

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu :

- a. Tingkat perfeksionisme pada mahasiswa tahun pertama angkatan 2025 Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta mayoritas berada di kategori tinggi (89,9%) diikuti kategori sedang (7,2%) dan kategori rendah (2,9%).
- b. Tingkat *fear of failure* pada mahasiswa tahun pertama angkatan 2025 Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta mayoritas berada di kategori tinggi (85,5%) diikuti kategori sedang (11,6%) dan rendah (2,9%).
- c. Tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama angkatan 2025 Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta mayoritas berada di kategori tinggi (60,9%) diikuti kategori sedang (33,3%) dan kategori rendah (5,8%).
- d. Terdapat hubungan signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- e. Terdapat hubungan signifikan antara *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

- f. Tidak terdapat hubungan antara perfeksionisme dan *fear of failure* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

## V.2 Saran

- a. Bagi responden, disarankan untuk dapat lebih mengenali kecenderungan perfeksionisme dan *fear of failure* dalam dirinya, serta mengelolanya secara adaptif. Responden dianjurkan untuk menetapkan target belajar yang realistis, menghindari standar yang terlalu tinggi, meningkatkan kepercayaan diri, serta menciptakan lingkungan belajar yang mendukung.
- b. Bagi institusi, diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, khususnya pada fase awal perkuliahan. Institusi dapat mempertimbangkan pengembangan program pembinaan psikososial, layanan konseling, serta sistem mentoring yang fokus pada manajemen perfeksionisme dan *fear of failure*. Deteksi dini serta intervensi terhadap mahasiswa berisiko juga penting dilakukan untuk mendukung keberhasilan akademik dan kesejahteraan mental mahasiswa.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas populasi penelitian ke fakultas lain atau universitas berbeda agar hasil penelitian lebih general. Penelitian berikutnya juga dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain di luar variabel diteliti yang berpotensi memengaruhi prokrastinasi akademik.