

**PENGARUH KECANDUAN GAWAI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK  
PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 TUMPANG**

**SKRIPSI**



**OLEH**

**ROSSA KHALIFAH PUTRI**

**NIM 16410110**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2023**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH KECANDUAN GAWAI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK  
PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 TUMPANG**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang untuk  
memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

Rossa Khalifah Putri

16410110

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2023**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGARUH KECANDUAN GAWAI  
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK  
SMA NEGERI 1 TUMPANG**

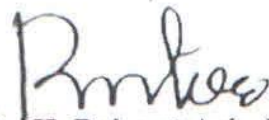
SKRIPSI

Oleh :

**Rossa Khalifah Putri**  
**NIM.16410110**

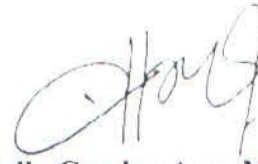
Telah Disetujui Oleh:

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. H. Rahmat Azis, M.Si**  
**NIP. 197008132001121001**

**Dosen Pembimbing II**



**Selly Candra Ayu, M.Si**  
**NIP. 19940217201911202269**

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



**Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si**  
**NIP. 197611282002122001**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH KECANDUAN GAWAI  
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK  
SMA NEGERI 1 TUMPANG**

**SKRIPSI**

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Pada Tanggal 6 Juli 2023

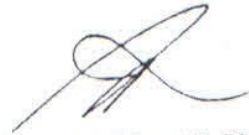
**Susunan Dewan Penguji**

Ketua Penguji



**Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si.**  
NIP. 197008132001121001

Penguji Utama



**Dr. Ali Ridho, M.Si.**  
NIP. 197804292006041001

Sekretaris Penguji



**Selly Candra Ayu, M.Si.**  
NIP. 19940217201911202269

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Psikologi tanggal 6 Juli 2023

Mengesahkan.

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



**Prof. Dr. H. Rifa Hidavah, M.Si**  
NIP. 197611282002122001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rossa Khalifah Putri  
NIM : 16410110  
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “PENGARUH KECANDUAN GAWAI TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 TUMPANG” merupakan benar-benar hasil sendiri. Baik Sebagian maupun secara keseluruhan. Terkecuali dalam bentuk kutipan yang sudah disebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terdapat klaim dari pihak lain sudah bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya siap dan siap menerima sanksi.

Malang , 24 Mei 2023  
Peneliti



Rossa Khalifah Putri

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillahirabbil 'alamin

Puji syukur Kehadirat Allah SWT atas segala kekuatan, karunia, dan hidayahnya, sehingga penulis masih diberikan kesempatan dan kekuatan untuk menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu syarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana.

Meski jauh dari kata sempurna, penulis bangga dan bersyukur karena dapat bertahan dan mencapai titik ini. Skripsi atau tugas akhir ini peneliti persembahkan untuk Allah SWT sebagai salah satu bentuk ibadah dan mengamalkan perintah Nabi Muhammad SAW untuk menuntut ilmu. Kemudian, kedua orang tua saya, Bapak Mukarsi dan Ibu Dewi Masita, sebagai pihak yang sudah mendukung peneliti sampai sekarang dan sebagai bukti pencapaian diri dalam meraih gelar sarjana di perguruan tinggi.

Penelitian ini juga peneliti persembahkan kepada untuk kedua kakakku, Alm. Rahadian Rendinata dan Naufan Jati Maulana. Yang sudah memberikan semangat dan dukungannya selama proses pengerjaan skripsi ini. Semoga karya senantiasa berguna untuk penelitian di masa yang akan datang.

Terimakasih untuk sahabat-sahabat saya, Firda Kurniawati Deni Kusuma, Saskia Maharani, Zahrotul Jannah, Nabilah Ferianti yang sudah bersedia menjadi tempat berbagi kisah dan penyemangat selama pengerjaan skripsi ini.

Kepada semua Guru, Dosen, Ustadz/Ustadzah yang pernah mengajarkan peneliti banyak hal, peneliti ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya.

**Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si.**  
**Dosen Fakultas Psikologi**  
**Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**

---

**Nota Dinas Pembimbing**

Malang, 23 Mei 2023

Hal : Skripsi Rossa Khalifah Putri  
Lampiran : 4 (empat) Eksemplar

Yang Terhormat,  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Di  
Malang

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Sesudah melakukan beberapa kali bimbingan ,baik dari segi isi, Bahasa maupun teknik penulisan dan setelah membaca skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Rossa Khalifah Putri

NIM : 16410110

Jurusan : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Kecanduan Gawai Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Tumpang.

Maka selaku pembimbing kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah layak untuk diujikan .  
Demikian, mohon dimaklumi adanya.

*Wassalamualaikum Wr. Wb*

Dosen Pembimbing



**Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si.**  
NIP. 197008132001121001

**Motto**

*“Don't worry about failures, worry about the chances you miss when you don't even try”*

*(Jangan khawatir tentang kegagalan, khawatirlah tentang peluang anda lewatkan jika tidak pernah mencobanya)*

*(Jack Canfield)*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur yang sebesar-besarnya dipanjatkan oleh peneliti kepada Allah SWT, yang telah memberikan rahmat. Taufiq serta hidayahnya sehingga naskah skripsi atau tugas akhir yang berjudul “Pengaruh Kecanduan Gawai Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Para Peserta Didik SMA Negeri 1 Tumpang” dapat diselesaikan. Selanjutnya, sholawat serta salam semoga terlimpahkan kepada junjungan kita baginda Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan serta seluruh umatnya.

Peneliti menyadari bahwa proses pengerjaan skripsi ini tidak akan berjalan lancar apabila tanpa bimbingan dan sumbangsih dari berbagai pihak, maka dari itu pada kesempatan kali ini peneliti menyampaikan terimakasih yang tak terhingga kepada:

1. Prof. Dr. H.M. Zainuddin, MA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Yusuf Ratu Agung, MA selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si selaku Dosen Wali Fakultas Psikologi Universitas Maulana Malik Ibrahim Malang.
5. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam memberikan bimbingan, saran dan juga motivasi.
6. Selly Candra Ayu, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam memberikan bimbingan, dan juga saran dan motivasi.
7. Seluruh dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan dan mengajarkan ilmu dan pengetahuan.
8. Keluarga besar mahasiswa psikologi angkatan 2016 yang selalu bahu membahu, bertukar informasi dan saling menyemangati dalam proses pengerjaan skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini, yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari berbagai kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik agar peneliti dapat melakukan perbaikan, sehingga skripsi dapat diperbaiki menjadi lebih baik lagi dan juga memberikan manfaat baik dalam bidang akademis maupun penerapan di lapangan serta dapat dikembangkan lebih lanjut lagi. Amin.

Malang, 24 Mei 2023

Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	viii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
.....	الخبرية
.....	xv
BAB 1 Pendahuluan.....	1
A. Latar Belakang .....	2
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II Kajian Pustaka.....	9
A. Prokrastinasi Akademik.....	9
1. Pengertian Prokrastinasi akademik.....	10
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....	11
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	11
B. Kecanduan Gawai.....	13
1. Pengertian Kecanduan Gawai.....	14
2. Ciri-Ciri Kecanduan Gawai.....	15
3. Faktor-Faktor Kecanduan Gawai.....	16
4. Dampak Kecanduan Gawai.....	16
5. Pengaruh Kecanduan Gawai Terhadap Prokrastinasi Akademik.....	17
C. Kerangka Konseptual.....	18
D. Hipotesis Penelitian.....	20
BAB III Metode Penelitian.....	21
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Lokasi Penelitian.....	21
C. Identifikasi Variabel Penelitian.....	21
D. Populasi Dan Sampel.....	23
1. Populasi.....	23
2. Sampel.....	24
3. Teknik Pemngambilan Data.....	26
E. Teknik Pengumpulan Data.....	27
1. Instrumen Kecanduan Gawai.....	28
2. Instrumen Prokrastinasi Akademik.....	30
F. Analisis Data.....	33
1. Uji Prasyarat.....	33
BAB IV Hasil Dan Pembahasan.....	35

A. Pelaksanaan Penelitian.....	35
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	35
2. Gambaran Umum Responden Penelitian.....	38
3. Gambaran Umum Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	41
1. Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik.....	41
2. Data Deskriptif Kecanduan Gawai.....	42
C. Uji Normalitas.....	43
D. Hambatan Dalam Penelitian.....	44
E. Pembahasan.....	47
BAB V Penutup.....	50
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran.....	50
LAMPIRAN.....	54

## ABSTRAK

Khalifah Putri, Rossa. 2023. Pengaruh Kecanduan Gawai Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Peserta Didik SMA Negeri 1 Tumpang. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dosen Pembimbing: Dr.H. Rahmat Aziz, M.Si

---

Pada era saat ini perkembangan dan kemajuan teknologi semakin canggih dan pesat khususnya gadget, dan terkhusus perkembangan gawai yang sangat pesat yang ditandai dengan berbagai macam jenis gawai yang sudah dikembangkan dan juga berbagai kecanggihan fitur-fitur yang dirancang sehingga dapat memberikan kepuasan bagi penggunaannya. Gadget merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, dan hiburan (Hidayat & Junianto,2017). Tak dapat dipungkiri dampak negatif kepada peserta didik adalah kecanduan gawai.

Hal ini membuat peserta didik sering menunda mengerjakan tugas atau yang disebut prokrastinasi akademik dikarenakan kecanduan gawai. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk : 1) Untuk mengetahui tingkat kecanduan gawai pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang, 2) Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang, 3) Pengaruh kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik simple random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 290 subjek. Alat yang digunakan yakni *Smartphone Addiction Scale (SAS)* untuk mengukur tingkat kecanduan gawai dan Instrumen Prokrastinasi Akademik untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik. Analisis data menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan program *SPSS For windows versi 22*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecanduan gawai berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik yang dapat dilihat dari nilai sig. 0,000 < 0,05, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci: Kecanduan Gawai, Prokrastinasi Akademik

## ABSTRACT

Khalifah Putri, Rossa. (2023). The effect of Smartphone Addiction on Academic Procrastination in High School 1 Tumpang Students. Thesis. Department of Psychology. Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.  
Supervisor : Dr. H Rahmat Aziz,M.Si

---

In the current era, technological development and progress is increasingly sophisticated and rapid, especially gadgets, and especially the very rapid development of gadgets, which is characterized by various types of gadgets that have been developed and also various sophisticated features designed so that they can provide satisfaction for their users. Gadgets are sophisticated items created with various applications that can provide various news media, social networks, hobbies and entertainment (Hidayat & Junianto, 2017). It cannot be denied that the negative impact on students is smartphone addiction.

This makes students often delay doing assignments that called academic procrastination due to smartphone addiction. The purpose of this study to : 1) Recognizing the level of smartphone addiction, 2) Identify the level of academic procrastination, 3) noticing the effect of smartphone addiction on academic procrastination in high school 1 Tumpang students. This study uses a quantitative approach. Using a simple random sampling technique with sample size of 290 subjects. The tools used were Smartphone Addiction Scale (SAS) to measure the level of smartphone addiction and Academic Procrastination Instrument to measure the level of academic procrastination. Data analysis used simple linear regression with the help of the *SPSS For Windows Program Version 22*.

The results of this study show that level of smartphone addiction had effective effects to academic procrastination which can be seen from the sig value  $0.000 < 0.05$ , so the hypothesis in this study is accepted.

Keywords : Smartphone addiction, Academic Procrastination

## ال تجريد

نوية ابة اذله رفة روسا (3202). تآأ ير إدمان الهواتف الذكبة على الة تسوية الأكاديمي لذي طلاب المدرسة الة نا الأولى في تومبانج. أطرؤحة. قسم علم النفس. كلية علم النفس. جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج  
المشرف : د.ح. رحمة عزيز، م. سي

في العصر الحالي أصبح الة تطورا والة تقدم الة تكنولوجياي أكرثة عقيدا وسرعة، وخاصة الأدوات الذكبة، وخاصة  
ور الة سريع جدا لة الأدوات، والذبي ية تميز بأذواع مختلفة من الأدوات الة تي تم تطويرها وأيضا العدي من الة تط  
المة يرات الة تطورة الة صممة بحيث يمكن أن توفر الة راضا لمستخدميها. الأدوات الة هي عنا صرمة تطورة تم إنشاؤها  
الة اجتماعية والهوايات باستخدام تطبيقات متنوعة يمكنها توفير وسائل الإعلام الإخبارية والشبكات  
والة ترفيها الة تنوع (otnainuJ & tayadiH, 7102). لا يمكن إنكار أن الة تآأ ير الة سلبية على الطلاب هو إدمان  
الأجهزة.

وهذا ما يجعل الطلاب ية تأخرون في كثر من الأحيان في أداء الواجبات أو ما يسمي بالة تسوية الأكاديمي  
ذا الة بحث هي: (1) تحديد مسؤولة إدمان الأجهزة بين الطلاب في iregeN AMS 1 بسبب إدمان الأجهزة. كانت أهدافه  
ريشأت (3) SMA Negeri 1 Tumpang ية بالطلال نيب يمي ذلك الة في وسئل وسم دي دحتل (2) Tumpang  
ام إدمان الأجهزة على الأداء الأكاديمي تسوية. ية تستخدم هذا الة بحث الة نهج الة كمي. تم إجراء أخذ العينات باستخدام  
(SAS) شخصاً. الأدوات المستخدمة هي مقياس إدمان الهواتف الذكبة 290 تقنية أخذ العينات العشوائية البسيطة بحجم عينة يبلغ  
لقد ياس مسؤولة إدمان الأجهزة وأداة الة تسوية الأكاديمي لة ياس مسؤولة الة تسوية الأكاديمي. الة تستخدم لة ييل  
مج SSPL نظام الة تشغل swodniW الإصدار 22. الة بيانات الانحدار الخطي الة بسبب مساعدة برنام  
تظهر الة نتائج الة بحث أن مسؤولة إدمان الأجهزة لة تآأ ير على الة تسوية الأكاديمي بين الطلاب في AMS  
هتيؤرن كمي يذل الة يمي ذلك الة في وسئل وقره جال انام إن نيب ريبك ريشأت كانه نأ رهظي و، Negeri 1 Tumpang  
فإن الة فرضية في الة الدراسة مقبولة. من قيمه  $g.is > 50.0$  لذا

ال كلمات الة ف تادية : إدمان الأجهزة، الة تسوية الأكاديمي

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pada hakikatnya, pendidikan mempunyai tujuan untuk menciptakan yang ideal agar mencapai kehidupan yang lebih baik pada semua bidang. Pendidikan merupakan proses utama untuk membentuk Sumber Daya Manusia. Pendidikan sangat diperlukan disemua kalangan, baik pendidikan formal, non formal, dan informal. Dalam proses pendidikan, peserta didik merupakan salah satu komponen manusiawi yang menempati posisi *center*. Peserta didik menjadi pokok persoalan dan tumpuan perhatian dalam semua proses transformasi pembelajaran yang disebut pendidikan. Sebagai salah satu komponen penting dalam sistem pendidikan, peserta didik sering disebut "*raw material*" (bahan mentah). Dalam perspektif Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 4, "peserta didik diartikan sebagai anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan dirinya melalui proses pendidikan jalur jenjang dan jenis pendidikan tertentu." Dalam perspektif psikologis peserta didik adalah individu yang sedang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan, baik fisik maupun psikis menurut fitrahnya masing-masing. Sebagai individu yang tengah tumbuh dan berkembang, peserta didik memerlukan bimbingan dan pengarahan yang konsisten menuju kearah titik optimal kemampuan fitrahnya (Arifin,1996).

Belajar merupakan kewajiban siswa yang sedang mengenyam pendidikan di institusi pendidikan, formal atau nonformal. Belajar adalah suatu aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, meningkatkan keterampilan, memperbaiki perilaku, sikap dan mengkokohkan kepribadian (Suyono dan Haryanto, 2014). Menurut Crow dan Crow, belajar merupakan diperolehnya kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan dan sikap baru. Dengan belajar, seseorang tidak akan ketinggalan zaman (informasi) dan dapat memperbarui pengetahuan, sehingga akan terus dapat berkontribusi bagi kehidupan di



lingkungannya. Kewajiban belajar berlangsung sepanjang hayat (*long life education*), atau berlangsung sepanjang kehidupan seseorang. Keberhasilan belajar siswa di sekolah, dalam hal ini prestasi belajar tergantung pada perilaku belajar yang dilakukan. Menurut Hamalik (1983), salah satu faktor yang bersumber dari dalam diri sendiri adalah kebiasaan belajar atau perilaku belajar. Perilaku belajar dikatakan baik apabila peserta didik mempunyai kesadaran dan tanggung jawabnya, sehingga dia mampu membagi waktu antara belajar (mengerjakan tugas-tugas formal sekolah) dengan kegiatan yang lain di luar sekolah.

Terdapat beberapa tugas akademik dan nonakademik yang harus dilakukan peserta didik saat belajar di sekolah. Tugas akademik merupakan tugas-tugas yang berkaitan dengan kegiatan akademik peserta didik (bersifat formal), seperti hadir (masuk) kelas, mengerjakan tugas mata pelajaran atau praktikum, mengikuti dan mengerjakan ujian atau ulangan yang sudah ditentukan, seperti ulangan harian, ujian tengah semester dan ujian kenaikan kelas, ujian akhir sekolah, dan lain-lain. Tugas-tugas akademik dan nonakademik yang diberikan guru harus dikerjakan sesuai aturan (arahan guru) dan dalam durasi waktu yang telah ditentukan (disepakati).

Selama pandemi COVID-19 semua pembelajaran yang semestinya tatap muka atau *offline* dialihkan ke pembelajaran jarak jauh atau *online*. Pada pelaksanaannya pembelajaran daring memerlukan dukungan perangkat-perangkat mobile seperti gawai atau telepon android, laptop, komputer, tablet, dan iphone yang dapat dipergunakan untuk mengakses informasi kapan saja dan dimana saja (Gikas & Grant, 2013). Gawai disebut sebagai jenis perangkat ponsel untuk berkomunikasi yang memiliki fitur tambahan selain sebagai sarana telekomunikasi, seperti internet untuk chatting dan email, kamera, pemutar musik, video game, pengelola informasi pribadi, fitur GPS, dan sebagainya (Williams & Sawyer, 2011). Pengguna *smartphone* kini semakin banyak. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII, 2014), dari total masyarakat Indonesia pengakses internet, sebanyak 44,16% menggunakan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* sebagai salah satu alat untuk mempermudah aktivitas keseharian manusia pastinya memiliki manfaat, secara general yakni seperti mendapat atau menyebarkan informasi berita *up-to-date*, mendapat bahan pembelajaran dan referensi, berkomunikasi tanpa batasan jarak dan waktu yang murah, menolong dalam hal-hal kecil hingga darurat, dan

akses pada hiburan, yang dapat diakses menggunakan aplikasi *online* maupun *offline*. Gawai perlahan berubah menjadi gaya hidup.

Pada era saat ini perkembangan dan kemajuan teknologi semakin canggih dan pesat khususnya gadget, dan terkhusus perkembangan gawai yang sangat pesat yang ditandai dengan berbagai macam jenis gawai yang sudah dikembangkan dan juga berbagai kecanggihan fitur-fitur yang dirancang sehingga dapat memberikan kepuasan bagi penggunanya. Gadget merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, dan hiburan (Hidayat & Junianto, 2017). Sedangkan gawai merupakan sebuah bagian dari gadget. Gawai merupakan sebuah generasi baru dari telepon seluler dengan papan tombol minimalis bukan hanya berfungsi sebagai telepon lagi namun sudah memiliki fungsi yang sangat kompleks seperti yang ada pada komputer yang dapat mengakses email, office programs dan fitur multi media seperti camera, dll (Kibona & Mgya, 2015).

Gawai tidak dapat dipungkiri memiliki dampak negatif pada penggunanya, seperti membuat sulit tidur, mempengaruhi kesehatan fisik seperti dapat terkena kanker, pusing, sakit mata, lemah otak, sakit pada pergelangan tangan dan leher (Crabtree, S., dkk., 2018). Gawai pun memiliki dampak pada psikologis individu. Crabtree, S., dkk. menemukan bahwa gawai memiliki dampak negatif pada kebahagiaan dan *well-being* individu. Hal-hal tersebut berakar pada dampak negatif utama dari gawai, yaitu membuat kecanduan atau yang biasa disebut kecanduan gawai.

Pengguna gawai di Asia Tenggara pada bulan agustus 2014 sebanyak 120 juta yang telah mengalami peningkatan sebanyak 44% setiap tahunnya, sedangkan dari data penjualan gawai di Indonesia pada tahun 2014 dengan pengguna aktif mencapai 47 juta jiwa (Riani, 2016). Pecandu gawai pada tahun 2014 di Indonesia semakin meningkat dari 1,4 miliar pengguna gawai 176 juta orang diantaranya adalah pecandu gawai, angka ini meningkat sekitar 13% dibanding tahun 2013 yang hanya 79% juta orang (Purwanto, Atina & Desylawati, 2017). Kewaspadaan terhadap perilaku kecanduan gawai harus lebih ditingkatkan karena dapat menurunkan kualitas sehat dan kehidupan sosial remaja (Tarigan, 2018).

Siswa dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas tersebut memiliki sikap yang beragam. Terdapat siswa yang memiliki *self regulation* baik sehingga mampu mengatur waktu pengerjaan dan penyelesaian tugas dengan baik, dengan tetap memperhatikan jenis tugas dan durasi waktu yang telah ditentukan guru. Namun banyak sebab peserta didik memilih menunda tugas, misalnya karena kesulitan untuk mengerjakan tugas, ada kegiatan yang lebih penting, atau menunggu waktu yang tepat di akhir tugas (*deadline*). Dalam istilah psikologi, menunda-nunda pekerjaan atau mengulur waktu mengerjakan tugas disebut prokrastinasi. Ferrari (1995) menyebut prokrastinasi yang berhubungan dengan kegiatan atau tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik adalah masalah regulasi diri dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik (Ferrari, Johnson & McCown, 1995). Prokrastinasi disebut sebagai bentuk ketidakmampuan untuk menggunakan waktu secara efektif yang mengakibatkan seseorang menunda-nunda pekerjaannya, suka bermalas-malasan, dan memboroskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting (Farouq, 2010). Prokrastinasi akademik pun disebut sebagai kecemasan dan ketakutan akan kegagalan (Ferrari & Tice, Muyana, 2018).

Banyak fakta yang didapat mengenai permasalahan pada masa remaja terutama dengan menunda-nunda tugas ataupun sulit mengumpulkan tugas dengan berbagai macam alasan. Nurgrasanti (2006:26) mengemukakan bahwa menunda-nunda tugas terutama dengan tugas akademik disebut prokrastinasi, perilaku tersebut dapat dilihat pada masa SMA zaman sekarang yang menunda-nuda untuk memulai atau menyelesaikan tugas, menunda untuk membaca bahan pelajaran, malas untuk membuat catatan, dan cenderung lebih menyukai belajar kebut semalam. Individu yang memiliki habit dalam menunda-nunda tugas disebut dengan prokrastinator (Fernando & Rahman, 2016, hlm. 217).

Menurut Jannah (2014) prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan dalam merespon tugas akademik baik menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan kerja aktual dan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku penundaan yang dilakukan oleh seseorang dalam bidang akademik yang menyebabkan seorang itu mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan suatu tugas formal maupun informal.

Peserta didik yang sedang menempuh pendidikan jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) atau yang sederajat, usianya berkisar 15-18 tahun. Usia ini menurut Kartini Kartono (1995) tergolong remaja pertengahan. Kepribadian remaja fase ini adalah masih kekanak-kanakan, tetapi pada fase remaja ini sudah mulai muncul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan sendiri. Pada masa ini remaja mencari atau menemukan diri sendiri, jati dirinya atau tentang siapa saya sebenarnya.

Fase “pencarian jati diri” pada remaja merupakan tahap perkembangan yang sangat rawan, dengan disertai berbagai gejala serta benturan, Monks dkk (1998) menyebutnya sebagai storm and stress. Benturan-benturan tersebut menurut Hurlock (1997) terjadi antara remaja dengan lingkungan keluarga khususnya orang tua dan dengan lingkungan sosial (masyarakat, termasuk lingkungan sekolah). Penyebab utamanya adalah keinginan kuat remaja mencari jati diri serta identitas pribadinya. Pada diri remaja yang sedang mengalami krisis berarti menunjukkan dirinya sedang berusaha mencari jati dirinya. Menurut Dariyo (2014) keberhasilan remaja menghadapi krisis yakni akan meningkatkan dan mengembangkan kepercayaan dirinya. Berarti ia mampu mewujudkan jati dirinya (*self identity*) sehingga siap untuk menghadapi tugas perkembangan berikutnya dengan baik. Sebaliknya, remaja yang gagal dalam menghadapi suatu krisis cenderung akan kebingungan identitas (*identity-diffusion*). Kebingungan remaja dalam mengatasi krisis ditandai dengan adanya perasaan tidak mampu dan berdaya, penurunan harga diri, tidak percaya diri sehingga berakibat pesimis terhadap berbagai hal dan masa depan.

Ketidakmampuan remaja mengatasi krisis juga akan berdampak pada penyelesaian kewajiban-kewajiban belajar, termasuk adalah penundaan pengerjaan tugas (prokrastinasi) dari guru, atau justru pengabaian dengan tidak mengerjakannya sama sekali. Prokrastinasi akademik sebagai perilaku disebabkan karena beberapa faktor yang menjadi sebab munculnya prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu, meliputi fisik seperti kelelahan dan faktor psikologis seseorang, meliputi tipe kepribadian dan motivasi. Adapun faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar individu, seperti kuantitas tugas yang menuntut penyelesaian segera atau bersamaan, kontrol atau pengawasan, dan pola pengasuhan orang tua.

Temuan-temuan penelitian terdahulu menunjukkan gambaran perilaku prokrastinasi akademik yang dialami oleh peserta didik SMA. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ilyas dan Suryadi (2017) di SMA IT Abu Bakar Yogyakarta tentang bentuk-bentuk perilaku prokrastinasi akademik peserta didik berupa, adanya ketidakcocokan dengan guru mata pelajaran tertentu, sikap menunggu hasil pekerjaan teman, dan adanya keyakinan bisa mengerjakannya nanti (*irrational believe*). Penelitian Wijaya dan Widodo (2013), tentang “Studi Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Pendidikan Pada Siswa Setingkat SMA di Kayen Pati” menunjukkan tingkat perbedaan prokrastinasi siswa SMA dan MA. Siswa MA lebih tinggi prokrastinasi akademik dibandingkan dengan siswa SMA. Salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah kontrol diri (*self control*).

Triyono (2014) dalam penelitiannya tentang prokrastinasi akademik di salah satu SMA N di Sukoharjo menyebutkan bahwa kebiasaan menunda-nunda mengerjakan tugas atau prokrastinasi akademik merupakan hal yang biasa dilakukan oleh peserta didik. Sebab-sebab peserta didik melakukan prokrastinasi di antara sibuk atau mengerjakan tugas lain yang lebih penting, malas, tidak memahami tugas, dan menunggu batas akhir pengumpulan (*deadline*). Kecenderungan prokrastinasi akademik peserta didik di sekolah ini rata-rata adalah 29% (kategori rendah), 63% (kategori sedang), dan 8% (kategori tinggi).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kecanduan gawai pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang?
2. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang?
3. Bagaimana pengaruh kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah :

- a. Mengetahui tingkat kecanduan gawai peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.
- b. Mengetahui tingkat prokrastinasi akademik peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.
- c. Mengetahui pengaruh kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan gagasan atau pemikiran dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam permasalahan kecanduan gawai dan prokrastinasi akademik.

### **b. Manfaat praktis**

#### **1. Bagi sekolah**

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan pertimbangan penggunaan gawai dalam proses belajar mengajar, dengan menyajikan proses belajar mengajar yang aktif dan komunikatif. Agar meningkatkan keaktifan peserta didik untuk tidak terpaku dengan gawai dan juga dapat menyelesaikan tugas sekolah dengan tepat waktu.

#### **2. Bagi peserta didik**

Penelitian ini dapat menambah wawasan peserta didik agar lebih bijaksana menggunakan gawai pada proses belajar mengajar. Dan lebih meningkatkan motivasi untuk menyelesaikan tugas sekolah yang diberikan oleh guru. Serta memanfaatkan penyampaian pembelajaran dari guru dengan sebaik-baiknya.

### **3. Bagi peneliti lain**

Penelitian ini diharapkan dapat mampu memberikan inspirasi kepada peneliti-peneliti lain untuk dapat menjadi referensi atau acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut. Tetapi diharapkan peneliti lain dapat mencari aspek atau indikator lain sebagai alat ukur dari variabel-variabel yang akan diteliti serta dapat mengeksplorasi lebih variabel bebas yang akan digunakan.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Prokrastinasi Akademik**

##### **1. Pengertian Prokrastinasi Akademik**

Menurut Steel & Konig (2006) kata prokrastinasi berasal dari istilah latin *procrastinare*, dengan awalan *pro* yang berarti “maju” dan akhiran *cratinus* yang berarti “pada hari esok”. Jadi, prokrastinasi memiliki arti “menunda hingga esok”. Istilah prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman dalam Risvi, dkk (1997) untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (Ghufron & Rizwanita, 2012). Didefinisikan oleh Ferrari, Johnson & McCown (1995) lebih lanjut bahwa prokrastinasi adalah bentuk dari kebiasaan atau keterlambatan yang disengaja dalam mengerjakan suatu tugas meskipun mengetahui akan ada konsekuensi negatifnya. Ferrari (2012) mengemukakan bahwa prokrastinasi dapat dilihat dari tiga sudut pandang, yakni:

- 1) Hanya sebagai perilaku penundaan,
- 2) Sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang mengarah kepada sebuah *trait*, yakni respon tetap yang disertai dengan keyakinan-keyakinan irasional,
- 3) Sebagai sebuah *trait* kepribadian, yakni bukan hanya berupa perilaku prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator.

Burka & Yuen (1983), melihat prokrastinasi sebagai perilaku irasional, karena dianggap merugikan diri sendiri dan merusak tujuan. Sedangkan Ferrari & McCown (1995) mengemukakan pendapat yang berbeda bahwa aspek dari perilaku prokrastinasi dapat juga bersifat rasional, sehingga ia membaginya menjadi prokrastinasi fungsional dan prokrastinasi disfungsional. Prokrastinasi fungsional adalah penundaan mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat, sedangkan prokrastinasi disfungsional adalah perilaku penundaan yang tidak bertujuan, berakibat jelek, dan menimbulkan masalah.



Prokrastinasi terjadi dalam beberapa bidang dalam kehidupan, salah satunya dalam bidang akademik (Masgarini, 2018). Faktanya, penelitian mengenai tentang prokrastinasi paling awal dilakukan pada mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademik (Hill, Chabot & Barral, 1976). Seringkali tugas akademik dianggap sebagai beban yang menyebabkan stress dan berakibat pada prokrastinasi (Handayani, 2012). Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda suatu pekerjaan yang berkaitan dengan akademik, atau lebih lanjut merupakan masalah regulasi diri dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik (Ferrari, Johnson & McCown, 1995). Dan juga yang menyebut prokrastinasi akademik ini sebagai bentuk kecemasan dan ketakutan akan kegagalan (Ferrari & Tice, 2018).

## **1.2 Aspek – Aspek Prokrastinasi**

Aspek- aspek prokrastinasi menurut Ferrari, Johnson & McCown (2012), procrastinator bidang akademik memiliki ciri-ciri perilaku sebagai berikut :

a. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Prokrastinator tentu menunda-nunda untuk mulai mengerjakan tugas yang dimiliki dan menyelesaikannya meskipun ia mengetahui tugas yang sedang dihadapi harus segera diselesaikan.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Prokrastinator memerlukan waktu yang lebih lama dari pada peserta didik atau individu pada umumnya dalam mengerjakan tugas, menghabiskan waktu untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, dan melakukan hal-hal lain yang tidak berkontribusi terhadap selesainya tugas yang dimiliki tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimiliki. Terkadang perilaku tersebut mengakibatkan tidak selesainya tugas secara memadai. Kelambanan mengerjakan tugas menjadi ciri utama individu yang melakukan prokrastinasi akademik.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Seorang prokrastinator kesulitan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya dan sering mengalami keterlambatan mengerjakan tugas dalam memenuhi batas waktu yang ada. Prokrastinator mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan diri sendiri, tapi saat tiba waktu mengerjakan, ia tidak juga

mengerjakannya sesuai yang sudah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan hingga kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.

d. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Prokrastinator lebih memilih melakukan kegiatan yang lain yang dianggap lebih menyenangkan dibandingkan melakukan tugas yang dimiliki. Prokrastinator secara sengaja tidak segera melakukan tugasnya, namun menggunakan sewaktu yang dimilikinya untuk melakukan aktivitas lain yang menyenangkan, seperti membaca, menonton, mengobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik, dan aktivitas lainnya, sehingga menyita waktu yang dimiliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikan.

### **1.3 Faktor-Faktor yang Menyebabkan Prokrastinasi Akademik**

Menurut McCloskey (2011), ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan prokrastinasi akademik terjadi, ialah:

A. Kepercayaan Psikologis Mengenai Kemampuan Diri

Menurut Steel (2010), prokrastinator disebut cenderung memiliki kepercayaan psikologis bahwa mereka dapat bekerja di bawah tekanan. Hal ini disebut sebagai sensation seeking (mencari sensasi). Menurut Sokolowska (2009) mengemukakan istilah academic self-concept, yakni cara pelajar merefleksikan diri, apakah mereka yakin dengan memandang diri sebagai pelajar efektif atau pelajar tidak efektif.

Semakin mereka percaya bahwa mereka pelajar efektif, maka semakin mungkin mereka melakukan penundaan atau prokrastinasi. Para pelajar efektif ini menunggu bahkan hingga beberapa jam sebelum ujian dimulai untuk mulai belajar materi pelajaran dan merasakan sensasi tantangan dari hal tersebut.

B. Fokus yang Teralihkan

Prokrastinator memiliki fokus yang mudah teralihkan oleh kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan untuk menghindari tanggung jawab yang dimilikinya. Hal ini dikarenakan pelajar cenderung memandang tugas atau kewajiban akademik yang dimiliki itu sebagai beban. Para pelajar yang merasa

bahwa suatu ujian atau tugas terlihat sulit dikerjakan olehnya, akan dengan sengaja melakukan kegiatan lain dibandingkan belajar atau menyelesaikan tugas tersebut (Steel, 2007).

#### C. Faktor Sosial

Prokrastinator memiliki regulasi diri yang rendah pada masa stress (Klassen, Krawchuk & Rajani, 2008). Faktor sosial, seperti teman, keluarga, atau pekerjaan dapat mengalihkan perhatian prokrastinator akademik dari tugas-tugasnya. Hal ini disebut wajar terjadi pada peserta didik karena baru memasuki tahapan remaja awal pertengahan, yang masih lekat dengan penyesuaian sosial dan independensinya.

#### D. Manajemen Waktu

Melakukan banyak kegiatan akademik dan menyeimbangkannya dengan kegiatan non-akademik mengharuskan pelajar untuk mampu memaksimalkan waktu luang. Manajemen waktu adalah keahlian atau skill yang dipelajari, yang menjadi salah satu faktor utama dalam prokrastinasi. Prokrastinator cenderung memiliki manajemen waktu yang kurang baik bahkan buruk untuk menyeimbangkan antara niat sebenarnya dan apa yang harus dilakukan.

#### E. Inisiatif Pribadi

Prokrastinasi dapat bersumber dari sikap atau trait kehidupan individu, seperti inisiatif. Inisiatif adalah kesiapan secara general atau kemampuan individu untuk mengerjakan tugas dengan semangat (Mish, 1994). Apabila pelajar kurang memiliki sikap inisiatif, maka mereka juga kurang memiliki dorongan untuk menyelesaikan tugas akademik tepat waktu. Lebih lanjut, peserta didik yang termotivasi oleh faktor eksternal lebih cenderung untuk melakukan prokrastinasi akademik dibandingkan peserta didik yang memiliki dorongan internal untuk mengerjakan tugas. (Conti, 2000).

## F. Kemalasan

Kemalasan adalah kecenderungan untuk menghindari tugas meskipun dapat mengerjakannya secara fisik (Mish, 1994).

Ferrari (1995) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu:

### A. Faktor Internal

#### 1. Kondisi Fisik Individu

Faktor dari dalam individu yang mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan. Individu yang memiliki fatigue atau kelelahan lebih mempunyai kecenderungan untuk melakukan prokrastinasi lebih tinggi dibandingkan yang tidak (Bruno,1995). Prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan psikologis yang irasional individu pada dirinya sendiri. Namun disebutkan bahwa tingkat inteligensi tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik seorang individu.

#### 2. Kondisi Psikologis Individu

Trait kepribadian yang memengaruhi prokrastinasi adalah regulasi diri, motivasi dan kontrol diri. Individu dengan trait kepribadian tersebut dalam tingkat rendah cenderung untuk memiliki perilaku prokrastinasi. Kecemasan dalam hubungan sosial yang tinggi juga dapat berkontribusi terhadap perilaku prokrastinasi.

### B. Faktor Eksternal

#### 1. Gaya Pengasuhan Orang Tua

Hasil penelitian (Ferrari & Olivette, 1994) mengungkapkan bahwa pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan

*avoidance procrastination* menyebabkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan serupa.

## 2. Kondisi Lingkungan

Prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan di kondisi lingkungan yang rendah pengawasan dibandingkan di lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat di sekolah dan lokasi sekolah (desa atau kota) tidak memengaruhi tingkat prokrastinasi akademik individu.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa regulasi diri yang rendah awal mula terjadinya prokrastinasi, kecenderungan yang melakukan prokrastinasi adalah remaja awal pertengahan yang emosinya menggebu-gebu untuk menemukan identitas diri. Dan pengaruh dari lingkungan sekitar peserta didik juga meningkatkan perilaku prokrastinasi akademik.

## **B. Kecanduan Gawai**

### **2.1 Pengertian Kecanduan Gawai**

Kecanduan gawai awalnya merupakan kebiasaan yang dilakukan tanpa pengendalian diri. Adiksi menurut KBBI adalah kecanduan atau ketergantungan secara fisik dan mental terhadap suatu zat. Sedangkan menurut American Psychological Association (Rosenberg, 2014) menjelaskan bahwa ketergantungan tidak hanya disebabkan oleh ketergantungan zat-zat adiktif, namun suatu perilaku atau kegiatan tertentu juga dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya kegiatan dalam menggunakan internet.

The Dictionary Of Psychology (Corsini, 2002) menyatakan addiction/kecanduan adalah terlalu tergantung pada zat, orang, aktivitas, prosedur (tata cara), dan lain-lain, dalam bentuk physiological dan psychological. Psychological Dependence, biasanya terjadi pada obat-obatan terlarang dengan karakteristik meningkatnya toleransi fisik dan withdrawal symptoms. Symptom withdrawal akut terjadi jika penggunaan zat dikurangi secara tajam atau dihentikan. Psychological dependence, adalah suatu kebutuhan yang kuat dan memaksa pada sesuatu, seperti persahabatan, entertainment, perhatian, aktivitas, bepergian, sexual encounters, dan lain-lain, maka kemungkinan orang tersebut mengalami gangguan fisik / psikologis.

Kwon, dkk (2013) menyebutkan bahwa kecanduan gawai adalah sebagai perilaku keterikatan terhadap gawai yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti, menarik diri, kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap seseorang. Lebih lanjut menurut Chiu (2014) kecanduan gawai adalah salah satu kecanduan yang memiliki resiko lebih ringan daripada kecanduan alcohol atau kecanduan obat-obatan terlarang.

Perilaku seseorang dapat dikatakan sebagai kecanduan apabila tidak dapat mengontrol keinginannya dan menyebabkan dampak negatif pada diri individu yang bersangkutan. Young (2014) menyatakan bahwa kecanduan gawai sama halnya akan

internet addiction, individu yang tidak dapat mengontrol dan ketergantungan pada penggunaan teknologi berbasis internet. Park dan Lee (2014) menyebutkan bahwa definisi kecanduan gawai adalah perilaku penggunaan ponsel pintar secara berlebihan yang dapat dianggap sebagai gangguan kontrol impulsif yang tidak memabukkan dan mirip dengan judi patologis. Berdasarkan beberapa pendapat ahli tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa kecanduan gawai atau smartphone addiction adalah perilaku seorang individu yang tidak dapat mengontrol dan ketergantungan terhadap internet melalui mobile phone / gawai.

## **2.2 Ciri-ciri kecanduan**

Ciri- ciri kecanduan dalam Diclemente (2003) menuliskan 10 ciri-ciri perilaku adiktif antara lain;

1. Pola perilaku yang tidak terkontrol.
2. Adanya konsekuensi sebagai akibat dari perilaku.
3. Ketidakmampuan untuk menghentikan perilaku.
4. Terjadinya self destructive untuk menghentikan perilaku.
5. Keinginan/usaha terus menerus untuk meminimalisir perilaku.
6. Menggunakan perilaku sebagai strategi coping.
7. Bertambahnya tingkat perilaku karena tingkat aktifitas dari perilaku selama ini sudah tidak memuaskan lagi.
8. Perubahan mood.
9. Banyaknya waktu yang digunakan untuk perilaku tersebut atau berusaha untuk menghilangkannya.
10. Aktifitas bekerja, rekreasi, dan sosial yang penting menjadi terabaikan di akibatkan perilaku tersebut.

### **C. Aspek Kecanduan Gawai**

Menurut Kwon, Kim, Cho dan Yang (2013) menjabarkan enam aspek yang menjadi gejala dari kecanduan gawai, yaitu:

a. **Daily-life Disturbance**

Gangguan dalam keseharian termasuk sulit berkonsentrasi di kelas atau di tempat kerja, merasa pusing dan pandangan kabur, sakit di bagian lengan dan leher belakang, sulit tidur, dan melewatkan rencana mengerjakan suatu pekerjaan.

b. **Positive Anticipation**

Pengguna gawai merasa senang ketika dapat mengurangi stress dengan menggunakan gawai dan merasa sepi ketika sedang tidak menggunakan. Hal ini dikarenakan bagi sebagian besar penggunanya, gawai tidak hanya alat telekomunikasi, namun juga dianggap sebagai teman karena menyenangkan, mengurangi rasa lelah dan resah, juga membuat mereka merasa aman.

c. **Withdrawal**

Pengguna menarik diri dari lingkungan sekitar. Mereka menjadi tidak sabaran, rewel, dan tidak dapat diganggu oleh orang lain ketika sedang menggunakan gawai.

d. **Cyberspace-oriented Relationship**

Pengguna gawai memiliki hubungan berorientasi pada internet. Mereka merasa bahwa hubungan pertemanan atau kekeluargaan dengan orang lain yang ditemui melalui gawai lebih intim dibandingkan hubungan di dunia nyata.

e. **Overuse**

Penggunaan gawai yang berlebihan termasuk penggunaan yang diluar kontrol. Mereka pun lebih memilih untuk meminta bantuan orang lain lewat gawai, selalu sedia charger, dan merasakan dorongan untuk menggunakan gawai lagi sesaat setelah selesai menggunakannya.

f. **Tolerance**

Toleransi didefinisikan sebagai usaha untuk berhenti menggunakan gawai namun selalu gagal.



## **D.Faktor-Faktor Kecanduan Gawai**

Menurut Yuwanto (2010), terdapat empat faktor penyebab kecanduan gawai, yakni:

A. Faktor internal terdiri atas tiga karakteristik individu, yakni sensation-seeking tinggi (individu dengan tingkat sensation-seeking tinggi cenderung cepat bosan melakukan aktivitas rutin setiap hari), self-esteem rendah, dan kontrol diri rendah.

B. Faktor situasional terdiri dari atas faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan gawai sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Tingkat yang tinggi dalam stress, kesedihan, kesepian, kecemasan, kejenuhan belajar, dan tidak adanya kegiatan saat waktu luang dapat menjadi penyebab kecanduan gawai.

C. Faktor sosial terdiri atas mandatory behavior dan connected presence yang tinggi. Mandatory behavior mengarah pada perilaku yang harus dilakukan untuk memuaskan kebutuhan berinteraksi yang di stimulasi atau di dorong dari orang lain, sedangkan connected presence berasal dari dalam diri sendiri.

D. Faktor eksternal terdiri dari faktor yang berasal dari luar diri seseorang, faktor ini terkait dengan tingginya paparan media tentang gawai dan fasilitas yang dimilikinya.

## **E. Dampak Kecanduan Gawai**

Menurut Yuwanto (2010) dampak negatif dari kecanduan gawai dijelaskan ke dalam enam aspek, yakni:

### **a. Keuangan (finansial)**

Penggunaan gawai dengan berbagai fasilitas yang ditawarkan penyedia jasa layanan gawai (operator) tentunya diiringi dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk memanfaatkan fasilitas yang digunakan.

### **b. Psikologis**

Dampak psikologis yang dihasilkan berupa perasaan yang tidak nyaman atau gelisah ketika tidak menggunakan atau membawa gawai.

### **c. Fisik**

Dampak fisik berupa gangguan pada tidur, pola tidur berubah, dan lainnya.

d. Relasi sosial

Masalah pada hubungan dengan orang lain arena individu terisolasi dari orang lain atau berkurangnya kontak fisik secara langsung dengan orang lain.

e. Akademik/pekerjaan

Mencakup berkurangnya waktu untuk mengerjakan sesuatu yang penting atau berkurangnya produktivitas sehingga mengganggu hal-hal yang berhubungan dengan akademik atau pekerjaan.

f. Hukum

Keinginan untuk menggunakan gawai yang tidak terkontrol menyebabkan hal seperti penggunaan gawai saat berkendara yang membahayakan diri sendiri dan orang lain.

Dari beberapa pendapat ahli diatas dapat disimpulkan Kecanduan Gawai adalah perilaku seorang individu yang tidak dapat mengontrol diri dan ketergantungan terhadap internet melalui gawai.

## **F. Pengaruh Kecanduan Gawai Terhadap Prokrastinasi Akademik**

Saat ini, seseorang tidak bisa lepas dengan gawai dan internet. Ketidak mampuan seseorang dalam mengontrol diri untuk terkoneksi dengan internet dan melakukan kegiatan bersamanya adalah cikal bakal lahirnya kecanduan. Menurut Chiu (2014) menyebutkan dalam penelitiannya adanya gangguan kecanduan gawai adalah sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stress pada diri seseorang individu terutama kalangan remaja, tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap pemakaian gawai sehingga awal terjadinya ketergantungan dengan gawai tersebut. Menurut Van (2015) gawai juga berfungsi untuk menghasilkan kesenangan dan menghilangkan rasa sakit dan perasaan stress untuk sementara waktu, namun apabila gagal untuk membatasi atau mengendalikan penggunaannya akan memiliki konsekuensi yang membahayakan.

Kecanduan internet pada remaja dapat menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik. Menurut Andarini dan Fatma (2013) prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda pekerjaan tugas-tugas yang berhubungan dengan akademik pada waktu yang telah ditetapkan yang dilakukan secara sadar oleh individu tersebut. Prokrastinasi

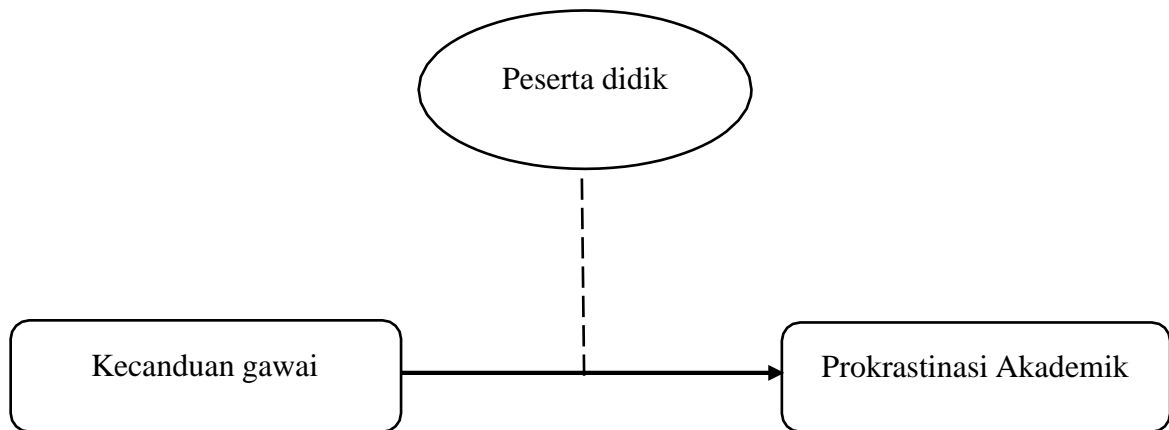
akademik adalah jenis penundaan yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah (Ferrari Johnson & Mc Cown, 1995).

Gangguan kendali pada remaja yang menimbulkan kecanduan internet, yang seharusnya mengerjakan tugas yang sudah diberikan tidak kunjung dikerjakan karena remaja mencari kesenangan dengan menggunakan gawai untuk online di media sosial. Menurut penelitian oleh Raihana (2010) menemukan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami kecanduan internet dibandingkan laki-laki. Berbeda dengan penelitian Liang,

Zhou, Yuan, Shao dan Bian (2016) menyatakan bahwa laki-laki lebih cenderung mengalami kecenderungan internet untuk hiburan dan mengurangi tekanan, sedangkan perempuan cenderung menggunakan internet untuk mencari tugas dan informasi tertentu.

Penelitian oleh Van Deursen, Colin, Sabrina dan Piet (2015) menunjukkan terdapat adanya hubungan antara model kebiasaan perilaku kecanduan gawai, jenis penggunaan gawai, kecerdasan emosi, stress sosial, regulasi diri, umur dan gender. Dan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa perempuan memiliki peluang kecanduan gawai lebih tinggi dibandingkan laki-laki

## F. Kerangka Konseptual



*Gambar 2.1 Kerangka Konseptual*

Pendidikan berasal dari kata didik. Kata didik mendapatkan awalan “me” sehingga menjadi “mendidik”, berarti memelihara dan memberi latihan. Proses dalam memelihara dan memberi latihan diperlukan adanya sebuah pengajaran, tuntunan dan pimpinan mengenai akhlak dan kecerdasan pikiran. Kemudian pengertian pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui usaha pengajaran dan pelatihan. Dalam bahasa Inggris, pendidikan adalah education dan kata education berasal dari kata educate berarti memberi peningkatan (to elicit, to give rise to), dan mengembangkan (to evolve, to develop). Pendidikan merupakan usaha secara sengaja dari orang dewasa untuk dengan pengaruhnya meningkatkan si anak ke kedewasaan yang selalu diartikan mampu menimbulkan tanggung jawab moral dalam segala perbuatannya.

Terdapat tiga jenjang pendidikan formal yang ditempuh oleh peserta didik, salah satunya sekolah menengah atas, yang memiliki batas usia 16-18 tahun, dan sekelompok yang diharapkan menjadi intelektual dalam suatu lapisan masyarakat. Peserta didik adalah sebuah organisme yang sedang tumbuh dan berkembang. Ia memiliki berbagai potensi manusiawi, seperti bakat, minat, kebutuhan sosial-emosional-personal, dan kemampuan jasmaniah. Potensi-potensi tersebut perlu dikembangkan melalui proses pendidikan dan

pengajaran, sehingga dapat tumbuh dan berkembang secara utuh menjadi manusia dewasa atau matang. Peserta didik di sekolah menengah atas memiliki kewajiban atau tuntutan melakukan kegiatan akademik maupun non-akademik.

Tugas utama peserta didik adalah mengikuti kegiatan akademik, seperti mengerjakan tugas, membaca buku, membuat makalah, presentasi, diskusi, dan kegiatan lainnya. Banyak juga tugas akademik yang dihadapi oleh peserta didik dipandang sebagai beban sehingga mereka menunda-nunda untuk mengerjakan tugas tersebut, yang disebut dengan perilaku prokrastinasi akademik.

Prokrastinasi akademik adalah masalah regulasi diri dalam menyelesaikan atau memulai tugas akademik. Prokrastinasi akademik disebut sebagai ketidakmampuan mengolah waktu dengan efektif yang mengakibatkan penundaan seseorang dalam mengerjakan tugasnya, suka bermalas-malasan, dan memboroskan waktu dengan hal-hal yang tidak penting. Penelitian menemukan bahwa mayoritas peserta didik sekolah menengah atas melakukan prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik ini dinilai sebagai kebiasaan buruk yang dimiliki peserta didik yang dapat berakibat pada menurunnya pencapaian akademik mereka dan bahkan pada kegagalan akademik. Penelitian menemukan prokrastinasi akademik lebih banyak memiliki dampak buruk pada hasil akhir dan performa akademik peserta didik.

Prokrastinasi akademik sumber utamanya pada perilaku mencari kesenangan atau pleasure-seeking. Individu lebih memilih untuk melakukan kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan dibandingkan tugas-tugas akademik yang dinilai sebagai beban. Salah satu bentuk perilaku mencari kesenangan yang banyak ditemukan pada masa kini adalah penggunaan gawai.

Gawai adalah jenis perangkat ponsel untuk berkomunikasi jarak jauh yang memiliki fitur tambahan lebih lengkap dibandingkan ponsel biasa. Penggunaan gawai kini semakin marak dilakukan, sebagian besar masyarakat Indonesia memiliki gawai. Penggunaan gawai yang dianggap penting untuk menunjang individu melakukan banyak aktivitas sehari-hari, seperti untuk mendapatkan atau menyebarkan informasi up-to-date, mencari bahan belajar, sumber hiburan, dan lainnya pada aplikasi offline maupun online. Gawai sudah menjadi gaya hidup masyarakat sekarang. Tak hanya memiliki manfaat dan banyak sisi positifnya,

namun juga terdapat juga sisi negatifnya. Penggunaan gawai dapat membuat sulit tidur, juga memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis. Salah satu sisi negatif lainnya dari gawai adalah menyebabkan intensitas penggunaannya tinggi atau kecanduan. Kecanduan pada gawai disebut sebagai kecanduan gawai atau smartphone addiction.

Kecanduan gawai adalah perilaku ketergantungan terhadap gawai atau penggunaan gawai yang berlebihan. Berdampak pada masalah sosial seperti menarik diri, kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari, dan gangguan impuls. Banyaknya kegunaan gawai dalam genggam tangan, membuat individu menjadi mudah mengecek ponselnya. Adiksi yang ditimbulkan oleh gawai berasal dari sambungan internet yang dapat membuat individu mampu mengakses semua hal, seperti hiburan, koneksi dengan individu yang lain, dan sumber informasi. Tingginya intensitas penggunaan gawai ini dikhawatirkan dapat menyebabkan berkurangnya produktivitas dan menurunnya kualitas kinerja akademik yang berujung pada kegagalan akademik yang menyebabkan terhambatnya pelaksanaan pendidikan pada peserta didik tersebut.

### **H.Hipotesis Penelitian**

Berdasarkan pemaparan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$H_a$  : Terdapat pengaruh dari kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh dari kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Penelitian yang akan dilakukan ialah tipe penelitian kuantitatif adalah proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menganalisis keterangan mengenai apa yang ingin diketahui (Kasiram, 2008). Menurut Sugiyono (2017:8) Pemilihan tipe kuantitatif didasarkan untuk menguji hipotesis yang sudah ditetapkan, yakni untuk menemukan apakah kecanduan gawai memiliki pengaruh pada perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA. Metode penelitian kuantitatif yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik.

#### **D. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tumpang.

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012:61). Variabel yang ada pada penelitian ini terdiri atas dua jenis, yakni variabel independen atau variabel bebas (X) dan variabel dependen atau variabel terikat (Y).

##### **1. Variabel Independen (Bebas)**

Menurut Sugiyono (2017:64) Variabel independen disebut sebagai variabel stimulus, predictor, antecedent atau dalam bahasa Indonesia sering disebut dengan variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang memengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen. Variabel Independen dalam penelitian ini adalah kecanduan gawai pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.

## **2. Variabel Dependen (Terikat)**

Menurut Sugiyono (2017:64) Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel independen atau variabel bebas. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang.



## **C. Definisi Operasional**

### **3. Definisi Operasional Kecanduan Gawai**

Kecanduan Gawai terdiri dari enam dimensi, yakni

- (1) Daily-life disturbance (gangguan dalam aktivitas sehari-hari),
- (2) Positive anticipation (antisipasi positif),
- (3) Withdrawal (penarikan diri),
- (4) Cyberspace-oriented relationship (hubungan yang berorientasi pada internet),
- (5) Overuse (penggunaan berlebihan), dan
- (6) Tolerance (toleransi terhadap durasi penggunaan gawai).

### **4. Definisi Operasional Prokrastinasi Akademik**

Prokrastinasi akademik adalah skor hasil pengukuran pengisian instrument yang dikembangkan oleh Ferrari, Johnson & McCown (1995) berdasarkan empat dimensi, yakni

- (1) penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas,
- (2) keterlambatan dalam mengerjakan tugas,
- (3) kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan
- (4) melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

## **D. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2017: 80) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang tahun ajaran 2022/2023 dengan jumlah 1.197 peserta didik.

### **2. Sampel**

Sampel adalah bagian dari populasi yang ingin diteliti yang memiliki karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Sugiyono, 2017:81). Apabila populasi besar,

dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi tersebut, misalnya karena tenaga, waktu dan keterbatasan maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu.

Sampel berjumlah lebih sedikit dibandingkan populasi, sehingga sampel yang terpilih diharuskan dapat mewakili atau menggambarkan keadaan populasi. Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah probability sampling dengan metode pengambilan sampel simple random sampling. Simple random sampling adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan secara acak tanpa mempertimbangkan tingkatan yang ada dalam populasi tersebut. Penentuan besaran sampel menggunakan tabel jumlah sampel berdasarkan jumlah populasi oleh Krejcie dan Morgan (1970) sebagai berikut.

*3.1 Tabel jumlah sampel berdasarkan jumlah populasi*

Populasi (N)	Sampel (n)	Populasi (N)	Sampel (n)	Populasi (N)	Sampel (n)
10	10	230	144	1200	291
15	14	240	148	1300	297
20	19	250	152	1400	302
25	24	260	155	1500	306
30	28	270	159	1600	310
35	32	280	162	1700	313
40	36	290	165	1800	317
45	40	300	169	1900	320
50	44	320	175	2000	322
55	48	340	181	2.200	327
60	52	360	189	2.400	331
65	56	380	191	2.600	335
70	59	400	196	2.800	338
75	63	420	201	3.000	341
80	66	440	205	3.500	346
85	70	460	210	4.000	351
90	73	480	214	4.500	354
95	76	500	217	5.000	357
100	80	550	226	6.000	361
110	86	600	234	7.000	364

120	92	650	242	8.000	367
130	97	700	248	9.000	368
140	103	750	254	10.000	370
150	108	800	260	15.000	375
160	113	850	265	20.000	377
170	118	900	269	30.000	379
180	123	950	274	40.000	380
190	127	1000	281	50.000	381
220	140	1100	285	60.000	382

Rumus Krejcie dan Morgan :

$$n = \frac{X^2 \cdot n \cdot P (1 - P)}{(N - 1) \cdot d^2 + X^2 \cdot P (1 - P)}$$

diketahui:

n = ukuran sampel

N = ukuran populasi

X<sup>2</sup> = nilai Chi kuadrat

P = proporsi populasi

d = galat pendugaan

karena jumlah populasi 1.197 peserta didik, jadi dihitung dengan rumus sebagai berikut:

$$n = \frac{X^2 \cdot n \cdot P (1 - P)}{(N - 1) \cdot d^2 + X^2 \cdot P (1 - P)}$$

$$n = \frac{3,841 \times 1197 (0,25)}{1196 \times 0,0025 + 3,841 (0,25)}$$

$$n = \frac{3,841 \times 299,25}{2,99 + 0,96025}$$

$$n = \frac{1.149,41925}{3,95025}$$

$$n = 290,972$$

Berdasarkan tabel diatas, apabila populasi sejumlah 350 maka taraf kepercayaannya 90% yaitu sebanyak 186 sampel. Jadi, sampel yang akan diteliti adalah 290 sampel dari 1.197 peserta didik di SMA Negeri 1 Tumpang.

### 3.5.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. Menurut Sugiyono (2017) Teknik *simple random sampling* adalah teknik yang sederhana karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa melihat dan memperhatikan kesamaan atau strata yang ada dalam populasi. Cara ini digunakan apabila anggota populasi homogen.

#### D.4) Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, menggunakan skala psikologi sebagai alat ukur variabel yang diteliti untuk mengumpulkan data. Menurut Azwar (2007) skala psikologi adalah alat ukur yang berisi pertanyaan atau pernyataan tanpa adanya jawaban benar ataupun jawaban yang salah dan secara tidak langsung mengungkapkan atribut yang akan diukur. Dan skala likert digunakan sebagai pilihan jawaban untuk mengukur variabel. Skala likert adalah suatu skala psikometri yang sangat umum digunakan dalam angket atau kuesioner dan merupakan skala yang paling banyak digunakan dalam riset berupa survei (Likert, 1932).

Skala likert yang digunakan pada kedua instrumen terdiri atas empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pilihan jawaban netral ditiadakan untuk melihat kecenderungan pilihan jawaban dari sampel. Pernyataan *favorable* adalah pernyataan yang mendukung atau memihak objek penelitian, sedangkan pernyataan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung atau tidak memihak. Berikut ini adalah rincian jawaban pada kedua instrument dan skor yang didapat pada tiap pilihan jawaban yang disediakan:

3.2 Tabel Skor Pilihan Jawaban Butir Favorable dan Unfavorable

Pilihan Jawaban	Skor pada Butir	
	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

### 3.5 Instrumen Kecanduan Gawai

Penelitian ini menggunakan Smartphone Addiction Scale yang dibuat dan dikembangkan oleh Kwon, dkk (2013). Instrumen ini diujicobakan kepada orang dewasa. Tujuan dari dibuatnya instrumen ini adalah untuk menciptakan skala self diagnostic (identifikasi diri) untuk membedakan pecandu gawai dengan yang lainnya. Instrument ini mulanya diujicoba kepada 197 orang dewasa awal di Korea yang sudah bekerja maupun masih berkuliah. Instrumen asli ini telah terbukti bersifat valid dan reliabel. Skor realibilitas *Cronbach's Alpha* yang didapat sebesar 0,966 yang berarti instrument ini bersifat sangat reliabel. Sedangkan uji validitas yang dilakukan pada instrument asli adalah validitas faktor, dengan menambahkan butir instrumen dari penelitian sebelumnya yang serupa, yakni K-Scale, Y-Scale (*Young Internet Addiction Scale*), dan VAS (*Visual Analogue Scale*) pada lembaran kuesioner responden.

Hasil yang didapat adalah sebagai berikut:

3.3 Tabel Validitas Faktor Instrumen Asli Kecanduan Gawai

No	Faktor/Dimensi	K-Scale	Y-Scale	VAS
1.	Gangguan Kehidupan Sehari-hari	0,594	0,403	0,454
2.	Antisipasi Positif	0,536	0,461	0,361
3.	Penarikan Diri	0,607	0,495	0,568
4.	Hubungan yang Berorientasi pada Internet	0,494	0,4	0,34
5.	Penggunaan yang Berlebihan	0,442	0,377	0,315
6.	Toleransi	0,582	0,347	0,357

Keterangan: Standar <0,1.

Peneliti mengadopsi instrument ini dan menerjemahkan per butirnya dari Bahasa Inggris ke dalam Bahasa Indonesia dan melakukan back-translation. Penerjemahan butir instrument menggunakan jasa terjemah dari dosen S1 Sastra Inggris di Universitas Gunadarma, peneliti mengadopsi keseluruhan butir yang berjenis *favorable*.

Instrumen ini terbagi ke dalam dimensi-dimensi sebagai berikut:

- A. Gangguan Kehidupan Sehari-hari
- B. Antisipasi positif
- C. Penarikan Diri
- D. Hubungan yang Berorientasi pada Internet
- E. Penggunaan yang Berlebihan
- F. Toleransi

Berikut ini adalah blueprint dari skala kecanduan gawai yang digunakan dalam penelitian ini:

*3.4 Tabel Blueprint Instrumen Kecanduan Gawai*

No.	Dimensi	Butir <i>favorable</i>	Total
1.	Gangguan Kehidupan Sehari-hari	1,2,3,4,5	5
2.	Antisipasi Positif	6,7,8,9,10,11,12,13,14	9
3.	Penarikan Diri	15,16,17,18,19	5
4.	Hubungan yang Berorientasi pada Internet	20,21,22,23,24,25,26	7
5.	Penggunaan yang Berlebihan	27,28,29,30	4
6.	Toleransi	31,32,33	3
Total			33

### 3.6 Instrumen Prokrastinasi Akademik

Penelitian ini menggunakan instrumen prokrastinasi akademik diadaptasi dari penelitian sebelumnya oleh Dewi Pratiwi (2011) yang bertujuan untuk mengukur tingkat prokrastinasi akademik pada peserta didik dan memiliki 25 butir pertanyaan, yaitu 13 butir *favorable* dan 12 butir *unfavorable*. Instrumen ini disusun berlandaskan pada teori Ferrari, Johnson & McCown (1995) yang telah diuji validitas dan realibitasnya. Skor validitas instrument asli ini adalah 0,336-0,721 dan skor realibilitas *Cronbach's Alpha* adalah sebesar 0,89, yang berarti instrument bersifat sangat reliabel. Instrumen ini berasal dari teori terdiri dari empat dimensi prokrastinasi akademik, yakni:

- A. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas
- B. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas
- C. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual
- D. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Berikut ini adalah blueprint dari instrumen prokrastinasi akademik yang digunakan dalam penelitian ini, yakni:

3.5 Tabel Blueprint Instrumen Prokrastinasi Akademik

No	Dimensi	Indikator	Butir <i>Favorable</i>	Butir <i>Unfavorable</i>	Jumlah
1.	Penundaan terhadap tugas	Melakukan penundaan dalam memenuhi mengerjakan tugas	3,5	2,7	4
		Melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas	4,6	1,8	4
2.	Kelambanan dalam mengerjakan tugas	Memerlukan waktu yang lebih lama	9	10	2

		dalam mengerjakan tugas			
		Keterlambatan dalam memenuhi batas waktu yang telah ditentukan oleh guru dan peserta didik	11,13	12,14,15	5
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Ketidaksesuaian antara rencana dan pengerjaan tugas	18,20	16,17,19	5
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	21,23,25	22,24	5
<b>Total</b>			<b>12</b>	<b>13</b>	<b>25</b>



## F. Analisis Data

Analisis data penelitian adalah analisis parametric dengan teknik regresi linear berganda. Teknik tersebut bertujuan untuk mengetahui besarnya hubungan antara variabel *independen* dengan variabel *dependen* (Suharyadi & Purwanto, 2004). Teknik ini dipilih untuk mengetahui hubungan antara kecanduan gawai dengan prokrastinasi akademik.

Sebelum melaksanakan uji hipotesis, awalnya peneliti melakukan uji prasyarat atau uji asumsi terlebih dahulu, yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, dan heteroskedastisitas.

### 3.F.1 Uji Prasyarat

Uji prasyarat dilakukan bertujuan agar teknik analisis dapat diterapkan. Uji ini bertujuan mengetahui apakah data berdistribusi normal dan apakah terdapat hubungan linear antar variabel. Jika uji prasyarat tersebut sudah terpenuhi maka bisa menggunakan uji statistic non-paramitrik. Uji prasyaratnya sebagai berikut :

#### 1) Uji normalitas

Kasmidi & Sunariah (2013) menyebutkan tujuan dari uji normalitas adalah untuk mengetahui sebaran data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas merupakan salah satu syarat penggunaan statistika parametrik, jadi apabila data sudah melewati uji normalitas dan memiliki distribusi normal, maka teknis analisis data bisa dilanjutkan ke tahap selanjutnya. Adapun uji normalitas dalam penelitian menggunakan uji Kolmogorov-smirnov dengan ketentuan  $\text{sig} > 0,05$  dapat diartikan bahwa data berdistribusi normal. Namun sebaliknya bila  $\text{sig} < 0,05$  maka diartikan bahwa data berdistribusi tidak normal. Uji normalitas dibantu dengan *IBM SPSS statistic 22 for windows*.

#### 2) Uji Linearitas

Sugiyono & Susanto (2017) menyebutkan uji linearitas bertujuan untuk melihat apakah variabel bebas memiliki hubungan linear atau tidak secara signifikan dengan variabel terikat. Variabel bebas ialah kecanduan gawai dan variabel terikat adalah prokrastinasi akademik dapat dikatakan linear dengan ketentuan bila nilai  $\text{sig} > 0,05$  dapat dikatakan adanya hubungan linear antara variabel bebas dengan variabel terikat. Namun sebaliknya jika nilai  $\text{sig} < 0,05$  dapat dikatakan tidak ada hubungan yang linear antar variabel. Uji linearitas dibantu dengan *IBM SPSS statistic 22 for windows*.

### 3) Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk membuktikan apakah model regresi terjadi ketidaksamaan varian dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lainnya (Ghozali, 2012). Bila tidak muncul gejala heteroskedastisitas merupakan bentuk persamaan regresi yang baik, artinya regresi harus berada dalam posisi homokedastisitas.

Pola pada garis *scatter plot* antara residual dan nilai prediksi variabel terikat dapat membuktikan bahwa ada atau tidak adanya heteroskedastisitas. Dengan analisis jika tidak menyerupai pola tertentu serta titik-titik menyebar diatas dan dibawah angka nol (0) pada sumbu Y, maka bisa dikatakan tidak terjadi heteroskedastisitas. Selain menggunakan uji *scatter plot* peneliti juga menggunakan uji *Glejser*. Adapun dasarnya apabila nilai  $\text{sig} < 0,05$  maka persamaan regresi tersebut akan terjadi heteroskedastisitas, sebaliknya bila nilai  $\text{sig} > 0,05$  maka persamaan regresi tersebut homokedastisitas.

### 4) Uji Hipotesis

Analisis uji penelitian ini adalah menggunakan analisis regresi linear berganda dengan taraf signifikansi  $< 0,05$  (Muhid, 2019). Uji hipotesis ini ditujukan untuk membuktikan korelasi antara variabel bebas yaitu kecanduan gawai dengan variabel terikat yaitu prokrastinasi akademik. Uji hipotesis ini dibantu menggunakan *IBM SPSS statistic 22 for windows*.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri Tumpang adalah salah satu lembaga pendidikan menengah atas yang ada di kabupaten Malang. Pada tahun 1965 sudah berdiri SMA (Sekolah Menengah Atas) di Tumpang, dengan nama SMA PPSP (sekolah Menengah Atas Proyek Perintis Sekolah Pembangunan) yang biasanya disebut dengan SMA Latikan IKIP Malang. SMA PPSP ini merupakan pilot proyek IKIP Malang. Di wilayah kabupaten Malang pada saat itu yang memiliki SMA hanya di Tumpang dan Lawang.

Selama kurun waktu 10 tahun Pemerintah Daerah tidak mampu menyediakan sarana gedung yang representatif. Walau masih terbatas dalam dukungan sarana dan prasarana karena dahulu lokasi sekolah berada di Jalan Setyawan (yang sekarang menjadi Puskesmas Tumpang), dengan jumlah local kelas hanya 3 (tiga) kelas yang bertahan sampai tahun 1975, tetapi prestasi anak didik cukup membanggakan. Ujian ikut Villa/Rayon SMA Negeri 3 Malang, rata-rata lulusan mencapai 100%

Secara kelembagaan SMA Latihan IKIP Malang dipindahkan ke SMA PPSP Malang, dan secara kelembagaan kepengurusan diserahkan kepada pemerintahan Kawedanan Tumpang yang waktu itu dijabat oleh Bapak Imam Utomo (Almarhum). Untuk kelancaran pembinaan sekolah, kemudia dibentuk Yayasan Pendidikan Daerah Kawedanan Tumpang (YPDKT) di SMA Tumpang, dipimpin oleh Kepala Sekolah saat itu Drs. Machfud Sodik lalu dilanjutkan oleh Drs. Chudlori Hasyim. Statusnya adalah swasta dengan nama SMA Tumpang.

SMA Tumpang dinegerikan pada bulan april 1978 oleh 3 anggota DPRD Kabupaten Malang Komisi B yaitu, antara lain:

1. Drs. Setiadji
2. Drs. Kusnadi
3. Drs. Sudarno (Mantan Dandis Kepolisian Tumpang)

Dan status SMA Tumpang dari swasta menjadi negeri, dan namanya berubah menjadi SMA Negeri Tumpang. Pada saat penergian hanya Bapak Kepala Sekolah Abdul Syukur HA, yang sudah diangkat menjadi pegawai negeri dan memiliki NIP (Nomor Induk Pegawai). Sedangkan guru saat itu masih belum diangkat menjadi pegawai negeri atau belum memiliki NIP dan masih banyak guru sukwan atau honorer.

Pada waktu penergian tahun 1978 Kepala Sekolah dipegang oleh Abdul Syukur, BA, Wakil Kepala Sekolah dipegang oleh Abdul Djalil, BA. Sedangkan Urusan Kurikulum dipegang oleh Harianto, BA, dan Koordinator Tata Usaha merangkap Keuangan dipegang oleh Agus Sarsilo, BA.

Baru pada tahun 1980 diangkat guru negeri sebanyak 9 orang. Pada tahun 1983 SMA Negeri Tumpang mendapat limpahan Tanah desa yang berlokasi di desa Malangsuko, yang sekarang menjadi SMA Negeri 1 Tumpang, tepatnya di Jalan kamboja 10 Malangsuko, Tumpang.

Saat ini peserta didik yang aktif belajar di SMA Negeri 1 Tumpang berjumlah 1.197 orang. Rombongan kelas berjumlah 35 kelas, kelas 10 berjumlah 12, kelas 11 berjumlah 12, dan kelas 12 berjumlah 11.

## 2. Gambaran Umum Responden Penelitian

Dalam pengambilan data terakhir, peneliti mengumpulkan data dari 290 responden secara acak. Sub-bab ini akan menjabarkan gambaran umum mengenai responden penelitian berdasarkan jenis kelamin, dan kelas. Sub-bab berikutnya adalah data demografi dari responden penelitian untuk memperlihatkan data yang diambil berasal dari responden yang beragam dan datanya berdistribusi secara luas, dengan tujuan semakin tergambar populasi dari data sampel yang sudah didapat.

### 2.1 Gambaran Umum responden penelitian berdasarkan jenis kelamin

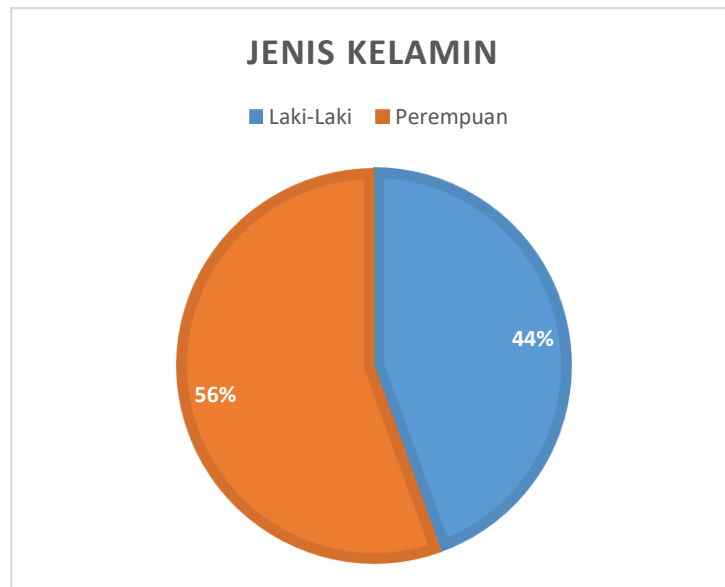
*Tabel 4.1 Data Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin*

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Laki-laki</b>	130	45%
<b>Perempuan</b>	160	55%
<b>Total</b>	<b>290</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan data yang ditampilkan pada tabel 4.1, dengan distribusi data dengan jumlah total 290 responden ditinjau dari jenis kelamin, terdapat 130 responden laki-laki (45%) dan 160 responden perempuan (55%). Maka, terdapat lebih banyak responden perempuan dibandingkan responden laki-laki yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

Berikut adalah proporsi responden berdasarkan jenis kelamin dalam bentuk diagram pie:

*Gambar 1.1 Diagram Pie Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin*



## 2.2 Gambaran umum responden penelitian berdasarkan kelas

Berikut ini adalah distribusi data responden penelitian ditinjau dari kelas:

*Tabel 4.2 Data Distribusi Responden Penelitian Berdasarkan Kelas*

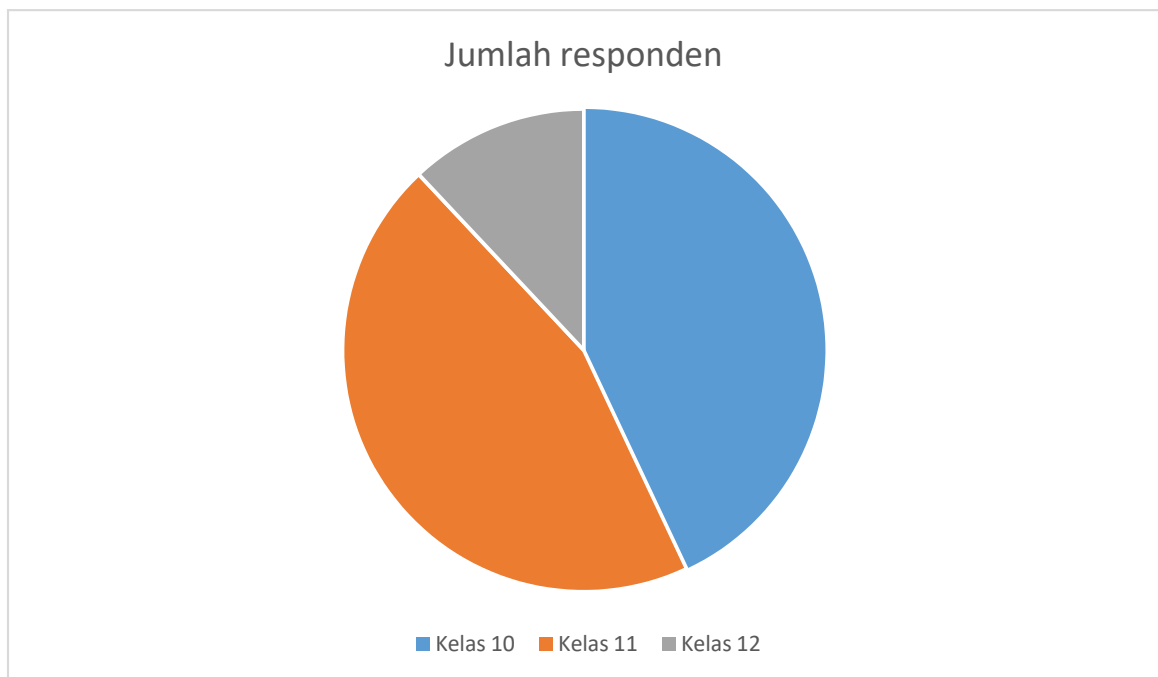
Kategori	Frekuensi	Presentase
Kelas 10	125	43%
Kelas 11	129	45%
Kelas 12	36	12%
<b>Total</b>	<b>290</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil data distribusi responden penelitian pada table 4.2, responden berasal dari tiga kelas, yaitu kelas 10, kelas 11, dan kelas 12. Sebanyak 125 responden

(43%) berasal dari kelas 10, 129 responden (45%) berasal dari kelas 11, dan responden 36 (12%) berasal dari kelas 12. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa responden paling banyak berasal dari kelas 11 dan yang paling sedikit dari kelas 12.

Berikut proporsi responden berdasarkan kelas dalam bentuk diagram pie:

Gambar 1.2



## B. Hasil Analisis Data Penelitian

### 1. Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik

Instrumen yang digunakan untuk mengukur prokrastinasi akademik adalah instrumen yang dibuat oleh Dewi Pratiwi (2011) berdasarkan dengan dimensi prokrastinasi akademik dari Ferrari, Johnson & McCown (1995). Instrumen ini terdiri dari 25 butir, 13 butir favorable dan 12 butir unfavorable. Data terakhir instrumen ini berasal dari 290 responden. Berikut hasil perhitungan data deskriptif variabel prokrastinasi akademik:

*Tabel 4.3 Data Deskriptif Prokrastinasi Akademik*

Statistik	Output data
Mean	68,37
Median	66
Standar Deviasi	9.31416
Varians	86.754
Nilai Maksimum	88
Nilai Minimum	65
Sum/Jumlah	19828

Berdasarkan tabel, variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai mean 63,87, median 66, standar deviasi, varians, maksimum 88, minimum 65, dan sum/jumlah 19828.



## 2. Data deskriptif Kecanduan Gawai

Instrumen yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur kecanduan gawai adalah Smartphone Addiction Scale oleh Kwon (2013). Instrumen ini terdiri dari 33 butir dan diperoleh data akhirnya dari sebanyak 290 responden. Berikut hasil perhitungan data deskriptif variabel kecanduan gawai:

*Tabel 4.4 Data Deskriptif Kecanduan gawai*

Statistik	Output Data
Mean	86,79
Median	85
Standar deviasi	8.62715
Varians	74.428
Nilai maksimum	106
Nilai minimum	50
Sum/jumlah	25170

Berdasarkan tabel diatas, variabel kecanduan gawai memiliki nilai mean 86,79, median 85, standar deviasi, varians, nilai maksimum 106, nilai minimum 50, dan sum/jumlah 25170.

## B. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat pelaksanaan uji analisis regresi. Tujuannya adalah untuk mengetahui apakah data pada penelitian dengan variabel kecanduan gawai (X) dan variabel prokrastinasi akademik (Y) berdistribusi dengan normal atau tidak. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Nilai residual pada kedua variabel digunakan untuk teknik one-sample K-S. data bisa dinyatakan berdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi two-tailed (p) lebih tinggi dibandingkan taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ).

*Tabel 4.5 Uji Normalitas*

### **One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		290
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.17639895
Most Extreme Differences	Absolute	.029
	Positive	.020
	Negative	-.029
Kolmogorov-Smirnov Z		.494
Asymp. Sig. (2-tailed)		.968

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel diatas , uji normalitas yang dilakukan pada kedua variabel memiliki p sebesar 0,049

Dan menunjukkan nilai dari probabilitasnya lebih tinggi dibandingkan nilai taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Sehingga, data penelitian ini dinyatakan memiliki data yang berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukannya uji regresi.

### C. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk memenuhi salah satu syarat dari uji analisis regresi, yaitu untuk melihat bentuk hubungan dari kedua variabel, apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linier atau tidak. Pada penelitian ini, uji linearitas menggunakan nilai dari *deviation from linierity*. Kedua variabel dinyatakan memiliki bentuk hubungan linier apabila nilai siginifikansinya lebih tinggi daripada taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ).

Tabel 4.6 Uji Linearitas

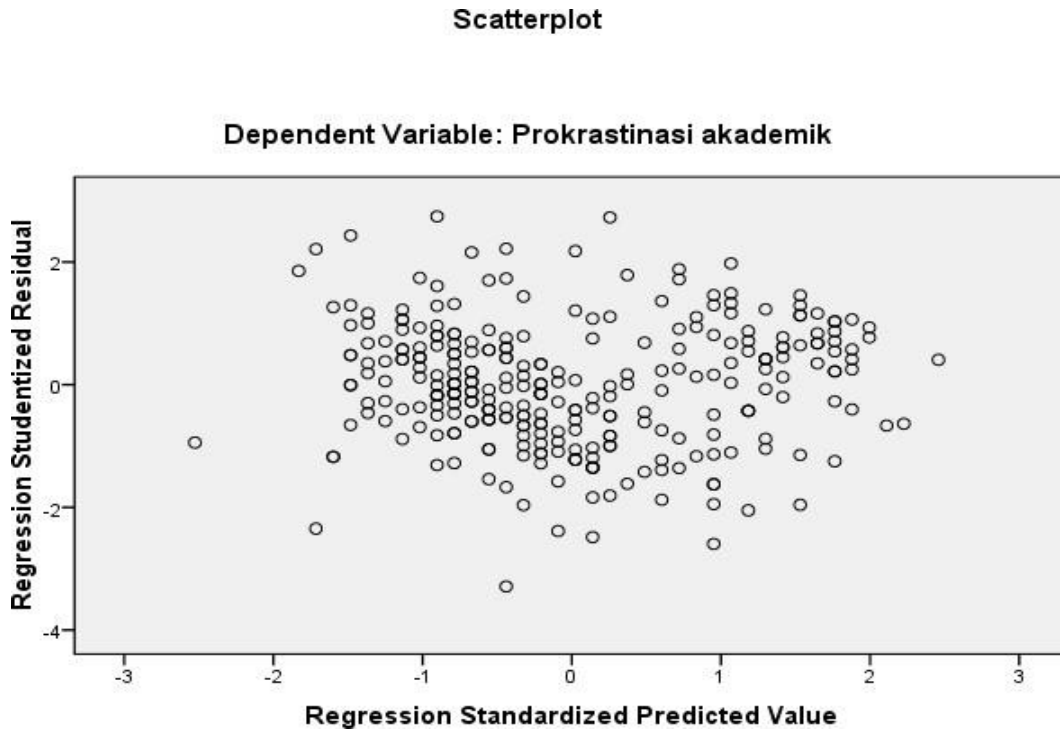
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi akademik * Kecanduan Gawai	Between Groups	(Combined)	16238.617	37	438.882	12.521	.000
		Linearity	14047.035	1	14047.035	400.746	.000
		Deviation from Linearity	2191.582	36	60.877	1.737	.008
	Within Groups	8833.162	252	35.052			
	Total	25071.779	289				

Berdasarkan tabel diatas, uji linieritas yang dilakukan menghasilkan nilai p sebesar 0,000. Menunjukkan bahwa skor linieritas pada data penelitian lebih tinggi daripada nilai taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Sehingga, variabel kecanduan gawai dan variabel prokrastinasi akademik memiliki bentuk hubungan yang linier dan data penelitian ini memenuhi syarat untuk dilakukannya uji regresi.

#### D. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas ini digunakan untuk membuktikan apakah model regresi terjadi ketidaksamaan varian dan residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Bila tidak muncul heterokedastisitas berarti data menunjukkan dalam posisi homokedastisitas. Bila dilihat pada pola garis *scatter plot* antara residual dan nilai prediksi variabel terikat. Bila pola titik-titik menyebar keatas dan dibawah angka nol pada sumbu Y, maka tidak terjadi heterokedastisitas.

Gambar 4.1 Uji Heterokedastisitas



Berdasarkan gambar diagram scatter plot diatas , terlihat pola sedikit menyebar keatas dan kebawah 0 dari sumbu Y, maka tidak terjadi heterokedastisitas.

### 3. Hambatan Dalam Penelitian

Kendala yang dialami oleh peneliti yaitu waktu untuk bisa memenuhi responden sejumlah 290 orang, membutuhkan waktu yang cenderung lebih lama. Karena itu, peneliti melakukan penyebaran skala penelitian secara bertahap dengan google formulir dan juga memanfaatkan platform whatsapp sebagai sarana untuk mengumpulkan data responden. Kendala lain selain membutuhkan waktu lebih lama, skala di isi dengan tidak memperhatikan pernyataan, sehingga peneliti menyebarkan kembali skala dengan menambahkan penjelasan di luar skala.

### 4. Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapatnya pengaruh kecanduan gawai terhadap prokrastinasi akademik. Kecanduan gawai memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Perilaku prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda memulai atau melanjutkan tugas akademik. Meskipun memiliki sisi positif, namun prokrastinasi akademik lebih banyak merugikan pelakunya. Dampak utama dari perilaku ini adalah turunnya performa akademik hingga kegagalan akademik. Menurut Tice & Baumeister (1997), individu yang melakukan prokrastinasi akademik cenderung memiliki performa akademik lebih buruk. Penelitian-penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik paling banyak dilakukan oleh mahasiswa. Ditinjau dari data jawaban responden dan data hasil hitung statistik menggunakan SPSS, ditemukan bahwa terdapat perilaku prokrastinasi akademik pada responden peserta didik SMA N 1 TUMPANG, yang menunjukkan bahwa benar adanya fenomena prokrastinasi akademik pada peserta didik SMA N 1 TUMPANG.

Hal ini selaras dengan hal yang dikemukakan oleh McCloskey (2011) bahwa mahasiswa, sebagai kelompok usia dewasa awal, masih lekat dengan penyesuaian sosial dan independensinya, sehingga teralihkannya mahasiswa dari tugas-tugas akademiknya wajar terjadi. Faktanya, penelitian awal mengenai prokrastinasi pun dilakukan pada mahasiswa dalam konteks pengerjaan tugas akademik (Hill, Hill, Chabot, & Barrall, 1976). Prokrastinasi akademik dapat bersumber dari berbagai faktor, salah satu sumber utamanya ialah pleasure-seeking atau perilaku melakukan kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan dibanding mengerjakan tugas akademik. Basco (dalam Julyanti & Aiyah, 2015) pun mengungkapkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik disebabkan oleh individu yang lebih gembira ketika melakukan hal-hal yang menyenangkan dibandingkan harus melakukan pekerjaan yang tidak menyenangkan. Salah satu kegiatan pleasure-seeking yang sedang marak kini adalah menggunakan gawai. Penggunaan smartphone yang berlebihan dapat berdampak pada kecanduan atau addiction. Disebutkan oleh Gultom, dkk (2018) bahwa peserta didik dinilai sebagai kelompok risiko tertinggi kecanduan internet dengan adanya waktu luang namun tidak ada pengawasan dari orang tua. Alasan lainnya ialah disebabkan oleh dinamika perkembangan dan kebebasan yang dimiliki mahasiswa, mereka memiliki rasa tanggung jawab yang masih minim terhadap masyarakat dan keluarga (Kandell, dalam Arefin, 2017).

Hal tersebut diungkap dalam penelitian ini, terlihat dari hasil jawaban dan analisis statistik penelitian bahwa terdapat responden mahasiswa yang memiliki perilaku kecanduan gawai. Penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat responden peserta didik yang memiliki prokrastinasi akademik, diikuti dengan kecanduan gawai. Hal ini selaras dengan bahasan pada teori Young (1996) mengenai dampak kecanduan gawai, salah satunya adalah masalah akademik. Berarti, masalah akademik yang dihadapi pada mahasiswa ini adalah berupa penundaan dalam mengerjakan tugastugas akademiknya. Ditemukan pula bahwa kecanduan gawai memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik dan pengaruh tersebut adalah sebesar terhadap responden. Hal ini sesuai dengan salah satu indikator dari ciri-ciri prokrastinasi akademik menurut teori Ferrari, Johnson & McCown (1995), yakni melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan, juga menurut teori McCloskey (2011), yang menjabarkan bahwa salah satu faktor prokrastinasi

akademik adalah fokus yang teralihkan oleh kegiatan lain yang lebih menyenangkan. Hal ini pun selaras dengan penelitian Underwood (dalam Santrock, 2014) yang menyatakan bahwa penggunaan gawai adalah salah satu penyebab dari prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini selaras dengan temuan lain oleh Saleem (dalam Gultom, dkk., 2018) yang mengungkapkan bahwa fitur internet yang ada pada smartphone memengaruhi prokrastinasi akademik.



## BAB V PENUTUP

### a. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan dari hasil penelitian diatas, bisa ditarik kesimpulan, yaitu:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan gawai dengan prokrastinasi akademik pada peserta didik sekolah menengah atas.
2. Saat uji normalitas yang dilakukan pada kedua variabel memiliki p sebesar 0,049 dan menunjukkan nilai dari probabilitasnya lebih tinggi dibandingkan nilai taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Sehingga, data penelitian ini dinyatakan memiliki data yang berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukannya uji regresi.
3. Hasil dari uji linearitas menunjukkan bahwa skor linieritas pada data penelitian lebih tinggi daripada nilai taraf signifikansi ( $\alpha=0,05$ ). Sehingga, variabel kecanduan gawai dan variabel prokrastinasi akademik memiliki bentuk hubungan yang linier dan data penelitian ini memenuhi syarat untuk dilakukannya uji regresi.

### b. Saran

Terdapat beberapa saran yang dapat peneliti berikan terkait dengan pelaksanaan dan hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian ini. Adapun saran tersebut yakni sebagai berikut:

#### i. Bagi Subjek Penelitian

Gawai merupakan alat komunikasi yang selalu digunakan oleh siapapun, aktifitas penggunaan gawai pun semakin meningkat dan berefek kepada pengerjaan kegiatan yang lain misal pengerjaan tugas sekolah. Penundaan tugas sekolah ini disebut adalah prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, bagi peserta didik SMA Negeri 1 Tumpang dapat mengatasi kecanduan dan berusaha semaksimal mungkin mengerjakan tugas akademik.

#### ii. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan gawai berpengaruh terhadap prokrastinasi peserta didik. Diharapkan peneliti selanjutnya bisa melanjutkan menggunakan beberapa variabel sebagai prediktor agar arah dan kekuatan pengaruh pada masing-masing variabel dapat diidentifikasi dan menggunakan metode yang lain agar memperoleh hasil penelitian yang lebih mendalam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu H. & Munawar Sholeh. (2005). Psikologi Perkembangan. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Amalia, D. (2010). Hubungan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Skripsi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- APJII. (2017). Hasil survei penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2017 di <https://apjii.or.id/content/read/39/342/hasil-surveipenetrasi-dan-perilaku-pengguna-internet-indonesia-2017>. (Diakses pada 28 April 2020).
- Arefin, Shamsul, dkk. (2017). Impact of smartphone addiction on academic performance of business students: a case study. Independent journal of management & production.
- Aziz, Abdul & Rahardjo, Pambudi. (2013). Faktor-faktor prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di universitas muhammadiyah purwokerto tahun akademik 2011/2012. Purwokerto: Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Azwar, Saifuddin. (2007). Metode penelitian. Pustaka Belajar: Yogyakarta. Bernstein, Peter. (1996). Against the Gods: The remarkable story of risk.
- Bolle, Colin. (2014). "Who is a smartphone addict?" The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a Dutch population. Tesis. Enschede: University of Twente
- Catrunada, L., & Puspitawati, I. (2008). Perbedaan kecenderungan prokrastinasi tugas skripsi berdasarkan tipe kepribadian introvert dan ekstrovert. Skripsi. Depok: Universitas Gunadarma.
- Conti, R. (2000). Competing demands and complimentary motives: Procrastination on intrinsically and extrinsically motivated summer projects. Journal of Social Behavior and Personality.
- Crabtree, S., dkk. (2018). The impact of mobile on people's happiness and wellbeing. London: GSM Association.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2011). Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Keempat. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Emanuel, R. (2015). The truth about smartphone addiction. College Student Journal.
- Farouq, A. (2010). Mengupas kiat sukses mengatur waktu. Jakarta: PT Prestasi Pustakarya.
- Ferrari & Olivette. (1994). Parental authority and the development of female dysfunctional procrastination. Journal of Research in Personality.
- Ferrari, J. (2010). Still procrastinating: the no regrets guide to getting it done. New Jersey: John Wiley n Sons Inc.
- Ferrari, J. R., Judith Johnson & William McCown. (1995). Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment. New York: Plenum Press.
- Gary, Thomas, Misty. (2007). Smartphone. Jakarta: Course Technology.

Ghozali, Imam. (2013). Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS. Edisi Ketujuh. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Ghufron, M. N. (2003). Tesis: Hubungan kontrol diri dan persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademik. Yogyakarta: Program Pasca Sarjana UGM.

Growth From Knowledge. (2016). Digital maps for asia edition di <https://www.gfk.com/insights/press-release/gfk-releases-newdigital-maps-for-asia/>. (Diakses pada 5 Mei 2019). Gultom, S. A., Wardani, N. D., & Fitrikasari, A. (2018).

Hubungan adiksi internet dengan prokrastinasi akademik. Jurnal Kedokteran Diponegoro.

Handayani, S. W. (2012). Konsep diri, stres, dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Jurnal Psikologi Indonesia.

Hill, M., Hill, D., Chabot, A., & Barrall, J. (1978). A survey of college faculty and student procrastination. College Student Personnel Journal,

Jannah, Miftahul & Tamsil Muis. (2014). Prokrastinasi akademik (perilaku penundaan akademik) mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri surabaya. Jurnal Bimbingan dan Konseling UNESA.

Julyanti, M. & Siti Aisyah. (2015). Hubungan antara kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di kecamatan medan kota. Jurnal Diversita.

Karimah, Ismah Rifda. (2011). Pengaruh smartphone addiction terhadap stres akademik siswa sma negeri jakarta barat. Skripsi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.

Kartadinata, I. & Sia, T. (2008). I Love You Tomorrow: prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. Anima, Indonesian Psychological Journal.

Kasiram, Moh. (2008). Metode penelitian. Malang: UIN Malang Pres. Kim CT, Kim DI, Park JG, Lee SJ. (2002).

A study on Internet addiction counseling and the development of prevention programs. Seoul: Korea Agency for Digital Opportunity and Promotion press.

Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2008). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to selfregulate predicts higher levels of procrastination. Contemporary Educational Psychology.

Kwon, M., dkk. (2013). The smartphone addiction: development and validation of a short version for adolescents (SAS-SV). Plos One,

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558> Likert, Rensis. (1932). "A Technique for the Measurement of Attitudes". Archives of Psychology.

Maryati, H. (2015). Hubungan prokrastinasi akademik dengan perilaku menyontek pada mahasiswa. Skripsi. Medan: Universitas Medan Area. Masgarini,

Indira P. (2018). Pengaruh perbandingan sosial terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Skripsi. Jakarta:

Universitas Negeri Jakarta. McCloskey, J.D. (2011). Finally, my thesis on procrastination academic. Thesis. Texas: University of Texas at Arlington.

Mish, F. (1994). Merriam Webster's Collegiate Dictionary. Edisi ke-10. New York: Merriam-Webster.

Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling. Jurnal Bimbingan dan Konseling.

Nainggolan, N. (2018). Prokrastinasi akademik pada mahasiswa (studi deskriptif pada mahasiswa Prodi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma angkatan 2015 dan usulan topik bimbingan belajar). Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma

Nugrasanti. (2006). Locus of control dan prokrastinasi akademik mahasiswa. Jurnal Provitae.

Pratiwi, Dewi. (2011). Hubungan motivasi berprestasi dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di fakultas ilmu pendidikan universitas negeri jakarta. Skripsi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.

Quittner, J. (1997). Divorce Internet Style. Time, hal. 72. Rafiyanti, R. (2012). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Pada Mahasiswa. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Ramadhan, Reza. (2015). Peran dan Fungsi Mahasiswa di [https://www.kompasiana.com/rezaramadhanunj/55dadb8a54977303\\_64\\_099134c5/peran-dan-fungsi-mahasiswa](https://www.kompasiana.com/rezaramadhanunj/55dadb8a54977303_64_099134c5/peran-dan-fungsi-mahasiswa). (Diakses pada 17 Mei 2019).

## LAMPIRAN

### 1. Lampiran Skala Penelitian

#### A. Skala Kecanduan (SAS)

Kelas :

Jenis Kelamin : L / P

#### PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah sejumlah pernyataan di bawah ini dengan teliti.
2. Anda dimohon untuk memberikan jawaban sesuai dengan keadaan anda secara objektif dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu kriteria untuk setiap pernyataan yang menurut Anda paling tepat.
3. Skor yang diberikan tidak mengandung nilai jawaban benar-salah melainkan menunjukkan kesesuaian penilaian anda terhadap isi setiap pernyataan.
4. Pilihan jawaban yang tersedia adalah:  
SS = apabila anda merasa Sangat Sesuai  
S = apabila anda merasa Sesuai  
TS = apabila anda merasa Tidak Sesuai  
STS = apabila anda merasa Sangat Tidak Sesuai
5. Dimohon dalam memberikan penilaian tidak ada pernyataan yang terlewatkan.
6. Identitas dari Anda akan dirahasiakan dan hanya diketahui oleh peneliti. Hasil penilaian ini tidak akan ada pengaruhnya terhadap status anda sebagai peserta didik.

Contoh :

NO.	ITEM	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya sering kali melewatkan pekerjaan yang sudah saya rencanakan karena penggunaan <i>gawai</i>		X		

NO.	ITEM	JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1	Saya sering kali melewatkan pekerjaan yang sudah saya rencanakan karena penggunaan <i>gawai</i>				
2	Saya sulit berkonsentrasi saat bekerja atau saat mengerjakan tugas di kelas karena menggunakan <i>gawai</i>				
3	Saya merasa pusing atau pandangan saya menjadi kabur karena terlalu lama menggunakan <i>gawai</i>				
4	Saya merasa sakit pada bagian pergelangan tangan atau pada belakang leher saat menggunakan <i>gawai</i> terlalu lama				
5	Saya merasa lelah dan kurang memiliki tidur cukup karena penggunaan <i>gawai</i> yang berlebihan				
6	Saya merasa tenang atau nyaman saat menggunakan <i>gawai</i>				
7	Saya merasa sangat senang atau semangat saat menggunakan <i>gawai</i>				
8	Saya merasa percaya diri saat menggunakan <i>gawai</i>				
9	Saya mampu mengurangi stress dengan menggunakan <i>gawai</i>				
10	Tidak ada hal lain yang lebih menyenangkan dalam hidup saya dibandingkan menggunakan <i>gawai</i>				
11	Hidup saya terasa hampa tanpa <i>gawai</i>				
12	Hidup saya terasa sangat bebas saat menggunakan <i>gawai</i>				
13	Menggunakan <i>gawai</i> adalah kegiatan paling menyenangkan				
14	Saya tidak akan mampu bertahan tanpa memiliki <i>gawai</i>				
15	Saya merasa tidak sabar ketika tidak memegang <i>gawai</i>				
16	Saya memikirkan <i>gawai</i> saat tidak menggunakannya				
17	Saya tidak akan pernah berhenti menggunakan <i>gawai</i> bahkan ketika kehidupan sehari-hari saya sudah sangat				

	terpengaruh oleh gawai.				
18	Saya menjadi kesal saat diganggu ketika menggunakan gawai.				
19	Saya membawa gawai ke toilet meskipun saya sudah terburu-buru untuk ke toilet				
20	Saya merasa senang saat bertemu dengan lebih banyak orang melalui penggunaan gawai				
21	Saya merasa bahwa hubungan dengan teman-teman yang saya temui melalui gawai lebih dekat dibandingkan dengan teman-teman di kehidupan nyata				
22	Tidak dapat menggunakan gawai akan sama sakitnya seperti kehilangan seorang teman				
23	Saya merasa bahwa teman-teman yang saya temui melalui gawai lebih mengerti saya dibandingkan teman-teman di kehidupan nyata				
24	Saya terus menerus memeriksa gawai agar tidak ketinggalan percakapan dengan orang lain di media sosial				
25	Saya memeriksa situs sosial media seperti Twitter, Facebook dan Instagram begitu baru bangun.				
26	Saya lebih memilih untuk berbincang-bincang dengan teman-teman dunia maya dibandingkan dengan teman-teman di dunia nyata atau anggota keluarga saya				
27	Saya lebih memilih untuk mencari sesuatu melalui gawai dibandingkan bertanya langsung kepada orang lain				
28	Baterai gawai saya yang terisi penuh tidak cukup untuk digunakan seharian penuh				
29	Saya menggunakan gawai lebih lama dari yang saya niatkan dari awal				
30	Saya merasakan dorongan untuk menggunakan gawai lagi segera setelah saya berhenti menggunakannya				
31	Saya telah berulang kali mencoba mengurangi penggunaan gawai namun selalu gagal				
32	Saya selalu berpikir bahwa saya harus mengurangi penggunaan gawai				
33	Orang-orang di sekitar saya mengatakan bahwa saya terlalu sering menggunakan gawai				

B . Skala Prokrastinasi Akademik

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menghabiskan waktu saya untuk bermain daripada belajar				
2	Saya segera mengerjakan soal ujian yang telah dibagikan.				
3	Saat pelajaran saya lebih tertarik untuk bermain HP daripada mendengarkan penjelasan guru				
4	Saya memanfaatkan waktu luang untuk membaca buku pelajaran.				
5	Saya tidak mengerjakan pekerjaan rumah karena diajak teman bermain.				
6	Tugas yang didapat dari sekolah saya kerjakan kapan saja saya mau.				
7	Saya tidak mengerjakan tugas yang saya rasa sulit.				
8	Saya tidak belajar karena diajak teman bermain sehingga nilai ulangan saya jelek.				
9	Saya tidak mengerjakan tugas dari sekolah, karena teman-teman juga tidak mengerjakan.				
10	Saya selalu mengerjakan tugas dengan tepat waktu.				
11	Saya menunda menyelesaikan tugas, meskipun tugas tersebut penting				
12	Saya selalu mengerjakan tugas, meskipun tugas itu tidak menyenangkan.				
13	Saya selalu menemukan alasan untuk tidak mengerjakan pekerjaan rumah.				
14	Ketika saya terlambat mengumpulkan tugas, itu karena kesalahan saya.				
15	Saya selalu menyelesaikan pekerjaan penting, dengan waktu luang yang saya miliki.				



16	Saya memilih ajakan teman untuk pergi jalan-jalan daripada mengikuti pelajaran				
17	Menunda menyelesaikan tugas, bukanlah cara yang biasa saya lakukan.				
18	Saya larut bermain game dan mengabaikan materi pelajaran yang seharusnya saya baca				
19	Saat di perpustakaan saya asyik mengobrol dengan teman walau niat semula membaca buku pelajaran untuk mengerjakan tugas				
20	Saya mengerjakan tugas sekolah di saat-saat terakhir batas waktu pengumpulan				
21	Saya menerima ajakan teman untuk menonton bioskop dari pada belajar untuk ulangan esok hari				
22	Saya mengumpulkan tugas sebelum tenggang waktu yang diberikan oleh guru habis				
23	Saya belum akan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru karena teman-teman juga belum mengerjakannya				
24	Saya sibuk dengan kegiatan di luar sekolah sehingga melalaikan tugas yang harus saya kerjakan				
25	Kesulitan yang saya temui dalam mengerjakan tugas tidak menyurutkan langkah saya untuk menyelesaikan tugas dengan segera				
26	Saya membiarkan tugas yang seharusnya saya selesaikan saat ini karena sedang nonton film yang saya putar di laptop				
27	Saya mengacuhkan teman yang mengajak mengobrol dan fokus menyimak penjelasan materi pelajaran dari guru.				
28	Saya memilih bermain game, daripada belajar.				
29	Saya tidak dapat menyelesaikan tugas tepat waktu karena kesalahan saya sendiri bukan karena orang lain.				
30	Saya lebih suka bermain dengan teman daripada mengerjakan tugas sekolah.				

