

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang masalah

Perilaku menunda-nunda dalam pengerjaan tugas akademik dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik adalah perilaku seseorang yang cenderung menunda-nunda dalam penyelesaian tugas. Menurut Ramadhani, dkk., (2020:47) prokrastinasi akademik siswa adalah suatu perilaku seseorang menunda-nunda pengerjaan tugas akademik, mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan tugas dengan batas waktu yang telah ditentukan dan bahkan dapat terjadi dengan menunda masuk ke kelas ketika jam pelajaran sudah dimulai. Menurut Burke & Yue (Khoirunnisa, dkk., 2021:208) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah penundaan dalam melakukan pekerjaan dihari berikutnya. Kebiasaan menunda-nunda tugas akademik (prokrastinasi) tidak hanya menurunkan nilai dan produktivitas siswa, tetapi juga berpotensi menjadi kebiasaan buruk yang sulit diubah (Piddiani, dkk., 2023:49).

Seorang prokrastinator umumnya melakukan tindakan prokrastinasi hanya sebatas menunda-nunda mengerjakan tugas, sehingga menyebabkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas tepat waktu. Prokrastinasi adalah hal yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam keluarga, sekolah, organisasi, maupun perusahaan (Kurniawan, 2024:639). Prokrastinasi akademik merupakan hal negatif yang dapat menghambat kesuksesan akademik siswa, menghilangkan kesempatan untuk berprestasi, membuang waktu tanpa hasil, dan menurunkan kualitas belajar siswa. Penelitian Rusmani & Rahayu (2019:7) menyimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat prokrastinasi seseorang maka semakin rendah prestasinya. Tidak

hanya prestasi akademik siswa yang dipengaruhi oleh prokrastinasi, tetapi juga berpengaruh pada karakter atau sifat siswa seperti malas, mudah menyerah, tidak disiplin dan meremehkan tugas. Prokrastinasi akademik terjadi apabila seseorang menunda untuk melakukan pekerjaan yang berhubungan langsung dengan sekolah. Prokrastinasi akademik umumnya terjadi pada seseorang yang tidak terbiasa dalam menyelesaikan tugas tepat waktu, karena tidak bisa mengatur waktu dengan baik (Putri & Nuraini, 2023:611).

Pada pendidikan tingkat menengah atas, banyak ditemukan siswa yang menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi. Hal tersebut ditunjukkan oleh penelitian dari Kartikasari, dkk., (2022:392) bahwa rata-rata perilaku prokrastinasi akademik siswa berada pada kategori tinggi, dengan tingkat capaian rata-rata sebesar 76%. Hal tersebut menunjukkan bahwa banyak dari siswa di SMA N 1 Buay Madang Oku Timur Sumatera Selatan memiliki perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Chisan & Jannah, (2021:5), sebanyak 40 siswa (14,6%) menunjukkan perilaku prokrastinasi akademik yang rendah, sementara 182 siswa (66,4%) memiliki tingkat prokrastinasi yang sedang, dan 52 siswa (19%) tergolong pada tingkat prokrastinasi yang tinggi. Selanjutnya penelitian Rosadi, dkk., (2023:2685) menunjukkan bahwa tingkatan prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMA N 1 Merangin secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan skor persentase 62,6%. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nunut, dkk., (2023:119) yang menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa tergolong dalam kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 15% dengan jumlah siswa 8 orang, kategori tinggi 62% dengan jumlah siswa 32 orang, kategori rendah 24% dengan jumlah siswa 13 orang dan kategori sangat

rendah 0% dengan jumlah siswa 0 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik siswa mencapai 62% dengan kategori tinggi.

Berdasarkan observasi awal pada hari Kamis, 26 September 2024 yang peneliti lakukan dengan wawancara pada beberapa siswa di kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi. Adapun wawancara yang peneliti lakukan yaitu siswa mengatakan sering melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda mengerjakan tugas dikarenakan tingginya rasa malas, tidak paham dengan tugas yang diberikan guru, sehingga siswa tersebut lebih memilih untuk bermain media sosial. Siswa lainnya juga mengatakan bahwa lebih sering mengerjakan tugas disekolah, karena tidak bisa mengatur waktu dengan baik membuat siswa mengerjakan tugas-tugasnya disekolah. Selanjutnya, peneliti juga melaksanakan wawancara pada guru ekonomi di SMA Negeri 1 Muaro Jambi. Peneliti mendapatkan informasi bahwa siswa kelas XI sering terlambat mengumpulkan tugas.

Banyaknya fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi pada siswa tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Intensitas penggunaan media sosial menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi. Menurut Azwar (dalam Octavia, dkk., 2020:184) intensitas adalah suatu kekuatan atau kedalaman sikap individu terhadap sesuatu. Menurut Rinjani & Firmanto (dalam Febriyanti, dkk., 2024:215) Intensitas penggunaan media sosial merupakan suatu tingkatan seringnya seseorang atau individu dalam melakukan aktivitas yang menyenangkan pada kegiatan tersebut.

Menggunakan media sosial menjadi salah satu aktivitas menyenangkan dan memiliki hubungan dengan penyelesaian tugas, seperti menggunakan whatsapp, Instagram, snapchat, facebook, twitter, tiktok dan media chatting lainnya (Hadiarni,

dkk., 2024:3). Penggunaan media sosial akan menyebabkan kecanduan yang mengakibatkan kelalaian dari penggunanya, karena sering menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial sehingga terjadi penundaan pekerjaan yang seharusnya dikerjakan. Menurut Muflih, dkk., (2017:16) Intensitas penggunaan smartphone sebagian besar untuk bermain media sosial dan bermain game.

Tingginya Tingkat penggunaan internet di Indonesia dapat dibuktikan dari data APJII. Dilansir dari <https://apjii.or.id/>. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengumumkan bahwa jumlah pengguna internet Indonesia tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia tahun 2023. Berdasarkan gender, kontribusi penetrasi internet Indonesia banyak bersumber dari laki-laki 50,7% dan perempuan 49,1%. Kemudian dari segi umur, orang yang berselancar di dunia maya ini mayoritas adalah Gen Z (kelahiran 1997-2012) sebanyak 34,40%. Lalu, generasi milenial (kelahiran 1981-1996) sebanyak 30,62%. Berikutnya, Gen X (kelahiran 1965-1980) sebanyak 18,98%, Post Gen Z (kelahiran kurang dari 2023) sebanyak 9,17%, baby boomers (kelahiran 1946-1964) sebanyak 6,58% dan pre boomer (kelahiran 1945) sebanyak 0,24%.

Ditemukan bahwa jumlah penggunaan internet di Indonesia per Januari 2024 terdapat sebanyak 185,3 juta pengguna atau sebesar 66,5% pengguna dari jumlah populasi di Indonesia, yang dimana jumlah populasi penduduk Indonesia sebanyak 278,7 juta jiwa. Penggunaan media sosial terdapat sebanyak 139,0 juta per Januari 2024, setara dengan 49,9% dari total populasi (Kemp, 2024). Penggunaan internet dan media sosial sudah menjadi kebutuhan utama bagi setiap individu, terutama bagi para siswa dalam kegiatan belajar mengajar. Namun penggunaan internet yang tidak diiringi dengan kemampuan mengatur diri akan menyebabkan penggunaan

yang berlebihan, seperti bermain media sosial secara berlebihan yang menimbulkan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian Sholihah (2019:91) yang menemukan hasil prokrastinasi akademik siswa dipengaruhi oleh kecanduan *gadget*. Hasil penelitian Tannia & Monika (2022:5210) juga menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Menurut Rasmitasari, dkk., (2022:1056) faktor yang menyebabkan ketertinggalan seseorang, salah satunya adalah kecanduan terhadap media sosial.

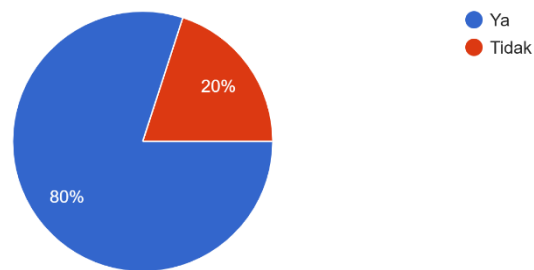
Selain Intensitas penggunaan media sosial, manajemen waktu menjadi faktor munculnya perilaku prokrastinasi akademik siswa. Waktu adalah sumber daya yang harus dikelola dengan baik sehingga individu atau organisasi dapat mencapai tujuan secara efektif dan efisien (Atmaja, dkk 2023:2). Manajemen waktu yang baik sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dan kegagalan siswa dalam menyelesaikan tugas. Siswa yang tidak dapat mengatur waktu dengan baik cenderung tidak dapat mengatur perencanaan yang tidak terorganisasi dan tidak disiplin dalam menggunakan waktu. Menurut Dayantri & Netrawati, (2023:21138) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas adalah akibat dari manajemen waktu yang tidak efisien sehingga sampai pada ketidakpastian kapan untuk mengerjakan pekerjaan rumah (PR) dan tidak ada yang diprioritaskan atau didahulukan. Jadi dengan adanya kemampuan manajemen waktu, siswa dapat membuat jadwal kegiatan yang harus diprioritaskan, membuat target dan membuat strategi untuk menyelesaikan tugas yang dapat memudahkan siswa dalam menyelesaikan tugas. Manajemen waktu adalah cara untuk mengelolah waktu dan sumber daya secara efektif dan efisien

(Irwansyah & Asrida, 2021:319). Setiap siswa dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu jika memiliki manajemen waktu yang baik.

Dalam membagi waktu tidak semua orang dapat membaginya dengan baik sehingga sulit dalam memprioritaskan tugas mana yang akan dikerjakan terlebih dahulu yang menyebabkan tugas pada dasarnya lebih penting menjadi terabaikan dan ditunda-tunda (Pertiwi, 2020:740). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rosyid, dkk., (2022:3) menunjukkan sebanyak 59 responden (44,7%) memiliki manajemen waktu yang tidak baik. Sedangkan menurut Djamarah (dalam Sari, dkk., 2022:23) banyak individu yang mengeluh karena tidak mampu membagi waktu kapan harus memulai untuk mengerjakan sesuatu sehingga waktu yang seharusnya bermanfaat menjadi terbuang dengan percuma. Ketidakmampuan dalam mengatur waktu inilah yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi atau menunda-nunda tugas (Rahmah, 2018:223). Dengan menerapkan manajemen waktu yang baik siswa akan memiliki pengaturan diri untuk menggunakan waktu secara efektif dan efisien, dengan melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai kontrol atas waktu, membuat prioritas sesuai kepentingannya dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan (Adhani, dkk., 2024:179). Siswa yang mengatur waktu dengan tidak baik dapat menyebabkan kegagalan dalam belajar dan jika mengatur waktu dengan baik dapat menyebabkan peningkatan siswa dalam menyelesaikan masalah belajar (Elviana, dkk., 2022:124).

Penundaan tugas (*prokrastinasi*) sudah tidak asing lagi bagi siswa. Menunda-nunda dalam pengerjaan tugas sudah hal yang biasa dilakukan oleh siswa. Hal ini dapat dilihat dari observasi awal yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.

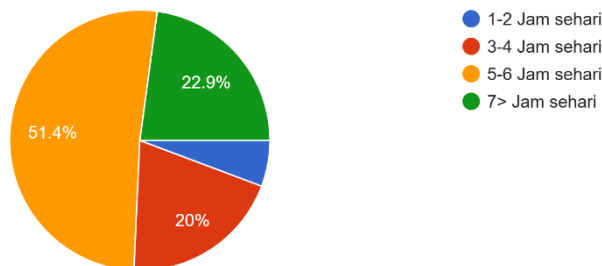
Apakah anda sering melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas ?
35 responses



Gambar 1. 1 Diagram Siswa Kelas XI Yang Melakukan Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan gambar 1.1 dari hasil observasi awal melalui *google form*, dari 35 siswa terdapat 80% (28 Siswa) kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi sering melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas dan sisanya 20% (7 Siswa) tidak pernah melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas. Dapat disimpulkan bahwasanya siswa yang sering melakukan penundaan tugas (*Prokrastinasi*) tergolong tinggi.

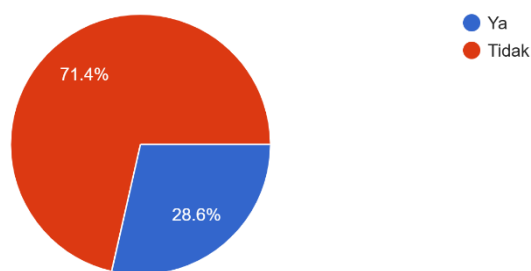
Seberapa lama durasi anda bermain media sosial dalam sehari?
35 responses



Gambar 1. 2 Diagram Durasi Siswa Bermain Media Sosial

Dari hasil observasi awal terlihat pada gambar 1.2 diatas bahwa dari 35 siswa, terdapat 51,4% (18 Siswa) durasi bermain media sosial 5-6 jam dalam sehari, kemudian 22,9% (8 Siswa) durasi bermain media sosial 7> jam dalam sehari, 20% (7 Siswa) durasi bermain media sosial 3-4 jam dalam sehari dan 2% (2 Siswa) durasi bermain media sosial 1-2 jam dalam sehari. Intensitas penggunaan media sosial adalah salah satu faktor yang mendorong siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi melakukan penundaan tugas (*prokrastinasi*).

Apakah anda memiliki kemampuan mengelolah atau mengatur waktu dalam menyelesaikan tugas?
35 responses



Gambar 1. 3 Diagram Mampu Mengelolah Waktu Dengan Baik

Pada observasi awal yang dilakukan oleh peneliti kepada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi mereka berpendapat tidak mampu mengelolah waktu dengan baik. Hal tersebut dibuktikan pada gambar 1.3 yang menjelaskan bahwa 71,4% atau 25 siswa dari 35 siswa berpendapat tidak mampu mengelolah waktu dan 28,6% (10 Siswa) berpendapat mampu mengelolah waktu.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi yang melakukan prokrastinasi terbilang tinggi. Dengan lama durasi waktu bermain media sosial yang tinggi dan tidak mampu mengelolah waktu dengan baik secara tidak langsung mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa. Siswa sangat mudah tergiur dengan kegiatan yang

menyenangkan dengan menghabiskan banyak waktu bermain media sosial, sehingga tidak bisa mengatur waktu yang baik. Siswa diharapkan dapat mengatur waktu dalam penggunaan media sosial agar tidak menjadikan dirinya sebagai prokrastinator. Oleh karena itu diduga intensitas penggunaan media social dan manajemen waktu mempengaruhi terjadinya prokrastinasi setiap individu. Hal ini menjadi sebuah masalah mengenai prokrastinasi yang masih banyak terjadi di sekolah. Di era digital ini, media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan siswa, tetapi penggunaannya yang berlebihan dapat memicu perilaku menunda-nunda tugas atau prokrastinasi akademik, yang berpotensi merugikan prestasi belajar mereka.

Urgensi dari penelitian ini pentingnya untuk memahami sejauh mana kedua faktor tersebut memengaruhi prokrastinasi akademik, sehingga dapat menjadi dasar bagi pendidik, orang tua, dan lembaga pendidikan dalam merancang strategi untuk meningkatkan kesadaran siswa terhadap pengelolaan waktu dan penggunaan media sosial secara bijak. Dengan demikian, penelitian ini dapat berkontribusi pada upaya meningkatkan kualitas pembelajaran dan mengurangi dampak negatif dari perilaku prokrastinasi.

Berdasarkan Uraian permasalahan yang telah dipaparkan diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul (**“Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri 1 Muaro Jambi”**).

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yang dapat disusun berdasarkan latar belakang diatas adalah sebagai berikut:

1. Masih terdapat siswa yang menghabiskan waktu bermain media sosial.
2. Belum optimalnya kemampuan siswa dalam pengelolaan waktu.
3. Masih terdapat siswa yang melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas

1.3 Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Intensitas penggunaan media sosial yang diteliti adalah durasi penggunaan media sosial yang digunakan siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
2. Manajemen waktu yang diteliti adalah keterampilan manajemen waktu yang dimiliki siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
3. Yang diteliti dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
2. Apakah terdapat pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
3. Apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
2. Untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.
3. Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa kelas XI SMA Negeri 1 Muaro Jambi.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis.

1. Teoritis
 - a. Sebagai bahan pembelajaran dan pengaplikasian ilmu pengetahuan mengenai teori-teori prokrastinasi akademik sesuai dengan masalah yang diteliti.
 - b. Sebagai informasi dan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.
2. Praktis
 - a. Bagi peneliti, menambah wawasan dan pengalaman mengenai masalah intensitas penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa.
 - b. Bagi akademisi, mampu memberikan sebuah pemikiran sebagai referensi dan pembanding untuk menambah wawasan sekaligus memberikan bukti empiris

dari penelitian yang terdahulu tentang intensitas penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa.

- c. Bagi siswa, sebagai bahan pertimbangan dan informasi dalam intensitas penggunaan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi siswa.

1.7 Definisi Operasional

1. Intensitas penggunaan media sosial adalah tingkat keseringan dan seberapa banyak seseorang menggunakan media sosial dalam kehidupan sehari-harinya. Adapun yang menjadi indikator Intensitas penggunaan media sosial yaitu: (1) Perhatian, (2) Penghayatan, (3) Durasi, (4) Frekuensi.
2. Manajemen waktu adalah kemampuan seseorang untuk merencanakan, mengorganisasikan, dan mengontrol waktu yang tersedia secara efektif untuk mencapai tujuan tertentu, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Adapun yang menjadi indikator manajemen waktu yaitu: (1) Mampu Menyusun prioritas dengan tepat, (2) Membuat jadwal, (3) Meminimalisasi kendala, (4) Membuat tujuan jangka pendek, (5) Mendelegasikan tugas.
3. Prokrastinasi akademik adalah perilaku yang cenderung untuk menunda-nunda tugas atau aktivitas akademik yang seharusnya dilakukan, meskipun menyadari bahwa penundaan tersebut dapat berdampak negative pada hasil belajar atau pencapaian akademik. Adapun yang menjadi indikator prokrastinasi akademik yaitu: (1) Menunda-nunda memulai dan menyelesaikan tugas, (2) Terlambat dalam mengerjakan tugas, (3) Terdapat kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, (4) Melakukan kegiatan yang lebih menarik dan menyenangkan.