunci: Perfeksionisme, Manajemen Waktu, Uji Korelasi.

Abstract

The research objective was to find out the description of perfectionism and time management in doing assignment and to find out the correlation of both among student at Departement of Guidance and Counseling, Faculty of Education, State University of Gorontalo. The research type correlation with quantitative approach. The independent variable was perfectionism and dependent variable time management. The research subject were 48 student at Departement of Guidance and Counseling, Faculty Education, State University of Gorontalo. The samples were selected randomly. Meanwhile, the technique of collecting data used questionnaires

The finding of research showed that there was significant correlation between variable X (perfectionism) with variable Y (time management) with the coefficient of correlation for -0,478. Therefore, the research's hypothesis, namely: "there is a negative correlation between perfectionism with time management in doing assignment among students," was acceptable. This meant that the higher perfectionism of students, the lower the time management in doing their assignment.

Keywords: Perfectionism, Time Management, Correlation Test

PENDAHULUAN

Pada dasarnya mahasiswa adalah generasi penerus bangsa karena maju atau mundurnya suatu negara dapat dilihat dari kualitas mahasiswanya. Menurut Hurlock dalam Sranthi (2014:58) mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan sedang menempuh proses pendidikan di perguruan tinggi dan pada umumnya mahasiswa berusia antara 18-24 tahun atau beberapa tahun pada tahap dewasa awal.

Mahasiswa adalah individu-individu yang memiliki potensi untuk dapat dikembangkan secara optimal agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Namun, pada kenyataannya dapat dikatakan bahwa permasalahan krusial mahasiswa di Indonesia yaitu memiliki manajemen waktu yang kurang baik. Seperti yang diungkapkan (Gie:2014;1) bahwa salah satu kelemahan sebagian besar mahasiswa ialah kesukaran dalam mengatur penggunaan waktu untuk studi, banyak mahasiswa mengeluh karena kekurangan waktu untuk studi.

Tanjung dan Yunus (dalam Ibrahim dan Hastuti : 2013) mengatakan bahwa manajemen waktu merupakan suatu kemampuan yang harus dimiliki untuk mengatur waktu agar lebih efektif sehingga apa yang dikerjakan akan lebih terarah dan tidak terjadi penundaan untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan cita-cita atau tujuan yang ingin dicapai. Orang yang tidak menata waktu dalam hidupnya dengan perencanaan yang matang dan tidak memanfaatkan waktu yang ada secara maksimal, kehidupannya akan menjadi tidak teratur dan terarah.

Pada dasarnya mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang kurang baik disebabkan karena banyak waktu beberapa mahasiswa yang terbuang secara sia-sia terutama karena kebiasaan mengobrol omong kosong atau menunggu sesuatu dan menunda-nunda dalam mengerjakan sesuatu ataupun melakukan hal-hal produktif lainnya. Hal itu berdampak pada terbentuknya toleransi dan penundaan kegiatan secara bersama. Sehingga hal itu kemungkinan dapat menghambat perkembangan potensi dari mahasiswa untuk menjadi lebih baik. Sebab, pada hakikatnya manajemen waktu sangatlah penting karena waktu sangatlah berharga. Seperti yang disampaikan oleh Duraisyi (2015:3) bahwa seseorang perlu memiliki manajemen waktu sebaik mungkin karena waktu merupakan sesuatu yang sangat berharga. Selain itu, ada beberapa alasan lain pentingnya manajemen waktu, diantaranya yaitu: karena waktu setiap individu terbatas, sementara pekerjaan senantiasa bertambah. Dengan manajemen waktu dapat membantu individu untuk bekerja lebih efektif dengan skala prioritas. Selain itu, manajemen waktu juga dapat menjauhkan individu dari stres, karena individu dapat mengontrol setiap tugas dalam tenggat waktunya.

Peneliti juga melihat fenomena yang terjadi pada mahasiswa Universitas Negeri Gorontalo terdapat beberapa mahasiswa yang kurang memiliki manajemen waktu yang baik atau tidak memanfaatkan waktu yang dimilikinya secara optimal. Hal tersebut dibuktikan ketika mahasiswa diberikan waktu lebih untuk mengerjakan tugas kampus yang seharusnya dikerjakan di kampus tapi dibawa pulang mereka pun tetap saja tidak menyelesaikan tepat waktu. Ketika diberikan tugas rumah dalam waktu seminggu mereka meminta toleransi dua minggu hingga kadang masih belum selesai. Ketika diberikan kesempatan mengikuti perlombaan yang mengasah *skill* dan *softskill* mereka mengaku belum ada persiapan dan waktu yang ada tidak mencukupi. Ketika diberikan waktu berlibur mengaku masih ada banyak tugas karena waktu untuk mengerjakan tugas tidak mencukupi dan mengaku pernah membuat jadwal kegiatan tapi mereka sulit memenuhi jadwal itu. Padahal misalkan dosen yang memberikan tugas telah memperkirakan kemampuan dan waktu yang dapat

diselesaikan untuk tugas tersebut oleh mahasiswanya. Permasalahan ini semakin marak dan sering terjadi dikalangan mahasiswa.

Selain itu juga, peneliti mendapatkan informasi dari beberapa mahasiswa bahwa hal yang menyebabkan mereka tidak mengumpulkan tugas tepat waktu yaitu mereka cenderung sulit disiplin dalam mengontrol diri dari bermain hp, mengobrol, atau menghayal. Mereka juga mengaku bahwa mereka sering kesulitan menyusun tujuan tugas kuliahnya, kesulitan menyusun prioritas dengan tepat tugas kuliahnya, kesulitan membuat jadwal tugas kuliahnya, kesulitan terfokus dalam mengerjakan tugas kuliah, tidak mampu/enggan berbagi tanggung jawab tugas kelompok kepada temannya, sering menghabiskan waktu berencana mengerjakan tugas tapi enggan segera bertindak mengerjakannya dan mereka mengaku kadang tugas yang sulit membuat mereka pesimis dalam mengerjakannya sehingga mereka memilih untuk menunda mengerjakannya. Mereka pesimis pada apa yang dikerjakannya dengan waktu yang sedikit itu tidak sesuai ekspektasi yang ia tetapkan. Seringkali mereka juga membuat ekspektasi yang terlalu tinggi, mereka menginginkan apapun pekerjaannya harus sempurna (*perfect*) sehingga mereka dijuluki sebagai si perfeksionis karen berperilaku selalu ingin sempurna atau biasa disebut perfeksionisme.

Menurut Hewit dan Flett (Pranungsari, 2010) perfeksionisme adalah keinginan untuk mencapai kesempurnaan diikuti dengan standar yang tinggi untuk diri sendiri, standar yang tinggi untuk orang lain, dan percaya bahwa orang lain memiliki pengharapan kesempurnaan untuk dirinya dan memotivasi.

Chang dalam (Kuntaswari, 2013:1) mengungkapkan bahwa meskipun beberapa peneliti menyebutkan perfeksionisme bersifat positif karena dapat memberikan energy dan motivasi bagi seseorang untuk mencapai *goal* yang telah ditetapkan namun banyak penelitian yang melihat pereksionisme bersifat negatif dan *counterproductive* dengan pencapaian *goal* seseorang. Dampak negatif perfeksionisme ini akan terjadi ketika individu menetapkan standar yang terlalu tinggi dan tidak realistis terhadap diri sendiri.

Dari permasalahan yang terjadi pada mahasiswa tersebut peneliti menduga bahwa terdapat hubungan antara perferksionisme mahasiswa dengan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas. Hal itu disebabkan karena orang yang perfeksionis tidak berorientasi menyelesaikan sesuatu tepat waktu. Tapi orang yang perfeksionis itu berorientasi pada menyelesaikan sesuatu itu dengan bagus atau berkualitas. Akhirnya, orang yang perfeksionis cenderung membuang waktu dengan sia-sia karena memperbaiki tugas yang dikerjakannya.

Sehingga dapat diduga bahwa ada hubungan yang negatif antara perfeksionisme dengan manajemen waktu dikalangan mahasiswa, artinya apabila seseorang semakin cenderung perfeksionisme maka manajemen waktunya semakin tidak bagus.

Atas dasar uraian tersebut peneliti tertarik mengambil judul “**Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Manajemen Waktu Dalam Mengerjakan Tugas Dikalangan Mahasiswa Jurusan BK FIP UNG**”

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional. Variable penelitian ini dibagi menjadi 2 macam, yaitu Variabel bebas dalam penelitian ini adalah perfeksionisme sebagai variabel bebas sedangkan manajemen waktu sebagai variabel terikat. Sampel dalam penelitian ini adalah sebesar 48 orang mahasiswa dan untuk pengumpulan data menggunakan angket. Teknik

yang digunakan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari *pearson*.

HASIL TEMUAN

Hasil

Gambaran Perfeksionisme Mahasiswa

Berdasarkan hasil perhitungan data pada penelitian ini maka diketahui bahwa mahasiswa yang termasuk memiliki perfeksionisme dalam kategori sangat tinggi yaitu tidak ada (0,00 %), tapi terdapat sebanyak 11 mahasiswa (22,92 %) yang berada pada kategori perfeksionisme tinggi, kemudian terdapat juga sebanyak 27 mahasiswa (56,25%) berada pada kategori perfeksionisme yang sedang. Sedangkan pada kategori rendah terdapat 9 mahasiswa (18,75 %) dan pada kategori sangat rendah hanya terdapat 1 mahasiswa (2,08 %). Sehingga dapat disimpulkan bahwa gambaran perfeksionisme mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling mayoritas berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil perhitungan maka diketahui bahwa persentase indikator *Self-Orientation Perfectionisme* sebesar 35,71%. Hal ini menunjukkan bahwa indikator *Self-Orientation Perfectionisme* mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berada pada kategori berkemampuan rendah. Pada indikator *Other-Orientation Perfectionisme* diperoleh sebesar 41,28 % artinya berada pada kategori berkemampuan sedang dan pada indikator *Socially Prescribed Perfecsionisme* diperoleh persentase sebesar 56,71 % artinya pada indikator ini perfeksionisme mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berada pada kategori sedang. Serta pada total dari masing-masing indikator diperoleh data sebesar 44,61% atau berada pada kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan perfeksionisme mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berada pada kategori sedang dan pengaruh tertinggi yaitu disebabkan oleh indikator *Socially Prescribed Perfecsionisme* atau percaya bahwa oranglain memiliki pengharapan kesempurnaan atas dirinya atau lingkungannya tidak dapat menerima kesalahan-kesalahannya.

Gambaran Kemampuan Manajemen Waktu Mahasiswa

Berdasarkan hasil perhitungan data tersebut maka diketahui bahwa dalam variabel manajemen waktu tidak terdapat mahasiswa yang termasuk dalam kategori sangat tinggi dan tinggi (0,00 %) dalam memiliki manajemen waktu yang baik dalam mengerjakan tugas. Sedangkan pada kategori sedang terdapat sebanyak 27 mahasiswa (56, 25 %) dan terdapat sebanyak 19 mahasiswa (39,58 %) yang berada pada kategori rendah serta terdapat pula 2 mahasiswa (4,17 %) berada pada kategori sangat rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa gambaran kemampuan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling tergolong rendah

Berdasarkan tabel diatas maka diketahui bahwa persentase indikator menyusun tujuan sebesar 26,24%. Hal ini menunjukkan bahwa indikator menyusun tujuan mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berada pada kategori berkemampuan rendah. Pada indikator menyusun prioritas yang tepat diperoleh sebesar 17,91 % artinya berada pada kategori berkemampuan sangat rendah. pada indikator membuat jadwal diperoleh persentase sebesar 26,66 % artinya pada indikator ini manajemen waktu mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling berada pada kategori rendah, kemudian pada indikator meminimalisir gangguan berada pada kategori rendah karena diperoleh persentase sebesar 24,99% dan pada indikator mendelegasikan tugas pun berada pada kategori rendah karena berada pada persentase sebesar 34,72%. Serta pada total dari masing-masing indikator diperoleh data sebesar 26,10% atau berada pada kategori rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas mahasiswa

jurusan bimbingan dan konseling disebabkan cenderung rendah karena semua persentase yang diperoleh beberapa indikator manajemen waktu berkategori rendah dengan persentase indikator tertinggi yaitu indikator *mendelegasikan tugas* dengan presentasi indikator sebesar 34,72%.

Pengujian Normalitas Data

Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas data variabel perfeksionisme menggunakan *Kolmogorov Smirnov* menunjukkan bahwa data memenuhi kriteria berdistribusi normal karena $p \geq 0,05$ ($0,058 \geq 0,05$) sedangkan data variabel manajemen waktu menggunakan *Kolmogorov Smirnov* menunjukkan bahwa data juga memenuhi kriteria berdistribusi normal karena $p \geq 0,05$ ($0,089 \geq 0,05$). Demikian halnya dengan hasil perhitungan uji normalitas data variabel perfeksionisme menggunakan *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa data memenuhi kriteria berdistribusi normal karena $p \geq 0,05$ ($0,103 \geq 0,05$) sedangkan data variabel manajemen waktu menggunakan *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa data juga memenuhi kriteria berdistribusi normal karena $p \geq 0,05$ ($0,498 \geq 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas data variabel perfeksionisme dan variabel manajemen waktu berdistribusi normal (H_0).

Pengujian Hipotesis

a. Menghitung Persamaan Regresi

Dari grafik diatas diperoleh persamaan $\hat{Y} = 58.344 + (-0.3032X)$. Artinya (b/koeffisien regresi) sebesar -0.3032 menyatakan bahwa setiap penambahan 1 unit nilai perfeksionisme, maka nilai manajemen waktu berkurang sebesar -0.3032. Koefisien regresi tersebut bernilai negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel X terhadap Y adalah negatif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme berpengaruh sedang terhadap manajemen waktu. Jika semakin meningkat perfeksionisme maka semakin menurun manajemen waktunya.

b. Menguji Keberartian dan Linearitas Regresi

Berdasarkan tabel ANAVA tersebut hasil uji keberartian diperoleh data bahwa F hitung sebesar 13,99. Selanjutnya untuk taraf signifikan 5% F tabel (1, 46) sebesar 4,05. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa koefisien arah regresi berarti ($b \neq 0$) karena $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ ($13,99 \geq 4,05$). Adapun hasil uji linearitas regresi diperoleh data bahwa F hitung sebesar 3,62. Selanjutnya untuk taraf signifikan 5% F tabel (31,15) sebesar 2,25. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa data berpola tidak linear karena $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ ($3,62 \geq 2,25$).

c. Menguji Koefisien Korelasi

Berdasarkan hasil uji korelasi tersebut, korelasi antara variabel X (perfeksionisme) dan variabel Y (manajemen waktu) diperoleh data nilai signifikasi yaitu 0,000 dan memiliki nilai koefisien korelasi sebesar -0,478. Hasil uji korelasi tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikasi $p \leq 0,05$ ($0,000 \leq 0,05$) maka data tersebut berkorelasi sehingga hipotesis H_0 diterima dan H_a ditolak. Selain itu data juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perfeksionisme dan manajemen waktu dengan arah hubungan yang negatif karena nilai r (negatif) artinya semakin tinggi perfeksionisme maka semakin rendah tingkat manajemen waktunya. Hubungan antara perfeksionisme dan manajemen waktu berada dikategori sedang. Hal ini dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi yang berada di rentang 00,40 – 0,599. Berdasarkan hasil uji korelasi hubungan antara perfeksionisme dan manajemen waktu diperoleh korelasi $r = -0,478$ maka koefisien

determinasi $r^2 = -0,478^2 \times 100 \% = 22,84 \%$. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa 22,84 % variansi yang terjadi pada variabel manajemen waktu dapat dijelaskan oleh variabel X (perfeksionisme) dengan persamaan regresi $\hat{Y} = 58.344 + (-0.3032X)$.

d. Uji Keberartian Koefisien Korelasi

Besar kecilnya suatu koefisien korelasi dan keberartian yang sudah diperoleh tidak memiliki arti apapun sebelum dilakukan pengujian keberartian koefisien korelasi. Berdasarkan data hasil perhitungan maka diperoleh data t sebesar -4,200 mutlaknyanya adalah 4,200 karena pada penelitian ini arah hubungannya negatif sedangkan dari daftar distribusi t pada taraf nyata 5 % dari jumlah $n = 48$ adalah 0,294. Sehingga koefisien korelasi pada penelitian ini berkoefisien korelasi signifikan karena harga $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($4,200 \geq 0,294$)

Pembahasan

koefisien korelasi pada penelitian ini yaitu berkoefisien korelasi signifikan karena harga $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($4,200 \geq 0,294$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat hubungan yang negatif antara perfeksionisme dan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas dikalangan mahasiswa. Artinya semakin tinggi perfeksionisme maka semakin rendah manajemen waktunya. Hasil tersebut dapat disebabkan karena perfeksionisme dapat memicu kecenderungan si perfeksionis melakukan atau mengerjakan sesuatu yang berlebihan atau tidak realistis seperti mengerjakan tugas harus sesempurna mungkin. Perilaku tersebut berpotensi membuat individu itu melalaikan waktu yang dimilikinya sehingga menimbulkan beberapa masalah seperti tugas menjadi tertunda, waktu tidak teratur, sulit mengendalikan apa yang terjadi pada dirinya dan lain-lain. Hal ini dapat membuat manajemen waktu yang dimilikinya menjadi rendah.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan sebelumnya maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara perfeksionisme dan manajemen waktu dalam mengerjakan tugas dikalangan mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling. Artinya bahwa perfeksionisme berpengaruh sedang terhadap manajemen waktu. Jika semakin meningkat perfeksionisme maka semakin menurun manajemen waktunya. Kemudian diikuti dengan hasil uji korelasi $r = -0,478$ dan koefisien determinasi $r^2 = -0,478^2 \times 100 \% = 22,84 \%$. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa 22,84 % sifat perfeksionisme dapat mempengaruhi manajemen waktu dan untuk 77,16 % dapat dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Adluny, M.A. 2010. *Time Habit Kebiasaan Efektif Mengelola Waktu*. Yogyakarta: Pustaka Marwa
- Ananda, Yudha N. dan Endah Mastuti. *Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Proskrastinasi Akademik Pada Siswa Program Akselerasi*. Jurnal Pendidikan dan Perkembangan. Vol 2. No 3. Desember 2013. Halm. 226-231

- Anindito aditomo dan Sofia Retnowati. *Perfeksionisme, Harga Diri dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir*. Jurnal Psikologi. No.1 2004. Halm. 1-14
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur penelitian suatu penelitin praktis*. Jakarta: Rineka Cipta
- Botutihe, Sukma Nurilawati. 2017. *Pentingnya Manajemen Waktu Dalam Pelaksanaan Full Day School*. Gorontalo: UNG Press Gorontalo
- Duraissy, R.B. 2015. *Manajemen Waktu Konsep dan Strategi*. Decision Making Proces. Jakarta
- Espeland, Pamela. 2006. *Buku Pintar Remaja Gaul*. Bandung:Mizan Media Utama (MMU)
- Gasim, Gaudensius . 2016. *Hubungan Kemampuan Manajemen Waktu Dengan Kebiasaaan Prokrastinasi Penulisan Skripsi Mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*. Skripsi
- Gea, A.A. 2014. *Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien*. Jurnal Humaniora. Vol 5 (2)
- Gerung, O.J. 2016. *Analisa Penerapan Manajemen Waktu Pada Pembangunan Jaringan Daerah Irigasi Sangkup Kiri*. Jurnal Sipil Statik. Vol. 4 (7)
- Harlina, A.P. 2013. *Mengembangkan Kemampuan Manajemen Waktu Melalui Layanan Penguasaan Konten dengan Teknik Kontrak Perilaku Pada Siswa Kelas VIII B SMP N 21 Semarang*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Holden, Robert. 2007. *Succes Intellegence*. Bandung: PT Mizan Pustaka
- Hulukati, Wenny. 2017. *Manajemen Waktu Full Day School*. Gorontalo: UNG Press Gorontalo
- Ibrahim, Hastati. 2013. *Meningkatkan Kemampuan Manajemen Waktu Belajar Melalui Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas IX-7 SMP Negeri 1 Tapa Kabupaten Bone Bolango*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Kartadinata, iven dan sia Tjundjing. *Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu*. Jurnal psikology. Vol. 23 No.2 . 2008. Hlm. 109-119
- Kuntaswari, Pandam. 2013. *Hubungan Antara Perfeksionisme Dan Psycological Well Being Pada Seniman Berusia Dewasa Muda Dan Dewasa Madya*. Fakultas Psikology.

- Nurhidayati, D.D. 2016. Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving Pada Siswa. *Journal Psikopedagogia*. Vol. 5 (1)
- Pranungsari, Desi. *Kecerdasan dan Perfeksionisme Pada Anak 'Gifted' Di kelas Akselerasi*. Jurnal Humanitas. Vol. VII No1. Januari 2010. Hlm. 35-52
- Purwanto, Sigit. 2008. *Pocket Mentor Manajemen Waktu*. Penerbit Erlangga Sranthi, Titih. *Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Fakultaspsikology UIN Sunan Gunung Djati Bandung*. Jurnal ilmiah Psikology. Vol 1. No 1. Juni 2014. Hal 58-68.
- Reza, J.J. 2010. *Cerdas mengelola Waktu Untuk Mencapai Sukses*. Yogyakarta: Penerbit ANDI
- Riduwan. 2012. *Metode dan teknik menyusun proposal penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Rivandi, Janis. 2017. *Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Self-Directed Learning Readiness Pada Mahasiswa Tahun Kedua Fakultas Kedokteran Universitas Lampung*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Rosadi, Nanang dan Iwan W. Hidayat. *Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Depresi Pada Siswa Cerdas Istimewa Di Kelas Akselerasi*. Jurnal Psikologi dan Perkembangan. Vol 2, No 1. Februari 2013
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Wahyu, H.M. 2011. *Hubungan Manajemen Waktu dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja (Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir Jurusan Psikologi Unnes)*. Skripsi. Tidak diterbitkan
- Wijayanti, Titiek. 2015. *Clear teamwork! Dalam bisnis*. Jakarta: PT. Gramedia Gea, A.A dan Antonina Panca. 2005. *Character Building IV Relasi dengan Dunia (Alam, Iptek dan Kerja)*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo

Yusuf, Syamsu dan Juntika Nurihsan. 2014. *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: Remaja RosdaKarya

_____. (online) <https://www.google.co.id/amp/s/kbbi.web.id/perfeksionisme.html> diakses pada tanggal 11 januari 2018

_____. (online) <https://id.m.wikipedia.org/wiki/perfeksionisme> diakses pada tanggal 11 januari 2018