

ABSTRAK

Dafa'tsabitul Azmi, 1604213049, 2025, Visualisasi Prokrastinasi Akibat Sifat Perfeksionis melalui Karya Fotografi Konseptual.

“Tugas Akhir : Program Studi Seni Rupa Fakultas Industri Kreatif Universitas Telkom”

Perilaku menunda-nunda atau prokrastinasi sering kali muncul sebagai respons terhadap tekanan psikologis, salah satunya karena dorongan perfeksionisme. Individu yang memiliki sifat perfeksionis cenderung menetapkan standar yang sangat tinggi dan memiliki ketakutan akan kegagalan, sehingga mudah terperangkap dalam lingkaran penundaan tugas. Penelitian ini berupaya mempresentasikan fenomena prokrastinasi akibat perfeksionisme melalui karya fotografi konseptual. Proses penciptaan karya melibatkan eksplorasi simbol-simbol, pengaturan komposisi, penerapan teknik fotografi, serta manipulasi visual guna merefleksikan konflik batin, kecemasan, dan tekanan emosional yang dialami oleh individu perfeksionis. Diharapkan, karya fotografi yang dihasilkan dapat menjadi sarana refleksi dan edukasi, sehingga audiens memahami bahwa prokrastinasi bukan sekadar masalah pengelolaan waktu, melainkan berkaitan erat dengan aspek psikologis yang mendalam. Melalui pendekatan visual yang artistik dan interpretatif, karya ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengelola sifat perfeksionis agar tidak menghambat produktivitas maupun kesehatan mental.

Kata Kunci: Prokrastinasi, Perfeksionisme, Fotografi Konseptual, Kesehatan Mental, Tekanan Psikologis