

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Kemajuan suatu bangsa ditentukan dari kualitas sumber daya manusia yang tersedia. Meskipun zaman sekarang mengalami perkembangan yang pesat, namun hal tersebut tidak akan berarti apa-apa jika tidak didukung oleh sumber daya manusia yang berkualitas (Mantiri, 2019). Salah satu faktor yang memainkan peran penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas adalah Pendidikan (Achyadina, 2016). Pendidikan merupakan suatu proses dimana sekelompok orang atau individu mendapatkan pengetahuan, keterampilan, dan kebiasaan yang kemudian diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya melalui pengajaran, pelatihan, atau penelitian pendidikan (Mulyani dan Haliza, 2021).

Pendidikan berperan sangat penting dalam membangun SDM yang unggul, meningkatkan taraf hidup masyarakat, dan menjaga kehormatan bangsa. Hal ini sesuai dengan UU SISDIKNAS No. 20 Tahun 2003, yang mendefinisikan pendidikan sebagai usaha terencana untuk menciptakan proses belajar yang mendukung peserta didik dalam mengembangkan potensi diri mereka. Melalui pendidikan, peserta didik diharapkan mampu memiliki kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian yang baik, kecerdasan, budi pekerti luhur, serta keterampilan yang berguna bagi kehidupan pribadi, masyarakat, bangsa, dan negara (Alpian dkk, 2019). Lembaga Pendidikan yang saat ini diharapkan dalam

kemampuannya untuk menghasilkan lulusan yang berdaya saing kuat adalah perguruan tinggi.

Perguruan tinggi berperan sebagai penggerak utama dalam sistem pendidikan. Menurut Astin (1993), perguruan tinggi tidak hanya memberikan pengetahuan akademik, tetapi juga membentuk kepribadian dan keterampilan sosial mahasiswa. Perguruan tinggi menjadi tempat di mana mahasiswa dapat mengembangkan potensi diri mereka melalui berbagai pengalaman belajar, baik di dalam maupun di luar kelas. Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan pada jenjang perguruan tinggi untuk mempersiapkan suatu keterampilan yang memiliki persyaratan akademik dan non akademik untuk memenuhi tugasnya (Budiman, 2006). Mahasiswa lulusan dari perguruan tinggi diharapkan tidak hanya memiliki pengetahuan saja, melainkan juga keterampilan, keahlian, dan kompetensi untuk menjadi kreatif, inovatif di era globalisasi saat ini, oleh sebab itu penting bagi mahasiswa untuk memanfaatkan masa perkuliahan dengan sebaik-baiknya (Marlina, 2019).

Masa perkuliahan merupakan periode yang krusial dalam kehidupan seorang mahasiswa, di mana mereka tidak hanya belajar ilmu pengetahuan, tetapi juga mengembangkan diri secara pribadi dan sosial. Memanfaatkan masa perkuliahan dengan baik dapat memberikan pengalaman yang berharga dan mendukung pencapaian kepuasan hidup akademik. Menurut penelitian oleh Astin (2018), keterlibatan aktif dalam kegiatan perkuliahan, seperti diskusi kelas, seminar, dan proyek kelompok, berkontribusi pada peningkatan kepuasan akademik mahasiswa. Keterlibatan ini tidak hanya memperdalam pemahaman materi, tetapi juga

menciptakan hubungan sosial yang positif, yang dapat meningkatkan rasa memiliki dan keterikatan terhadap lingkungan kampus. Selain itu, mahasiswa yang memanfaatkan masa perkuliahan dengan baik cenderung lebih siap menghadapi tantangan di dunia kerja. Kegiatan seperti magang, penelitian, atau partisipasi dalam organisasi mahasiswa memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan praktis dan profesional. Penelitian oleh Cummings dan McGowan (2019) menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat dalam pengalaman praktis selama kuliah merasa lebih percaya diri dan puas dengan kemampuan mereka saat memasuki dunia kerja. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman yang diperoleh selama masa perkuliahan tidak hanya berpengaruh pada prestasi akademik tetapi juga pada kesiapan karir dan kepuasan hidup secara keseluruhan.

Mahasiswa yang tidak memanfaatkan masa perkuliahan dengan baik berisiko mengalami kepuasan hidup akademik yang rendah. Ketidakaktifan dalam berpartisipasi dalam kegiatan akademik dan sosial, seperti diskusi kelas dan organisasi mahasiswa, dapat mengakibatkan kurangnya interaksi yang penting untuk memperkaya pengalaman belajar. Penelitian oleh Turohma (2022) menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak terlibat dalam kegiatan kampus cenderung merasa terasing dan kurang puas dengan pengalaman akademik mereka. Hal ini berdampak negatif pada motivasi belajar dan dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik, yang pada akhirnya menurunkan tingkat kepuasan hidup secara keseluruhan. Selain itu, mahasiswa yang tidak memanfaatkan masa perkuliahan juga melewatkan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan praktis yang diperlukan di dunia kerja. Kegiatan seperti magang dan proyek kelompok

memberikan pengalaman berharga yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan karir. Penelitian oleh Rakhmawati dan Supriyadi (2021) menemukan bahwa mahasiswa yang aktif berpartisipasi dalam kegiatan kampus memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang pasif. Dengan demikian, ketidakaktifan dalam memanfaatkan masa perkuliahan tidak hanya menghambat pengembangan diri tetapi juga berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan emosional mahasiswa.

Akhirnya, ketidakaktifan dalam memanfaatkan masa perkuliahan juga berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan emosional mahasiswa. Mahasiswa yang tidak terlibat dalam kegiatan sosial sering kali mengalami isolasi dan stres yang lebih tinggi, karena mereka tidak memiliki dukungan sosial yang memadai. Rojas (2020) menunjukkan bahwa partisipasi dalam kegiatan kampus berkorelasi positif dengan tingkat kepuasan hidup. Tanpa adanya interaksi sosial dan dukungan dari teman-teman seangkatan, mahasiswa dapat merasa kesepian dan tidak puas dengan pengalaman akademiknya. Dengan demikian, jelas bahwa ketidakefektifan dalam memanfaatkan masa perkuliahan dapat menyebabkan dampak serius terhadap kepuasan hidup akademik mahasiswa secara keseluruhan.

Kepuasan hidup adalah evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hidupnya secara keseluruhan, yang mencakup berbagai aspek seperti hubungan sosial, kesehatan, pendidikan, dan pencapaian pribadi (Antaramian, 2017). Menurut Diener et al. (2002), kepuasan hidup merupakan komponen penting dari kesejahteraan subjektif yang mencerminkan penilaian kognitif individu terhadap kehidupannya. Selain itu, Diener dan Biswas, (2008) berpendapat bahwa kepuasan

hidup adalah individu menilai melalui proses kognitif mengenai hal baik yang dilakukan individu dalam hidupnya secara menyeluruh dalam posisi-posisi utama yang dianggap berpengaruh di hidup (*domain satisfaction*) contohnya dalam hubungan interpersonal, spiritualitas, aktivitas waktu luang, pekerjaan, pendidikan, dan kesehatan.

Kepuasan hidup tidak hanya dapat dievaluasi secara umum, tetapi juga dalam berbagai domain spesifik yang disebut sebagai *domain-specific life satisfaction* (Huebner, 1994). Setiap individu memiliki pengalaman yang berbeda dalam berbagai aspek kehidupannya, sehingga tingkat kepuasan dalam satu domain belum tentu mencerminkan kepuasan secara keseluruhan. Beberapa domain yang sering dikaji meliputi kepuasan hidup akademik, pekerjaan, keluarga, sosial, dan finansial. Kepuasan hidup akademik berkaitan dengan pengalaman belajar dan pencapaian akademik, sedangkan kepuasan hidup pekerjaan dipengaruhi oleh gaji, lingkungan kerja, dan hubungan dengan rekan kerja (Diener et al., 1999). Kepuasan hidup keluarga mencerminkan keharmonisan dan dukungan emosional dalam keluarga, sementara kepuasan sosial berkaitan dengan kualitas hubungan pertemanan dan komunitas (Veenhoven, 1996). Adapun kepuasan hidup finansial merujuk pada perasaan cukup dan aman secara ekonomi, yang juga berpengaruh pada kesejahteraan psikologis individu (Pavot & Diener, 2008). Dengan demikian, kepuasan hidup seseorang sangat dipengaruhi oleh berbagai aspek kehidupan yang saling berinteraksi.

Dalam penelitian ini, peneliti akan berfokus pada pada variabel kepuasan hidup akademik dibandingkan dengan kepuasan hidup secara umum. Hal ini

disebabkan kepuasan hidup akademik memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai pengalaman hidup mahasiswa terhadap kehidupan akademik di institusinya. Selain itu, studi yang secara khusus meneliti tentang kepuasan hidup akademik masih sangat terbatas, mayoritas penelitian di Indonesia lebih banyak meneliti kepuasan hidup dalam konteks yang lebih umum. Dengan meneliti kepuasan hidup akademik, penelitian ini dapat mengisi kesenjangan dalam literatur akademik dan memberikan wawasan baru. Kepuasan hidup akademik didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap pengalaman mereka dalam konteks pendidikan tinggi. Hal ini mencakup kepuasan terhadap proses belajar, interaksi dengan pengajar, serta dukungan sosial yang diterima selama masa studi (Nogueira et al. 2019).

Alasan pemilihan variabel kepuasan hidup akademik juga didasarkan pada tingkat kepuasan hidup akademik mahasiswa di Indonesia yang menunjukkan angka cukup rendah dan memprihatinkan. Rendahnya kepuasan hidup akademik mahasiswa sering kali dikaitkan dengan ketidakpuasan terhadap hasil akademik mereka. Penelitian oleh Djaling dan Purba (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami tekanan akademik cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah, di mana ketidakpuasan terhadap prestasi akademik dapat menyebabkan stres dan dampak negatif pada kesejahteraan mental. Hal serupa ditemukan oleh Pratiwi dan Kumalasari (2021), yang mencatat bahwa 46,1% mahasiswa baru merasa kurang puas dengan kehidupan mereka, sebagian besar disebabkan oleh kesulitan beradaptasi dengan tuntutan akademik yang tinggi. Mahasiswa perfeksionis, yang menetapkan standar yang sangat tinggi untuk diri

mereka sendiri, sering kali merasa tidak puas ketika mereka gagal memenuhi ekspektasi tersebut. Hidayat (2023) menyoroti kasus-kasus serius di mana tekanan untuk mencapai hasil akademik menyebabkan perasaan putus asa, bahkan hingga bunuh diri. Kiswantomo dan Theofanny (2021) juga melaporkan bahwa 45,83% dari 478 mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Kristen Maranatha merasa tidak puas dengan kehidupan mereka, mengaitkan kondisi ini dengan stres akibat hasil studi yang tidak memuaskan dan tidak sesuai dengan standar yang mereka tetapkan. Selain itu, penelitian oleh Novianti dan Alfiasari (2017) menemukan bahwa 46,1% mahasiswa tingkat pertama merasa tidak puas dengan kehidupan mereka karena pencapaian akademik yang dianggap tidak memadai target mereka. Dari beberapa hasil penelitian di atas, bisa kita lihat bahwa tingkat kepuasan hidup akademik mahasiswa di Indonesia tergolong ke dalam tingkat yang rendah.

Peneliti melakukan wawancara pada hari Kamis, 28 November 2024 kepada 10 orang mahasiswa dari beberapa universitas diantaranya adalah UIN Sunan Kalijaga, Universitas Mercubuana Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta, Universitas Sebelas Maret Surakarta, dan Universitas Gadjah Mada. Wawancara dilakukan menggunakan aspek kepuasan hidup akademik yang telah dikemukakan oleh Nogueira et al. (2019) yaitu *personal satisfaction* dan *satisfaction with academic environment*. Hasil menemukan 7 dari 10 mahasiswa memiliki kepuasan hidup akademik yang masih dalam kategori rendah, hal tersebut ditunjukkan oleh mahasiswa yang merasa belum mencapai target akademik yang diharapkan, merasa kesulitan dalam mengelola waktu antara belajar dan kegiatan pribadi, serta

mengalami stres dan kecemasan yang tinggi terkait studi yang sedang mereka jalani.

Melalui wawancara tersebut didapatkan bahwa 8 dari 10 mahasiswa menyatakan bahwa mereka merasa tidak berkembang secara pribadi selama masa studi, kesulitan dalam menemukan makna dalam pembelajaran, harapan dan target yang ditetapkan terlalu tinggi, dan kurang puas dengan pencapaian akademik yang telah diraih. Selain itu, banyak mahasiswa yang juga mengungkapkan perasaan kesepian, kurangnya rasa memiliki terhadap komunitas kampus, dan kesulitan dalam membangun identitas diri, hal tersebut membuktikan bahwa aspek *personal satisfaction* masih tergolong rendah.

Dari hasil wawancara tersebut juga didapatkan bahwa 7 dari 10 mahasiswa merasa kurang terhubung dengan dosen dan teman sebaya, merasa fasilitas belajar tidak memadai, dan tidak puas dengan kualitas pengajaran. Selain itu, banyak mahasiswa yang juga mengeluhkan kurangnya kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler yang relevan dengan minat mereka, serta kurangnya dukungan dari lembaga terkait untuk pengembangan potensi mahasiswa. Hal tersebut menunjukkan bahwa aspek *satisfaction with academic environment* masih tergolong rendah.

Kepuasan hidup akademik mahasiswa seharusnya dicapai dengan memahami diri mereka dan lingkungan belajar yang ada di sekitar mereka. Penting bagi mahasiswa untuk menyadari bahwa keseimbangan antara studi dan kehidupan pribadi sangat krusial, sehingga mereka dapat mengelola waktu secara efektif untuk menghindari stres dan prokrastinasi (Antaramian et al., 2023). Selain itu,

pengembangan keterampilan sosial dan emosional juga memainkan peran penting, karena interaksi yang positif dengan teman-teman dan dosen dapat meningkatkan rasa keterhubungan serta dukungan (Camara & Pratisti, 2024). Mahasiswa sebaiknya fokus pada tujuan pribadi mereka, menetapkan harapan yang realistis, dan merayakan pencapaian kecil selama proses akademik. Dengan pendekatan ini, mereka dapat menciptakan pengalaman belajar yang lebih memuaskan dan berarti, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kepuasan hidup secara keseluruhan.

Rendahnya kepuasan hidup akademik dapat menyebabkan sejumlah permasalahan psikologis dan akademik pada mahasiswa. Studi telah menemukan bahwa siswa-siswa yang kurang puas dengan segala hal terkait akademik cenderung mengalami stres yang lebih intensif, sehingga bisa mengganggu fokus dan prestasi akademik mereka (Sadeghi et al., 2020). Seringkali, stres ini timbul karena tekanan besar untuk mencapai standar akademik yang tinggi serta ketidakpuasan akan fasilitas pendidikan yang disediakan. Konsekuensinya, mahasiswa mungkin mengalami penurunan semangat belajar, sikap menunda-nunda, dan bahkan risiko mengembangkan gangguan mental seperti depresi (Alvarez et al., 2021). Selain itu, hasil penelitian oleh Camara dan Pratisti (2023) juga menunjukkan hubungan negatif antara stres akademik dan kepuasan hidup dimana mahasiswa yang mengalami stres tinggi cenderung memiliki tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian terdahulu didapatkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepuasan hidup akademik diantaranya yaitu motivasi

belajar (Djamarah, 2018), dukungan sosial (Reina dan Arifin, 2023), perfeksionisme (Stoeber et al, 2022), kualitas pelayanan akademik (Rahmawati dan Setiawan, 2023), dan keseimbangan kehidupan pribadi dan akademik (Idham Kholid, 2017). Kajian dalam penelitian ini berfokus pada faktor perfeksionisme yang dikemukakan oleh Stoeber et al (2022). Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan, peneliti menemukan bahwa subjek yang memiliki tingkat kepuasan hidup akademik rendah disebabkan oleh tingginya tingkat perfeksionisme, seperti tingginya standar yang ditetapkan oleh diri sendiri dan harapan dari orang-orang terdekat yang terlalu tinggi. Artinya perfeksionisme merupakan faktor yang berdampak negatif pada tingkat kepuasan hidup akademik. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Yeo dan Neal (2019) bahwa mahasiswa dengan tingkat perfeksionisme yang tinggi sering kali menetapkan standar yang tidak realistis untuk diri mereka sendiri, yang menyebabkan mereka merasa tidak puas dengan pencapaian mereka yang dimana dapat menurunkan kepuasan hidup akademik. Hal ini dapat memicu stres psikologis dan emosional yang berlebihan, serta meningkatkan risiko kelelahan akademik akibat tekanan untuk mencapai kesempurnaan dalam setiap tugas.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan peneliti sebelumnya dan temuan dari penelitian terdahulu, maka bisa dilihat bahwa perfeksionisme tampaknya memainkan peran penting dalam dinamika kepuasan hidup akademik. Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji perfeksionisme sebagai variabel independen untuk memahami lebih lanjut kontribusinya terhadap kepuasan hidup akademik pada mahasiswa.

Perfeksionisme dapat diartikan sebagai suatu cara untuk menetapkan standar yang sangat tinggi dalam kinerja atau penampilan yang dapat bersifat adaptif (*conscientious perfectionism*) dan mendorong individu untuk menjadi lebih teratur dan rapi. Namun, perfeksionisme juga dapat bersifat maladaptif (*self-evaluative perfectionism*) karena dapat mendorong individu untuk menilai diri secara negatif dan berlebihan (Dayo dan Faradina, 2020). Pada penelitian kali ini, peneliti akan berfokus pada perfeksionisme maladaptif dimana individu terus-menerus berjuang untuk mencapai standar yang tidak realistis, disertai dengan ketakutan akan kegagalan dan evaluasi diri yang negatif. Hal ini dapat berdampak buruk pada kesehatan mental, emosional, dan sosial individu (Salmela Aro, 2017). Selain itu, Perfeksionisme juga dapat diartikan sebagai tindakan dan obsesi untuk mencapai kesempurnaan yang terpicu oleh rasa takut akan kegagalan dan kurangnya rasa percaya diri (Margareta dan Wahyudin, 2019). Menurut Novera dan Thomas, (2018), Perfeksionisme diartikan sebagai upaya individu untuk mencapai aktualisasi diri yang ideal, yang melibatkan ambisi untuk mencapai tujuan terbaik dan memiliki tuntutan kesempurnaan yang tidak rasional. Selain itu, individu yang perfeksionis juga cenderung sulit menerima ketidaksempurnaan dan hal-hal yang tidak sesuai dengan kehendak mereka.

Penelitian oleh Sari dan Yulianto (2020) menunjukkan bahwa perfeksionisme berkontribusi terhadap peningkatan stres akademik, yang pada gilirannya dapat mengurangi kepuasan hidup mahasiswa. Semakin tinggi standar yang ditetapkan oleh mahasiswa untuk diri mereka sendiri, semakin besar pula tekanan yang mereka rasakan untuk mencapai hasil yang sempurna. Hal ini sejalan

dengan temuan oleh Flett et al. (2016), yang menjelaskan bahwa perfeksionisme maladaptif dapat menyebabkan perasaan tidak puas dan rendah diri ketika mahasiswa tidak mampu memenuhi ekspektasi yang sangat tinggi. Akibatnya, mahasiswa perfeksionis sering kali terjebak dalam siklus negatif, di mana ketidakpuasan terhadap pencapaian akademik mereka mengarah pada stres yang lebih besar dan berkurangnya kepuasan hidup secara keseluruhan.

Penelitian oleh Flett et al. (2016) menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat perfeksionisme yang tinggi mengalami lebih banyak stres dan kelelahan akademik, yang pada gilirannya dapat mengurangi kepuasan hidup mereka. Hal ini disebabkan oleh tekanan yang mereka rasakan untuk mencapai hasil yang sempurna, sehingga ketika hasil tersebut tidak memenuhi harapan, mereka merasa tidak puas dan kecewa (Dunkley et al., 2014). Menurut penelitian oleh Salmela-Aro dan Read (2017), mahasiswa yang memiliki dorongan untuk mencapai kesempurnaan sering kali mengalami tekanan psikologis yang lebih besar, yang berdampak negatif pada kepuasan hidup mereka. Hal ini diperkuat oleh temuan Chen, Wu, dan Li (2021) yang menunjukkan bahwa mahasiswa perfeksionis merasa tertekan untuk memenuhi harapan tinggi, baik dari diri sendiri maupun orang lain, sehingga mengakibatkan ketidakpuasan terhadap pencapaian akademik mereka. Lebih lanjut, penelitian oleh Yeo dan Neal (2019) menekankan bahwa perfeksionisme juga berhubungan dengan prokrastinasi akademik, di mana mahasiswa cenderung menunda tugas karena takut tidak dapat memenuhi standar tinggi yang mereka tetapkan. Prokrastinasi ini hanya menambah beban akademik

dan meningkatkan rasa cemas, sehingga memperburuk kepuasan hidup akademik mereka.

Berdasarkan paparan di atas, bisa dilihat bahwa penelitian sebelumnya yang membahas tentang perfeksionisme berfokus pada hubungan antara perfeksionisme dengan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Di lain sisi, penelitian sebelumnya yang membahas tentang kepuasan hidup akademik berfokus pada tingkat stress dan depresi pada mahasiswa. Tidak seperti kebanyakan penelitian sebelumnya, penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara perfeksionisme dan kepuasan hidup, yang keduanya telah dikaitkan dengan adanya masalah kesehatan mental serupa di penelitian-penelitian sebelumnya. Selain penelitian-penelitian yang telah disebutkan, terdapat pula penelitian terdahulu yang secara spesifik meneliti hubungan antara perfeksionisme dan kepuasan hidup akademik. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Wang dan Wu (2022) menemukan bahwa terdapat hubungan negatif antara variabel perfeksionisme dengan kepuasan hidup akademik. Artinya Semakin tinggi tingkat perfeksionisme seseorang, semakin rendah pula tingkat kepuasan hidup akademik yang dirasakan. Sebaliknya, semakin rendah tingkat perfeksionisme seseorang, semakin tinggi pula tingkat kepuasan hidup akademik yang dirasakan.

Berdasarkan dinamika antara perfeksionisme dan kepuasan hidup akademik yang sudah di paparkan di atas, maka peneliti terdorong untuk mengadakan penelitian lebih lanjut yang bertujuan untuk menjawab pertanyaan apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan kepuasan hidup akademik pada mahasiswa.

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### 1. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan kepuasan hidup akademik pada mahasiswa.

### 2. Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis yaitu mampu menyumbangkan manfaat serta ikut berkontribusi dalam pengembangan keilmuan dalam bidang psikologi pendidikan.

#### b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis yaitu mampu memberikan pengetahuan baru untuk mahasiswa agar dapat mengelola sikap perfeksionisme dengan baik dan terhindar dari dampak buruknya yang dimana bisa membawa mahasiswa pada kepuasan terhadap kehidupannya.