

Kontribusi Prokrastinasi Akademik Terhadap Perilaku Game Addiction

The Contribution of Academic Procrastination to Game Addiction Behavior

Muhamad Disra Saputra¹, Marjohan², Nevi Yarni S³ Riska Ahmad⁴

¹Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

Jalan Nangka No. 58 C, Tanjung Barat, Jagakarsa, Jakarta Selatan, Indonesia.

^{2,3,4}Universitas Negeri Padang

Jalan Prof. Dr. Hamka No.1, Air Tawar Bar., Kec. Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat

Pos-el: muhamaddisrasaputra@unindra.ac.id

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRACT:

This research is motivated by the high level of dependence on the use of the internet, especially as a medium of entertainment. Game online become one of the entertainment of various ages. Play Game online Too much can trigger the behavior game addiction. Academic procrastination or delay in learning is one of the effects of behavior game addiction the. This study aims to analyze the contribution of academic procrastination to behavior game addiction. This research uses a quantitative approach with a descriptive correlational type. The population of this study was faculty students at a university from various batches with a sample of 163 people, who were selected through a technique proportional stratified random sampling. The instrument used is a behavioral scale game addiction, academic procrastination scale with the Likert model. Research data were analyzed using a simple regression technique. The findings of this study indicate that student academic procrastination is in the moderate category, academic procrastination contributes significantly to student behavior.game addiction, The implications of the findings of this study can be used as input for creating a Guidance and Counseling service program at the university level.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi akan tingginya tingkat ketergantungan penggunaan internet khususnya sebagai media hiburan. Game online menjadi salah satu hiburan dari berbagai kalangan usia. Bermain game online yang berlebihan dapat memicu perilaku game addiction. Prokrastinasi akademik atau

penundaan dalam belajar menjadi salah satu dampak dari perilaku *game addiction* tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi prokrastinasi akademik terhadap perilaku *game addiction*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa fakultas di suatu universitas dari berbagai angkatan dengan sampel sebanyak 163 orang, yang dipilih melalui teknik *propotional stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala perilaku *game addiction*, skala prokrastinasi akademik dengan model Likert. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan teknik regresi sederhana. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori sedang, prokrastinasi akademik berkontribusi secara signifikan terhadap perilaku *game addiction*. Implikasi dari temuan penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan untuk membuat program layanan Bimbingan dan Konseling di lingkup universitas.

PENDAHULUAN

Perubahan penggunaan teknologi yang dahulu manual dan tradisional sekarang menjadi serba digital yang terkoneksi dengan jaringan. Hal tersebut dapat merubah cara berfikir dan bekerja seorang individu baik dalam dunia Pendidikan maupun bidang lain (Warman & Gusti, 2020; Ghufron, 2018; Mundaryati, 2022). Sejatinya, hidup manusia itu dinamis yang akan terus mengalami perubahan (Martantri et al., 2022). Tidak bisa dipungkiri, kehadiran internet di tengah masyarakat saat ini telah menjadi salah satu aspek penting untuk melakukan berbagai kegiatan dalam waktu yang bersamaan. Hal ini dikarenakan segala kebutuhan yang diperlukan oleh manusia hanya dilakukan dengan sekali klik saja.

Kegiatan *browsing*, *chatting*, mendapatkan berita terkini, jual beli, *video streaming*, dan mencari kesenangan lewat berbagai *game* yang bisa diunduh lewat satu aplikasi. Semua itu merupakan contoh konkret kegiatan yang difasilitasi penuh oleh internet (APJII, 2014). Berdasarkan usianya, mayoritas pengguna internet di Indonesia berusia 18-25 tahun dari total jumlah pengguna internet di Indonesia (49%) (APJII, 2014). Selanjutnya, sekitar 85% dari total pengguna internet di Indonesia mengakses internet dengan menggunakan *mobile phone* (APJII, 2014). Selain itu, berbagai alasan penggunaan internet di kalangan generasi milenial di Indonesia juga beragam. Salah satu alasan terbesar berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggaraan Jaringan Internet

Indonesia) adalah kegiatan menemukan hiburan dan bersenang-senang dengan aktifitas khusus yakni bermain *game online*. Survei tahun 2018 yang dilakukan oleh APJII konten internet (hiburan) yang sering dikunjungi sebanyak 17,1% adalah konten bermain *game* yang menempati posisi kedua setelah menonton film/video sebanyak 45,3% (APJII, 2019). Sehingga, dapat diartikan bahwa mayoritas penggunaan internet sebagai hiburan.

Game online dengan cepat menjadi sumber hiburan yang populer untuk segala usia, terutama di kalangan anak muda (Jap et al., 2013). Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti ke lima orang mahasiswa diperoleh beberapa informasi bahwa rajinnya bermain *game online* dikarenakan tumpukan tugas yang tidak mampu mereka kerjakan karena pemahaman yang kurang maksimal terhadap materi perkuliahan, sehingga mereka memutuskan untuk bermain *game online* saja. Keinginan untuk mencapai level atau tingkatan yang lebih tinggi dari orang lain akan mendorong para penggiat atau pengguna *game online* untuk terus mencari dan mempelajari berbagai trik dari permainan yang dilakukan. Selain mencari sendiri, kesempatan berkomunikasi dengan teman-teman yang lain akan terus memotivasi pengguna *game online* untuk terus melakukan permainan secara terus

menerus. Rasa penasaran terkait menang kalah dan ambisi untuk mencapai puncak tertinggi mengakibatkan *gamer* terobsesi untuk terus berusaha tersambung internet dan memanfaatkan setiap kesempatan serta waktu luang untuk melakukan *battle* dengan lawan yang sudah tersedia di internet. Hal inilah yang membuat seseorang individu terus dan lebih sering bermain hingga tanpa disadari berada pada taraf kecanduan. Lebih lanjut akibat seseorang yang kecanduan *game* (perilaku *game addiction*) tidak mampu mengontrol, mengurangi, menghentikan permainan, mengabaikan aktifitas lain sehingga membuat hubungan sosial dan interaksi mereka dengan keluarga, dan orang di sekitarnya menjadi kurang baik serta prestasi akademik dan motivasi belajar menurun dan memburuk (Jannah et al., 2015).

Para peneliti sebelumnya telah menyelidiki hubungan tersebut antara perspektif waktu, kontrol diri, prokrastinasi dan kecanduan internet (Kim et al., 2017). Penelitian (Drajat Edy Kurniawan, 2017) membuktikan bahwa instensitas bermain *game online* memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Prokrastinasi akademik menimbulkan dampak negatif dalam kegiatan akademik mahasiswa (Sagita et al., 2017). Sehubung dengan itu penelitian (Üztemur, 2020)

menyatakan bahwasanya prokrastinasi akademik memiliki efek mediasi antara kecanduan media sosial dan kesuksesan akademik seseorang. Selain itu penelitian yang dilakukan (M. Kandemir, 2014) terdapat hubungan antara prokrastinasi akademik dengan kecanduan internet yang dimana di dalamnya ada perilaku *game addiction*. Memperkuat penelitian sebelumnya dalam penelitian (Ibrahim & Ertina, 2019) mengatakan bahwasanya adanya hubungan prokrastinasi akademik yang dipengaruhi hubungan efikasi diri dan pengaruh dukungan teman sebagai pada kecanduan *game online* remaja.

Mahasiswa adalah calon guru (*student teacher*), maka dari itu selayaknya mahasiswa memiliki seperangkat pengetahuan, keterampilan dan perilaku yang memadai dalam melaksanakan tugas keprofesionalan. Hal ini dapat dimaknai bahwa seseorang mahasiswa seharusnya memiliki keterampilan dan perilaku untuk bisa mengendalikan dirinya agar tidak terjebak dalam perilaku *game addiction* dan nantinya bisa mejadikan contoh kepada murid-muridnya kelak.

Mahasiswa yang mempunyai latarbelakang keguruan di fakultas ilmu pendidikan seharusnya menjadi contoh dalam pembentukan perilaku. Karena adanya beberapa jurusan yang sangat berkontribusi terhadap

pembentukan perilaku seseorang seperti jurusan Bimbingan dan konseling, Pendidikan Guru Usia Dini, Pendidikan Guru Usia Dasar dan Pendidikan Luar Biasa. Maka dari itu sudah seharusnya pada taraf mahasiswa perilaku *game addiction* sudah tidak terjadi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Korelasional atau *Ex Post Facto*. Penelitian ini ditetapkan sebagai penelitian korelasional karena hasil penelitian ini akan melihat sejauh mana kontribusi prokrastinasi akademik terhadap perilaku *game addiction*. Adapun variabel dalam penelitian ini, terdiri dari prokrastinasi akademik (X) yang merupakan variabel bebas serta *game addiction* (Y) sebagai variabel terikat.

Pengambilan sampel dalam penelitian menggunakan teknik *proporsional stratified random sampling*. Teknik ini adalah teknik pengambilan sampel dengan tujuan untuk memperoleh sampel yang representatif dengan melihat populasi mahasiswa fakultas yang berstrata yakni terdiri beberapa angkatan dan jurusan yang berbeda sehingga peneliti mengambil sampel angkatan yang terbagi atas beberapa jurusan.

1. Jenis instrumen

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini disesuaikan

dengan data dan sampel penelitian. Adapun instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu skala sikap model *Likert*. Skala sikap merupakan skala untuk mengukur kecenderungan tentang perilaku seseorang terhadap suatu objek, orang atau perilaku orang lain (Sudaryono, Margono & Rahayu, 2013). Skala sikap yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sikap yang dikembangkan oleh *Likert*. Selanjutnya, skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap atau tingkah laku, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan kepada responden (Darmadi, 2011; Sugiyono, 2013).

a. Prokrastinasi akademik

Penyusunan alat ukur variabel perilaku prokrastinasi akademik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* yang memiliki lima alternatif jawaban yaitu: Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR) dan Tidak Pernah (TP). Penskoran untuk masing-masing pernyataan dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

No	Jawaban Responden	Positif	Negatif
1	Selalu (SL)	5	1
2	Sering (SR)	4	2
3	Kadang-kadang (KD)	3	3
4	Jarang (JR)	2	4
5	Tidak Pernah (TP)	1	5

Adapun kisi-kisi instrumen prokrastinasi akademik seperti yang tercantum dalam Tabel 2 berikut ini:

Variable	Subvariabel
Prokrastinasi akademik	Menunda untuk memulai kegiatan belajar
	Menunda untuk menyelesaikan tugas
	Mendahulukan mengerjakan sesuatu yang kurang penting daripada kegiatan belajar
	Mengumpulkan tugas melebihi batas waktu yang telah ditentukan
	Mengalami kondisi yang tidak nyaman

b. Perilaku *Game Addiction*

Penyusunan alat ukur variabel perilaku *game addiction* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model skala *likert* yang memiliki lima alternatif jawaban yaitu: Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-kadang (KD), Jarang (JR) dan Tidak Pernah (TP). Penskoran untuk masing-masing pernyataan dapat dilihat pada Tabel 3 berikut:

No	Jawaban Responden	Positif	Negatif
1	Selalu (SL)	5	1
2	Sering (SR)	4	2
3	Kadang-kadang (KD)	3	3
4	Jarang (JR)	2	4
5	Tidak Pernah (TP)	1	5

Adapun kisi-kisi instrumen perilaku *game addiction* seperti yang tercantum dalam Tabel 4 berikut ini:

Variable	subvariable
Perilaku game addiction	<i>Compulsion</i> (Paksaan)
	<i>With Drawal</i> (Penarikan)
	<i>Tolerance</i> (Toleransi)
	<i>Interpersonal and Health Related Problem</i> (Masalah berhubungan dengan interpersonal dan kesehatan)

2. Penimbangan Instrumen

Proses dalam penimbangan instrumen yang dilakukan yaitu menelaah kesesuaian pernyataan instrumen penelitian yang bertujuan apakah item-item yang dikembangkan sudah mewakili setiap sub variabel yang dibutuhkan.

3. Pengujian Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan sebelum angket diberikan kepada responden penelitian yang sebenarnya. Tujuan uji coba instrumen adalah untuk menyatakan validitas instrumen yang dibuat.

Adapun uji validitas hasil uji coba instrumen menggunakan analisis *Rasch Model*. *Rasch Model* memiliki beberapa keunggulan diantaranya mampu memberikan skala linear dan interval yang sama, dapat melakukan prediksi terhadap data yang hilang, bisa memberikan estimasi yang lebih tepat, mampu memprediksi ketidaktepatan model, menghasilkan pengukuran yang *revivable*. Berdasarkan hasil analisis untuk instrumen perilaku *game addiction* dari 38 butir item ada 8 item diantaranya tidak menjadi bahan pertimbangan untuk digunakan dalam penelitian. Menurut Boone et.al, analisis tersebut berdasarkan pertimbangan dari hal-hal berikut ini (Sumintono & Widhiarso, 2015).

- a. Nilai *Cutfit Mean Square* (MNSQ) yang diterima : $0,5 < \text{MNSQ} < 1,5$

- b. Niai *Qutfit Z-standart* (ZSTD) yang diterima : $-2,0 < \text{ZSTD} < +2,0$
- c. Nilai *Point Measure Correlation* (*Pt Mean Corr*) : $0,4 < \text{Pt Measure Corr} < 0,85$.

Adapun hasil uji reliabilitas instrumen dilakukan dengan menggunakan *rasch model*.

Teknik pengumpulan data ini akan dilakukan dengan memberikan kuesioner kepada responden secara *online*. Kemudian responden diminta untuk mengisi kuesioner yang telah dilakukan validasi sebelumnya. Pengumpulan data di Universitas X dengan rincian pengumpulan data yang akan dilakukan dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Peneliti memberikan angket kepada responden terkait dengan stres akademik, prokrastinasi akademik dan perilaku *game addiction*. Pemberian angket diakukan dengan cara *online* melalui *google form* yang telah dirancang sebelumnya dan disebarluaskan melalui aplikasi WA (*whatsApp*) ke nomor HP responden.
2. Mengumpulkan angket yang telah diberikan oleh responden sesuai dengan perencanaan untuk diolah dan dianalisis hasilnya sebagaimana tercantum pada teknik analisis data penelitian. Pada jenis penelitian kuantitatif perlu mencantumkan teknik pengujian hipotesis yang relevan.

Data yang telah dikumpulkan akan diolah menggunakan perangkat lunak pengolah data statistik. Adapun tahapan yang akan dilakukan dalam mengolah data penelitian ini sebagai berikut:

1. Deskripsi Data

Deskripsi data dilakukan untuk mendeskripsikan data tentang skor responden mengenai variabel prokrastinasi akademik dan perilaku *game addiction*.

2. Uji Persyaratan Analisis

Sebelumnya melakukan uji untuk menganalisis hipotesis pertama, kedua dan ketiga, perlu terebih dahulu dilakukan uji persyaratan terhadap data Uji persyaratan yang dilakukan pada penelitian ini meliputi uji normalitas dan uji linieritas.

3. Pengujian Hipotesis

Menghindari resiko kesalahan perhitungan manual maka pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 20.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Deskripsi Data Prokrastinasi Akademik

Hasil pengumpulan dan pengolahan data melalui instrumen prokrastinasi akademik dari keseluruhan sampel (responden) berjumlah 163 mahasiswa.

Tabel 4: Distribusi Frekuensi dan persentase prokrastinasi akademik berdasarkan kategori

Katagori	Rentang Skor	F	%
Sangat Tinggi	≥ 141	2	1,23
Tinggi	114 - 140	48	29,4
Sedang	87 - 113	82	50,3
Rendah	60 - 86	28	17,2
Sangat Rendah	≤ 59	3	1,84
<i>Jumlah (N)</i>		163	100%

(Sumber: diadaptasi dari Sugiono, 2014)

Tabel 4. di atas dapat dimaknai bahwasanya prokrastinasi akademik mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang dengan persentase 50,3%.

b. Deskripsi Data Perilaku *Game Addiction*

Hasil pengumpulan dan pengolahan data melalui instrumen perilaku *game addiction* dari keseluruhan sampel (responden) berjumlah 163 Mahasiswa dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5: Distribusi Frekuensi dan persentase perilaku *game addiction* berdasarkan kategori

Katagori	Rentang Skor	F	%
Sangat Tinggi	≥ 87	29	17,7
Tinggi	72 - 86	37	22,7
Sedang	58 - 71	24	14,7
Rendah	76 - 57	37	22,7
Sangat Rendah	≤ 43	36	22,1
<i>Jumlah (N)</i>		163	100%

(Sumber: diadaptasi dari Sugiono, 2014)

Tabel 5 di atas memperlihatkan bahwa sebagian besar responden dengan skor perilaku *game addiction* pada kategori tinggi dan rendah dengan persentase sebesar 22,7%.

Tabel 6: Hasil uji koefisien Regresi Prokrastinasi akademik dengan perilaku *game addiction*

Variable	R	R Square
X-Y	0,294	0,086

(Sumber: diadaptasi dari Sugiono, 2014)

Tabel 6 di atas memperlihatkan bahwa nilai R sebesar 0.386, yang menunjukkan koefisien regresi prokrastinasi akademik terhadap perilaku *game addiction*. Nilai R Square (R^2) sebesar 0.086, berarti 8.6% besarnya kontribusi

prokrastinasi akademik terhadap perilaku *game addiction*.

Tabel 7: Hasil uji signifikansi Prokrastinasi akademik dengan perilaku *game addiction*

Variabel	F _{hitung}	F _{tabel}	Sig.
X-Y	15.213	3.09	0.000

Tabel 7 di atas memperlihatkan nilai F_{hitung} adalah 15.213, sedangkan nilai F_{tabel} adalah 3.09, berarti $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. Dengan demikian, dapat dinyatakan bahwa terdapat kontribusi atau korelasi prokrastinasi akademik terhadap perilaku *game addiction*.

1. Prokrastinasi akademik

Berdasarkan hasil analisis deskripsi data penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa secara rata-rata keseluruhan berada pada kategori sedang. Selanjutnya untuk pencapaian masing-masing aspek diketahui bahwa aspek menunda memulai kegiatan belajar berada pada kategori sedang. Hal ini berarti sebagian besar responden memulai kegiatan belajar lebih mencari sesuatu alasan terlebih dahulu dan menunda untuk memulai. Seorang prokrastinator biasanya mengalami kendala disaat memulai kegiatan belajar dan menyelesaikan tugas, hal ini dikarenakan tantangan terberat dalam diri seseorang prokrastinator adalah dirinya sendiri (Juliawati & Yandri, 2018).

Prokrastinasi akademik terjadi ketika menunda suatu keadaan yang disengaja atau tidak disengaja. Sehingga, perlu pencegahan lebih lanjut agar prokrastinasi tidak menjadi lebih tinggi dan meminimalisir prokrastinasi akademik. Mahasiswa tingkat akhir memiliki salah satu tugas yang sangat penting yang

dimana tugas ini menjadi salah satu syarat kelulusan, yaitu dengan menyusun skripsi (Divani et al., 2022). Upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi prokrastinasi akademik adalah dengan *self-regulation*. Kemampuan melakukan *self regulation* atau mengatur diri juga merupakan faktor yang penting mempengaruhi kemunculan perilaku prokrastinasi pada individu (Steel, 2007). Individu yang *self regulation* rendah cenderung melakukan tindakan prokrastinasi, hal tersebut menunjukkan bahwa salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik adalah rendahnya kemampuan *self regulated learning* (Ulum, 2016).

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, dapat dimaknai bahwa prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori sedang dengan aspek yang mewakilinya berupa menunda untuk memulai kegiatan belajar, menunda untuk menyelesaikan tugas, mendahulukan mengerjakan sesuatu yang kurang penting daripada kegiatan belajar, mengumpulkan tugas melebihi waktu yang ditentukan serta mengalami kondisi yang tidak nyaman secara rata-rata berada pada kategori sedang. Salah satu penyebab prokrastinasi adalah mahasiswa yang tidak membuat perencanaan. Takut gagal menepati perencanaan akademik akan memunculkan perilaku menunda-nunda karena alasan irasional. Upaya yang bisa dilakukan untuk menurunkan prokrastinasi akademik adalah dengan *self-regulation learning*.

2. Perilaku *Game Addiction*

Hasil data penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan perilaku *game addiction* di alami oleh mahasiswa walaupun

secara rata-rata berada pada kategori tinggi dan rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang menjadikan seseorang berperilaku *game addiction* adalah menggunakan dunia maya untuk menghindari pikiran atau stres yang timbul akibat masalah di dunia nyata (Yee, 2006). Berdasarkan penjelasan sebelumnya perilaku *game addiction* pada mahasiswa berada pada kategori sedang dengan keseluruhan aspek yang mewakilinya. Salah satu faktor penyebabnya menggunakan dunia maya untuk menghindari pikiran atau stres yang timbul akibat masalah di dunia nyata. Berdasarkan hasil penelitian ini penting kiranya untuk mengurangi perilaku *game addiction*. Maka dari itu konseling juga bisa dilakukan untuk pecandu tersebut dengan menggunakan pendekatan *cognitif behavior therapy* (CBT) (K. Young, 2004) dengan format individu dan kelompok sesuai dengan penelitian (Emria Fitri, Ifdil Ifdil, 2018). Adapun upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku *game addiction* salah satunya adalah melakukan konseling dengan menggunakan pendekatan *cognitif behavior therapy* (CBT).

3. Kontribusi Prokrastinasi Akademik Terhadap Perilaku *Game Addiction*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik berkontribusi secara signifikan terhadap perilaku *game addiction*. Temuan ini diperoleh berdasarkan rangkaian analisis data yang menunjukkan bahwa kontribusi prokrastinasi akademik terhadap perilaku sebesar 8.6% artinya prokrastinasi akademik merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perilaku *game addiction*.

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh penelitian (Ibrahim & Ertina, 2019) yang berjudul "*The influence of peer support and self-efficacy against academic procrastination on teenagers, online game addiction*" mengatakan bahwasanya adanya hubungan prokrastinasi akademik yang dipengaruhi hubungan efikasi diri dan pengaruh dukungan teman sebaya pada kecanduan *game online* remaja. Hal senada juga dikatakan dalam penelitian (Üztemur, 2020) yang berjudul "*The media role of academic procrastination behaviors in the relationship between pre-service social studies teachers' social media addiction and academic success*" menyatakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki efek mediasi antara kecanduan media sosial dan kesuksesan akademik seseorang. Selanjutnya (Sifellina, 2016) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang negatif dan signifikan antara prestasi belajar dan prokrastinasi akademik pada pelajar SMA laki-laki yang memiliki kebiasaan bermain *game online*. Berdasarkan hasil penelitian ini dan didukung pendapat ahli dapat dianalisis bahwasanya perilaku *game addiction* terhadap prokrastinasi berkontribusi. Artinya prokrastinasi merupakan salah satu faktor terjadinya perilaku *game addiction*.

SIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagai berikut.

1. Gambaran prokrastinasi akademik mahasiswa berada pada kategori sedang dengan aspek yang mewakilinya berupa menunda untuk memulai kegiatan belajar, menunda untuk menyelesaikan tugas, mendahulukan mengerjakan

- sesuatu yang kurang penting daripada kegiatan belajar, mengumpulkan tugas melebihi waktu yang ditentukan serta mengalami kondisi yang tidak nyaman secara rata-rata berada pada kategori sedang. Salah satu penyebab prokrastinasi adalah mahasiswa yang tidak membuat perencanaan takut gagal menepati perencanaan akademik akan memunculkan perilaku menunda-nunda karena alasan irasional. Upaya yang bisa digunakan untuk menurunkan prokrastinasi akademik adalah dengan *self-regulation learning*.
2. Prokrastinasi akademik memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perilaku *game addiction*. Artinya prokrastinasi merupakan salah satu faktor terjadinya perilaku *game addiction*.
- DAFTAR PUSTAKA**
- APJII. (2014). Profil pengguna internet indonesia 2014. In *Apjii*.
- APJII. (2019). Penetrasi & profil perilaku pengguna internet indonesia tahun 2018. *Apjii*, 51.
- Darmadi, H. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.
- Divani, A., Hawari, F., Rafi, M., Khairunisya, N., Riyanto, S. A., & Ambarini, S. D. (2022). Gambaran Self Efficacy Pada Mahasiswa di Kota Bandung Terhadap Penyelesaian Skripsi di Era Hybrid Learning. *Jurnal Pendidikan Indonesia Bermutu*, 01(01), 35–42.
- <https://journal.ikipsiliwangi.ac.id/index.php/fokus/article/download/8199/3405>
- Drajat Edy Kurniawan. (2017). Pegaruh instensitas bermain game online terhadap perilaku prokrastinasi akademika pada mahasiswa bimbingan dan konseling universitas pgri yogakarta. *Jurnal Koseling Gusjigang*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1120>
- Emria Fitri, Ifdil Ifdil, L. E. (2018). *Konsep adiksi game online dan dampaknya terhadap masalah mental emosional remaja serta peran bimbingan dan konseling*.
- Ghufron, G. (2018, September). Revolusi Industri 4.0: Tantangan, Peluang, dan solusi bagi dunia pendidikan. In *Seminar Nasional Dan Diskusi Panel Multidisiplin Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2018* (Vol. 1, No. 1).
- Ibrahim, A. S., & Ertina, S. (2019). *The influence of peer support and self-efficacy against academic procrastination on teenagers' online game addiction*. 304(Acpch 2018), 35–38. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.8>
- Jannah, N., Nirwana, H., & Mudjiran. (2015). *Hubungan kecanduan game dengan motivasi belajar siswa dan implikasinya terhadap bimbingan dan konseling*. 4(December).
- Jap, T., Tiatri, S., Jaya, E. S., & Suteja, M. S. (2013). *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire*. April. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061098>

- Juliauwati, D., & Yandri, H. (2018). *Prokrastinasi Akademik mahasantri Ma 'had Al Jami 'ah IAIN Kerinci*. 4(1), 19–26.
- Kim, J., Hong, H., Lee, J., & Hyun, M. H. (2017). Effects of time perspective and self-control on procrastination and Internet addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 229–236. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.017>
- Martantri, D., Andrena, K. S., Khoerunnisa, N., ARIQ, F. R., Rifqi, S. A., & Fatimah, T. A. (2022). Pengembangan alat ukur self compassion pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Indonesia Bermutu*, 01(01), 19–34.
- Mundayati, S. (2022). Meningkatkan pola mengajar guru melalui implementasi manajemen perencanaan berbasis data (PBD) dalam kurikulum merdeka. *Jurnal Pendidikan Indonesia Bermutu*, 01(01), 43–55.
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 1(2), 43. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52>
- Sifellina. (2016). Hubungan antara prokrastinasi akademik dan prestasi belajar pada pelajar SMA laki-laki yang memiliki kebiasaan bermain game online di sekolah "X."
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Sudaryono, Margono, G., & Rahayu, W. (2013). *Pengembangan Instrumen Penelitian Pendidikan*. Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Alfabeta.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2015). *Aplikasi pemodelan rasch pada assessment pendidikan*. Trim Komunikata.
- Ulum, M. I. (2016). *Strategi self-regulated learning untuk menurunkan tingkat prokrastinasi akademik siswa*. 3, 153–170. <https://doi.org/10.15575/psy.v3i2.1107>
- Üztemur, S. (2020). The mediating role of academic procrastination behaviours in the relationship between pre-service social studies teachers' social media addiction and academic success. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 5(11), 63–101. <https://doi.org/10.35826/ijetsar.112>
- Warman, J. S., & Gusti, U. A. (2021). Offline versus Online Learning. *Bioeducation Journal*, 5(2), 129-136.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology and Behavior*, 9(6), 772–775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>
- Young, K. S. (2004). *Internet addiction: a new clinical phenomenon and its consequences*. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>