

**PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG
MENGUNAKAN MEDIA SOSIAL *TIKTOK* DAN *INSTAGRAM***



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

**VICKA SESOTYA DESI DERIA
F 100 180 010**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

**PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG
MENGUNAKAN MEDIA SOSIAL *TIKTOK* DAN *INSTAGRAM***

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

VICKA SESOTYA DESI DERIA
F 100 180 010

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen
Pembimbing

Sah untuk skripsi
Vicka Sesotya Desi Deria
F100180010
MB. Sudinadji, S.Psi., M.Psi

HALAMAN PENGESAHAN

**PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG
MENGUNAKAN MEDIA SOSIAL *TIKTOK* DAN *INSTAGRAM***

**OLEH
VICKA SESOTYA DESI DERIA
F100180010**

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 20 Februari 2023
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji:

- 1. MB. Sudinadji, S.Psi., M.Psi**
(Ketua Dewan Penguji)
- 2. Drs. Soleh Amini, M.Si**
(Anggota I Dewan Penguji)
- 3. Lusi Nuryanti, S.Psi, M.Si, Ph.D**
(Anggota II Dewan Penguji)

Sah untuk Skripsi
Vicka Sesotya Desi-Deria
F100180010
MBS 26/12/22 16.00

()

()

()

Dekan,



Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.
NIK/NIDN : 799/0629037401

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 10 Februari 2023|

Penulis



VICKA SESOTYA DESI DERIA

F100180010

PERBEDAAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL *TIKTOK* DAN INSTAGRAM

Abstrak

Perilaku mahasiswa untuk tidak mengerjakan tugas akademik dapat dikarenakan bermalasan-malasan, sulit untuk mengelola waktu dengan baik, takut gagal dalam mengerjakan tugas, serta terlalu senang dengan pekerjaan lainnya. Hal tersebut akan mengakibatkan terjadinya masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berdasarkan fenomena yang sering muncul prokrastinasi akademik yang sering dihadapi oleh mahasiswa penyebabnya yaitu keyakinan di dalam diri sendiri akan kemampuan yang dimiliki, kurangnya perhatian, lingkungan sosial di sekitarnya, keinginan dalam diri, bermalasan serta cara mengelola waktu. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif dengan subjek mahasiswa/i Fakultas Psikologi angkatan 2018, 2019, 2020 dan 2021 Universitas Muhammadiyah Surakarta. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala Prokrastinasi Akademik dan Intensitas Penggunaan Media Sosial *Tiktok* dan Instagram. Penelitian ini menggunakan analisis *Independent t-test*. Hasil Uji *Independent t-test* menunjukkan bahwa nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada prokrastinasi akademik yang menggunakan media sosial *tiktok* dan instagram. Hal tersebut berarti hipotesis diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada prokrastinasi akademik mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan Instagram.

Kata kunci: Prokrastinasi, Intensitas Media Sosial *Tiktok*, Intensitas Media Sosial Instagram

Abstract

The behavior of students not to do academic assignments due to laziness, difficulty managing time well, fear of failing in doing assignments, and being too happy with other work will result in the problem of academic procrastination in students. Based on the phenomenon that often appears academic procrastination that is often faced by students, the causes are self-belief in one's abilities, lack of attention, the surrounding social environment, inner desires, laziness and how to manage time. This study uses a comparative quantitative approach with the subject of students of the Faculty of Psychology class of 2018, 2019, 2020 and 2021 Muhammadiyah University of Surakarta. The data collection method uses a questionnaire with a scale of Academic Procrastination and Intensity of Use of *Tiktok* and Instagram Social Media. This research uses Independent t-test analysis. Independent t-test results show that the value of *Sig. (2-tailed)* of $0.000 < 0.05$, which means that there is a significant difference in academic procrastination using the social media *tiktok* and Instagram. This means that the hypothesis is accepted and it can be concluded that there is a significant difference in academic procrastination using *Tiktok* and Instagram.

Keywords: Academic Procrastination, *Tiktok* Social Media Intensity, Instagram Social Media Intensity

1. PENDAHULUAN

Masa kuliah ialah saat dimana seorang mahasiswa merasa mandiri dengan semuanya yang berhubungan dengan perkuliahan terutama soal waktu. Pada bangku perkuliahan sebagai mahasiswa

kita diberikan kebebasan oleh kampus untuk mengatur jadwal kuliah bahkan memilih dosen yang kita inginkan sendiri. Karena pada saat dibangku kuliah kita dapat untuk mengatur jadwal kuliah kita sendiri, ada beberapa mahasiswa yang mengambil jam kuliah pada pagi hari saja dan setelahnya tidak ada jam kuliah lagi sehingga dapat dilakukan dengan aktivitas lainnya, seperti mengikuti kerja *parttime*, bermain dengan teman, hingga liburan. Hal tersebut tidak menutup kemungkinan mahasiswa lupa dengan tugas kuliah yang ada, sehingga membuat mahasiswa menjadi malas dan menunda mengerjakan tugasnya karena kesenangan dengan kegiatan lainnya. Mahasiswa seringkali mengurungkan niat untuk mengerjakan tugas atau pekerjaan yang diberi oleh dosen kurang lebih dalam waktu seminggu dari pemberian tugasnya dan mayoritas mahasiswa akan mengerjakan pekerjaannya saat berdekatan dengan *deadline* yang sudah diberikan oleh dosen (Hasan, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan Arumsari (2017) juga menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja cenderung melakukan prokrastinasi akademik karena ketidakmampuan dalam mengatur waktu antara bekerja dan kuliah. Riset yang dilakukan oleh Burka & Yuen (2018) menyatakan 90% mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik dan 25% nya telah di *drop out* dari kuliah karena tidak dapat melakukan tanggung jawab di perkuliahan. Riset lain yang dilakukan oleh (Muyana, 2018) menyatakan penundaan pengerjaan tugas oleh mahasiswa di kategori paling tinggi dengan persentase 6%, di kategori tinggi 81%, pada kategori sedang 13% dan di kategori rendah sebesar 0%. Hasil riset yang diteliti oleh Walojo (2017) menunjukkan bahwa 84% siswa SMP Negeri 1 Ploso Klaten sudah pernah mengalami prokrastinasi dan 16% lainnya telah mentaati sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan dan tepat waktu. Penundaan tugas atau yang biasa disebut dengan prokrastinasi akademik sering dialami siswa disebabkan oleh beberapa faktor yang diantaranya: memiliki banyak kegiatan yang lainnya. 50% penyebab lainnya yaitu kecanduan bermain media sosial, 28% tidak mengerti tugas yang diberikan oleh guru, 16% bermalasan-malasan serta 6% menanti batas terakhir pengumpulan tugas. Temuan lainnya mendapatkan data 97% mahasiswa dipengaruhi oleh faktor penundaan tugas yang tidak sama dengan persentase 48% perilaku penundaan selalu dilakukan, hal tersebut dikarenakan sifat malas yang ada dalam diri *prokrastinator*, tidak memiliki motivasi untuk mengerjakan tugasnya, dan akan memicu stres. Penyebab lainnya yaitu terlalu asik bermain *smartphone* dan mengakses internet secara berlebihan. Hasil menunjukkan bahwa ada lebih dari 80% mahasiswa mengalami kecemasan akibat perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian lainnya mengenai intensitas penggunaan *smartphone* terhadap prokrastinasi akademik menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa (Syifa, 2020). Prokrastinasi akademik yang sering dihadapi oleh mahasiswa penyebabnya yaitu keyakinan di dalam diri sendiri akan kemampuan yang dimiliki, kurangnya perhatian, lingkungan sosial di sekitarnya, keinginan dalam diri, bermalasan serta cara mengelola waktu. Penundaan tugas hingga *deadline* tiba dinamakan prokrastinasi akademik.

Ferrari (dalam Putra & Halimah, 2015) mengatakan prokrastinasi akademik merupakan pengunduran dalam menyelesaikan sebuah pekerjaan atau tugas yang memiliki keutamaan dan ditunda dengan alasan yang sepele. Secara tipe prokrastinasi bisa diartikan sebagai membuat keputusan untuk menunda pekerjaan atau tugas secara sengaja. Wolters (2003) mengatakan jika mengerjakan tugas akademik pada saat terakhir dari deadline yang telah ditentukan biasanya dijuluki dengan prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan penundaan pekerjaan yang dilaksanakan dengan sengaja karena terlalu senang dengan aktifitas lain yang menimbulkan rasa malas ketika ingin mengerjakan tugas akademik yang lebih penting (Nuryadi & Ginting, 2017). Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik yaitu penundaan tugas ataupun pekerjaan di bidang akademis. Aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari (1995) yaitu penundaan, keterlambatan, kesenjangan antara rencana dan kinerja serta aspek melakukan aktivitas lain. Ciri yang biasanya ditemui dari perilaku prokrastinasi akademik antara lain a) *Perceived time* (Waktu yang disarankan), seorang yang melakukan prokrastinasi merupakan orang yang tidak dapat *manangement* waktu secara benar, sebenarnya orang yang mengalami prokrastinasi sadar bahwa tugas atau pekerjaannya harus segera untuk diselesaikan; b) *Intention-action* (Niat-aksi) perbedaan antara keinginan dan tindakan yang diambil, prokrastinator sebenarnya memiliki keinginan dan niat untuk mengerjakan suatu tugas atau pekerjaannya namun kebanyakan dari *prokrastinator* tidak dapat mengelola waktu dengan baik, padahal ia sudah memiliki niat dan rencana akan mengerjakan tugas tersebut namun tidak segera terealisasi sehingga menyebabkan keterlambatan saat mengerjakan tugas yang seharusnya dapat terselesaikan dari jauh hari; c) *Emotional distress* (Tekanan emosional), timbulnya perasaan gelisah, tidak tenang dan cemas. Karena pada biasanya prokrastinator tidak nyaman dan merasa panik dengan apa yang dirasakan, seperti menambah pikiran karena belum terselesaikannya tugas atau pekerjaannya yang seharusnya sudah selesai; d) *Perceived ability* (Kemampuan yang dirasakan). *Prokrastinator* sering menyalahkan dirinya karena ketidakpercayaan dirinya dan merasa gagal saat menyelesaikan suatu tugas (Zuraida, 2017). Prokrastinasi juga memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi antara lain kemampuan untuk mengontrol diri, kesadaran yang timbul dari dalam diri, harga diri, keyakinan terhadap diri sendiri (*self efficacy*), memiliki motivasi pada bidang akademik, kecemasan sosial dari dalam diri dan dukungan sosial dari luar, keyakinan dalam diri, dan cara penyelesaian masalah yang berfokus pada masalah yang dihadapi (Saraswati, 2017). Dampak-dampak negatif yang terjadi selama PJJ tersebut dapat membuat mahasiswa mengalami stress dalam mengerjakan tugasnya serta mempengaruhi kebiasaan belajar mahasiswa (Jatira, 2021). Hal ini juga akan menyebabkan resiko penundaan dalam menyelesaikan tugas atau prokrastinasi pada pelajar.

Sebuah penundaan tugas akademik sudah sangat populer yang biasa dilakukan oleh kebanyakan mahasiswa, topik riset ini sudah banyak sekali diteliti oleh peneliti sebelumnya karena prokrastinasi

akademik dapat menimbulkan efek bagi pelakunya yang diantaranya tidak percaya dengan dirinya sendiri karena selalu merasa gagal serta menimbulkan kecemasan sosial. Perilaku ketidakinginan mahasiswa untuk mengerjakan tugas akademik yang dikarenakan bermalas-malasan, sulit untuk mengelola waktu dengan baik, takut gagal dalam mengerjakan tugas, serta terlalu senang dengan pekerjaan lainnya hal tersebut akan mengakibatkan terjadinya masalah prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Salah satu permasalahan yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi pada zaman sekarang ini yaitu *handphone*. Hampir semua masyarakat dari kalangan bawah hingga menengah keatas pasti memiliki *handphone*, walaupun tidak semuanya. Terutama di saat pandemi yang mengharuskan berkegiatan di dalam rumah saja dan pembelajaran dilakukan dengan *online* maka setiap mahasiswa pasti menggunakan *handphone* untuk media belajar. Namun kebanyakan dari mahasiswa menyalahgunakan *handphone* tidak untuk belajar melainkan membuka hal yang tidak penting. Menurut Augusta (2018) mahasiswa zaman sekarang kebanyakan lebih sering menggunakan *handphonenya* daripada membaca buku dan kebanyakan mahasiswa menggunakan *handphone* salah satunya untuk bermain media sosial. Aplikasi media sosial tersebut juga termasuk dalam kategori aplikasi paling menghibur (Imron, 2018) . Media sosial merupakan media online yang membuat pengguna dapat bereksplorasi, dan membuat suatu karya di dalamnya Cahyono (2016) sedangkan media sosial menurut Abugaza (2013) adalah struktur sosial yang terdiri dari elemen-elemen individu, kelompok atau organisasi yang terhubung dan terjad interaksi satu sama lain dengan menggunakan perantara teknologi informasi. Media sosial juga merupakan salah satu media yang saat ini sangat digandrungi oleh remaja yang dapat digunakan untuk mendapatkan informasi, menambah pengetahuan maupun untuk sekedar hiburan saat mengisi waktu luang saja. Menurut beberapa pendapat dari ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa media sosial ialah sebuah media *online* yang dapat kita gunakan untuk mengakses beberapa fitur dengan mudah, media sosial dapat kita gunakan juga untuk meng*update* kegiatan kita yang ingin kita bagikan disana dan dapat diakses oleh oranglain, sehingga remaja cenderung aktif untuk bereksplorasi dan menuntaskan hampir seluruh waktunya digunakan dengan bermain sosial media.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) baru saja merilis laporan “Profil Pengguna Internet 2022”. Dalam laporannya, APJII menyebutkan kepadatan internet Indonesia akan meningkat menjadi 77,02 persen pada 2021 sampai 2022. Diukur berdasarkan usia, penetrasi internet paling tinggi di antara usia 13 hingga 18 tahun. Hampir semua (99,16%) kelompok usia ini terhubung dengan internet. Selain itu, frekuensi internet kelompok usia 19-34 adalah 98,64%. Frekuensi internet di kalangan usia 35 hingga 54 tahun adalah 87,3% tahun lalu. Untuk anak usia 5 hingga 12 tahun, penetrasi internet sebesar 62,43%. Penetrasi terendah adalah pada usia di atas 55 tahun sebesar 51,73%. Kebutuhan untuk melakukan pembelajaran jarak jauh selama pandemi Covid-19 telah meningkatkan penggunaan internet pada kelompok usia 13-18 tahun. Lagi pula, 76,63% dari mereka

yang ditanyai dalam kelompok usia ini menyatakan bahwa mereka mengalami peningkatan penggunaan internet. Mahasiswa merupakan salah satu contoh pengguna media sosial yang aktif sekaligus usia tertinggi pengguna media sosial. Sesuai dengan hasil peninjauan pemakai media sosial mencapai 89,7%, pada anggota mahasiswa yang kebanyakan berusia 18 sampai 25 tahun mempunyai jumlah tertinggi dibanding anggota lainnya (Handikasari, Hayuning, Jusup, & Johan, 2018) . Menurut hasil riset Gita (2017) diperoleh ada sebanyak 63,4% remaja membuang waktunya selama 1 hingga 3 jam perhari untuk bermain media sosial, namun 36,6% remaja memerlukan waktu kurang dari 1 hingga 3 jam untuk bermain media sosial. Hasil tinjauan dari *Global Web Index* tahun 2019 mengungkapkan bahwa rata-rata waktu penggunaan media sosial pada anggota mahasiswa selama 3.26 jam sehari (Kemp & Simon, 2019). Bisa dibayangkan media sosial merupakan media interaksi sosial secara *online* antar orang, dalam menciptakan, mengeluarkan ide dan bertukar penjelasan dan berbagai konten dalam kelompok virtual (Sulianta, 2015) . Hasil riset yang dilaksanakan kepada 416 remaja menyatakan bahwa 48% remaja mengalami kecanduan *handphone* dan penggunaannya melebihi empat jam per harinya. Hal tersebut sangat berdampak negatif pada fisik seseorang, kondisi psikologis, sosial, hingga keluarga dan pendidikan individunya (Aljomaa, 2016). Fenomena pada saat ini munculnya aplikasi yang sudah banyak pengunduhnya, yaitu Aplikasi *TikTok*. Aplikasi *TikTok* adalah salah satu aplikasi jejaring sosial dan platform music video dari negara Tiongkok yang pertamakali diluncurkan pada bulan September tahun 2016 oleh Zhang Yiming, pendiri aplikasi Toutiao. Menurut data AppAnnie pada tahun 2022 sudah 1,46 miliar pengguna aktif diseluruh dunia. Munculnya pandemi *Covid-19* yang sedang mewabah didunia, *TikTok* meningkat hingga 2 miliar pengguna. Jumlah nya melebihi total user yang mengunduh aplikasi Instagram, 1,5 miliar secara global. (katadata.co.id) Aplikasi tiktok adalah media sosial yang sedang viral di Indonesia Riset lain menunjukkan hasil *observasi* juga menunjukkan bahwa 60,38% dari 53 mahasiswa yang melakukan prokrastinasi, mereka menghabiskan waktunya untuk mengakses media sosial di luar tugas akademik. “*TikTok*” merupakan aplikasi media sosial yang saat ini sangat banyak diminati oleh hampir seluruh masyarakat, selain kita dapat mencari informasi melalui aplikasi ini, kita juga dapat melihat berbagai macam video dengan *menscroll* kebawah dan pada aplikasi ini jika kita terus *menscroll* video tidak akan ada akhirnya, maka jika seseorang telah bermain *TikTok* maka tidak menutup kemungkinan untuk menjadi bermalasan karena terlalu asik dengan apa yang kita lihat dalam aplikasi *TikTok* ini. Pada saat pandemi *Covid-19* ini aplikasi *TikTok* merupakan trend yang sedang *booming* di Indonesia. Sebuah konten yang disajikan oleh para pengguna *TikTok* juga sangat bervariasi. Banyak informasi mengenai *Covid-19* yang bisa didapatkan melalui aplikasi ini, dan cara penyajiannya pun dibuat semenarik mungkin agar penonton tidak memiliki rasa bosan ketika melihat konten tersebut. Hasil riset menyatakan kebanyakan responden yaitu 39 responden dengan persentase (39%) memakai aplikasi yaitu *TikTok* selama 6 sampai 10 kali perhari presentase

tersebut menyatakan kebanyakan responden ada pada kategori “Lama” pada saat menggunakan aplikasi *TikTok*, sedangkan 46 responden dengan persentase 46% memakai aplikasi *TikTok* dengan durasi 30 menit hal ini menyatakan bahwa kebanyakan responden ada pada kategori “Cukup Lama” dalam penggunaan aplikasi itu. Pada grafik perhatian, sebagian besar responden menyatakan tertarik dengan aplikasi “*TikTok*”, sebanyak 55 responden atau 55% dari minat mereka terhadap aplikasi tersebut. Berdasarkan penelitian tersebut peneliti menarik kesimpulan bahwa aplikasi “*TikTok*” berpengaruh sebesar 41,6 persen terhadap tingkat kreativitas remaja Surabaya, penggunaan *TikTok* dapat mempengaruhi tingkat kreativitas remaja Surabaya (Priandodo, 2018) .

Saat ini tidak hanya *TikTok* saja yang sedang ramai di kalangan masyarakat namun ada aplikasi media sosial lain yang sedang marak digunakan dan banyak peminat di masyarakat yaitu Instagram. Menurut (Atmoko Dwi, 2012) Instagram adalah suatu aplikasi yang dapat di download melalui *smartphone* kemudian dengan cara memasukkan email dan *password* setelah itu login dan disitu sangat mudah untuk mengakses berbagai macam foto dan video. Disana kita juga dapat mengupload semua foto dan video dengan menggunakan kata-kata yang diinginkan. Instagram juga dapat meningkatkan inovasi dan kita dapat berkreasi sendiri dengan memanfaatkan fitur yang ada seperti filter wajah yang dapat membuat foto kita terlihat menjadi lebih indah. Selain itu kita juga bisa mendapatkan informasi melalui aplikasi tersebut. Instagram adalah suatu aplikasi media sosial yang memiliki fitur yang hampir mirip dengan *Twitter*, ada beberapa perbedaan yang terletak pada pengambilan foto dalam bentuk atau sebagai wadah untuk membagi informasi terhadap pemakainya. Instagram dapat pula memberikan inspirasi bagi pemakainya serta dapat mengasah kreativitas, karena Instagram memiliki fitur yang dapat memperindah foto membuat foto lebih aesthetic dan bagus.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif. Pada penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu satu variabel dependen dan dua variabel independen. Variabel dependen pada penelitian ini yaitu prokrastinasi akademik, sedangkan variabel independen pada penelitian ini yaitu intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dan intensitas penggunaan media sosial Instagram. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *purposive sampling*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa/i fakultas psikologi angkatan 2018, 2019, 2020 dan 2021 Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan penentuan sampel menggunakan rumus slovin dengan jumlah populasi ± 1.279 didapat sampel minimal sebanyak 93 responden. Dalam hal ini kriteria yang diinginkan peneliti yaitu mahasiswa/i S1 Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2018, 2019, 2020 dan 2021 yang menggunakan media sosial aktif Instagram dan *TikTok*.

Metode dan alat pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala yang di ukur dengan menggunakan instrumen skala *likert* dengan bantuan *google form* yang mengungkap prokrastinasi akademik, intensitas penggunaan *TikTok* dan intensitas penggunaan Instagram. Skala *likert* terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangat sesuai. Menurut (Sugiyono, 2016) skala *Likert* adalah skala yang dapat mengukur sikap, dan pendapat dari seseorang atau sekelompok orang tentang kejadian sosial yang berisi pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*). Peneliti menggunakan skala prokrastinasi akademik yang di modifikasi oleh peneliti berdasarkan skripsi yang ditulis oleh Novitasari (2017) . Peneliti menggunakan skala intensitas penggunaan media sosial yang di modifikasi oleh peneliti berdasarkan skripsi yang ditulis oleh Saputra (2020) . Untuk mengetahui validitas instrument penelitian ini peneliti melakukan *expert judgement* kepada beberapa rater atau orang yang memahami variabel penelitian ini yaitu merupakan 3 orang dosen Fakultas Psikologi UMS untuk melakukan penilaian terkait dengan kesesuaian aitem skala sebelum disebarkan kepada responden. Setelah *expert judgment* kemudian dilakukan perhitungan validitas *Aiken* menggunakan program *Ms Excel*, validitas pada item yang memiliki nilai lebih besar atau sama dengan 0,75 ($\geq 0,75$) maka valid di gunakan menjadi alat ukur penelitian karena memiliki kriteria validitas yang tinggi (Azwar, 2012).

Peneliti melakukan uji asumsi dan analisis data untuk menguji hipotesis penelitian ini. Tahap pertama yaitu melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas yaitu gunanya untuk mengetahui apakah distribusi tersebut normal atau tidak normal dengan menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. syarat terpenuhinya uji normalitas yaitu apabila memiliki nilai signifikansi $> 0,05$. Teknik analisis yang digunakan adalah *independent sample t-test*. Tujuan menggunakan *independent sample t-test* yaitu untuk membandingkan apakah ada perbedaan dari intensitas penggunaan *TikTok* dan intensitas penggunaan Instagram terhadap prokrastinasi akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

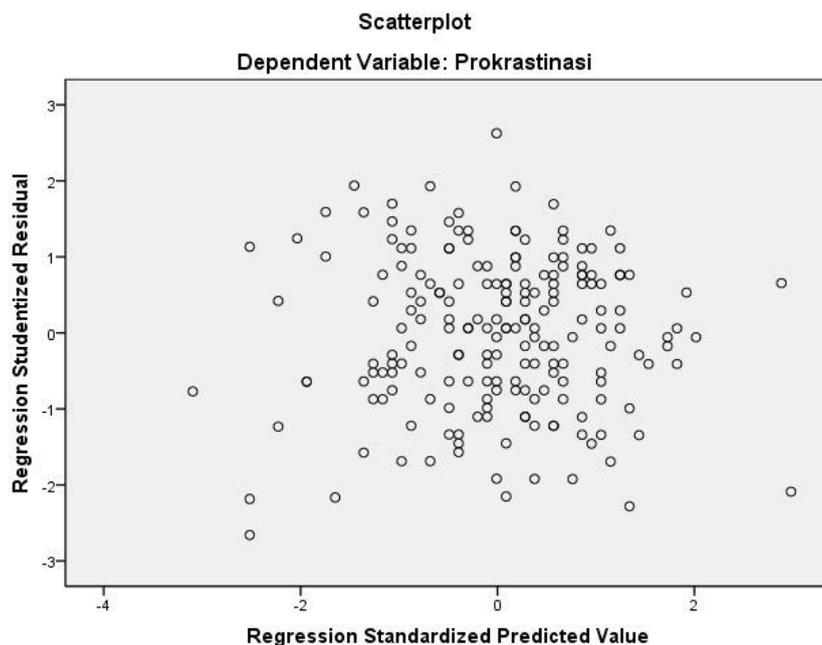
3.1 Hasil

Penelitian ini melibatkan 194 responden Mahasiswa Psikologi UMS angkatan 2018, 2019, 2020, 2021. Penelitian menggunakan bantuan program computer *SPSS (Statistical Package for Social Sciences)* for windows. Dimana akan dilakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* dan akan dilanjutkan dengan analisis uji *sample T-test*. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya dari sebaran variabel intensitas penggunaan media sosial dengan prokrastinasi akademik menggunakan *Kolmogorov-Smirnov Z* apabila $p > 0,05$ persebaran akan dikatakan normal, begitupun apabila $p < 0,05$ dikatakan tidak normal. Sebelum dilakukan uji hipotesis akan dilakukan uji asumsi terlebih dahulu, sebagai berikut:

Tabel 1. Uji Normalitas

Variabel	N	Kolmogorov-Smirnov Z	Asym Sig. (2-tailed)	Distribusi Data
Prokrastinasi Akademik	194	1,287	0,073	Normal
Intensitas Penggunaan Media Sosial	194	0,789	0,562	Normal

Hasil uji normalitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa kedua variabel yang diteliti berkontribusi dengan normal yang artinya sebaran variabel tersebut dikatakan normal karena $p > 0,05$. Hal ini berdasarkan pada hasil uji normalitas yang tertera pada tabel *One-Sample Kolmogrov-Smirnov Test* dengan Sig (2-tailed) dimana variabel prokrastinasi akademik memperoleh P sebesar 0,073 ; variabel intensitas penggunaan media sosial memperoleh P sebesar 0,789.



Gambar 1. Heterogenitas

Gambar menunjukkan bahwa titik-titik tersebut tersebar di antara 0 garis dan tidak membentuk pola tertentu. Oleh karena itu kesimpulan berdasarkan pengujian dengan uji scatterplot dalam penelitian ini tidak terdapat heteroskedastisitas pada model regresi sederhana.

Selanjutnya uji beda dianalisa dengan *Independent sample T-test* mengingat terkait hipotesis yaitu “ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan *Instagram*”. Keputusan jika nilai *sig (2-tailed)* $> 0,05$ maka hipotesis diterima yang berarti “ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan *Instagram*”. Sebaliknya, nilai *sig (2-tailed)* $< 0,05$ maka ditolak, yang berarti “Tidak ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan *Instagram*”.

Tabel 2. Kategorisasi Variabel

Variabel	Rerata Hipotetik	Rerata Empirik	Kategorisasi
Prokrastinasi Akademik Tiktok	57,5	65,13	Tinggi
Prokrastinasi Akademik Instagram	57,5	51,71	Sedang

Berdasarkan hasil perhitungan kategorisasi yang terdapat di lampiran diperoleh hasil mean hipotetik untuk mengetahui rentang skor kategorisasi dan mean empirik untuk mengetahui letak kategorisasi, berdasarkan hasil perhitungan diperoleh pada variabel prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* berada pada kategori yang tinggi sedangkan pada variabel prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan Instagram berada pada kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *tiktok* lebih mempengaruhi prokrastinasi akademik dibanding intensitas penggunaan Instagram.

Selanjutnya uji beda dianalisa dengan *Independent sample T-test* mengingat terkait hipotesis yaitu “ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan Instagram”. Keputusan jika nilai *sig (2-tailed) > 0,05* maka hipotesis diterima yang berarti ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan Instagram. Sebaliknya, nilai *sig (2-tailed) < 0,05* maka ditolak, yang berarti “Tidak ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *Tiktok* dan Instagram”.

Tabel 3. Output Group Statistics

		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Prokrastinasi Akademik	Tiktok	98	65,13	10,418	1,052
	Instagram	96	51,71	10,248	1,046

Sesuai tabel tersebut berdasarkan prokrastinasi akademik terhadap intensitas penggunaan *tiktok* terdapat mean 65,13 dan prokrastinasi akademik terhadap intensitas penggunaan Instagram terdapat mean 51,71. Sehingga terjadi perbedaan prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* dan Instagram sebesar mean 13,42. Selanjutnya untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan signifikan atau tidak maka digunakan output *independent T-test* berikut:

Tabel 4. Output Independent T-test

Variabel	t	Signifikasi	Mean	
			Tiktok	Instagram
Prokrastinasi Akademik	-9,046	0,000	65,13	51,71

Tabel 4 diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik ditinjau dari intensitas penggunaan media sosial. Intensitas penggunaan *tiktok* yang lebih tinggi dibandingkan dengan intensitas penggunaan *Instagram*. diketahui bahwa nilai *Sig. (2-tailed)*

sebesar $0,000 < 0,05$ hal tersebut berarti hipotesis diterima dan dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik ditinjau dari intensitas penggunaan *tiktok* dan instagram, terbukti pada analisis deskriptif yang telah dilakukan di dapat nilai mean 65,13 pada intensitas penggunaan *tiktok*. Dan mean 51,71 pada intensitas penggunaan Instagram.

3.2 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* dan intensitas penggunaan instagram pada mahasiswa Fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2018, 2019, 2020 dan 2021. Ditinjau dari hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* terdapat mean 65,13 dan intensitas penggunaan Instagram terdapat mean 51,71 dengan *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$, Sehingga terjadi perbedaan prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* dan Instagram sebesar 13,42. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji *independent t-test* dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan *tiktok* dan prokrastinasi akademik pada intensitas penggunaan instagram. Instagram adalah platform yang berfokus pada berbagi gambar. Pengguna dapat mengunggah gambar ke akun mereka, dan pengguna lain dapat menyukai gambar tersebut, memberikan komentar, atau membaginya dengan orang lain. Dalam temuan penelitian lainnya Wahyuni (2021), terdapat hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial Instagram dengan perilaku prokrastinasi akademik. Dibandingkan dengan Instagram, *Tiktok* lebih fokus ke video yang durasinya 15-60 detik. Video di *Tiktok* berkisar dari pengguna yang berbicara di depan kamera hingga konten yang rumit berdasarkan Gerakan tarian. Mirip dengan Instagram, *Tiktok* memungkinkan konten bersponsor, meskipun saat ini lebih jarang daripada di Instagram (Haenlin, et al., 2020).

Intensitas penggunaan media sosial menunjukkan seberapa besar perhatian dan minat yang diterima seseorang ketika menggunakan media sosial. Dapat dilihat berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menggunakan media sosial. Penggunaan media sosial didasarkan pada Uses and Rewards Theory (UGT). Teori UGT menjelaskan bahwa penggunaan media sosial didasarkan pada keinginan untuk memuaskan kepuasan atau kebutuhan pengguna. Kebutuhan atau keinginan yang berhubungan dengan tujuan penggunaan media sosial (Sartika, 2019). Sesuai dengan pendapat dari Del Bario (dalam Erma, 2012) intensitas penggunaan media sosial terdapat 4 aspek yaitu Perhatian, Penghayatan, Durasi, dan Frekuensi. Menurut (Prayoga & Akmal, 2014) terdapat faktor yang mempengaruhi intensitas penggunaan media sosial yaitu a) media sosial dapat menjadi wadah untuk menampilkan kreatifitas seseorang yang di kehidupan nyata tidak memiliki ketrampilan, sehingga media sosial dapat menjadi sarana bagi orang yang tidak memiliki ketrampilan di dunia nyata maka dapat berkreasi melalui media sosial; b) kecemasan yang dialami oleh mahasiswa memiliki ketergantungan untuk selalu bersosialisasi menggunakan media sosial, dikarenakan mahasiswa tidak

memiliki rasa peraya diri ketika harus berhadapan langsung dengan orang lain di dunia nyata. Dalam penelitian sebelumnya, Nugrahani (2021) menemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial di Tiktok dan prokrastinasi akademik berhubungan positif, artinya peningkatan intensitas penggunaan media sosial di Tiktok berhubungan dengan peningkatan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, penurunan intensitas penggunaan media sosial di Tiktok mengikuti penurunan prokrastinasi akademik siswa.

Hasil penelitian sejalan dengan Arrazzaqu (2019) yaitu hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan keterlambatan akademik. Artinya semakin banyak media sosial yang digunakan maka semakin tinggi pula perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi Muliskah et al (2018) yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Rozgonjuk et al (2018) juga mengklaim bahwa siswa menunda-nunda dalam mengerjakan tugas karena sering menggunakan media sosial. Namun pada penelitian ini terdapat nilai perbedaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menggunakan *tiktok* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menggunakan Instagram. Perbedaan yang dimaksud yaitu intensitas penggunaan *tiktok* lebih tinggi dari intensitas penggunaan Instagram karena pada aplikasi *tiktok* banyak disediakan video sehingga seseorang dapat mengakses banyak video dengan durasi 1-3 menit yang menyebabkan terjadinya intensitas yang lebih tinggi daripada penggunaan Instagram, karena fitur yang ada di Instagram lebih banyak menyajikan foto dibanding video sehingga saat mengakses Instagram durasinya tidak terlalu lama, maka dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *tiktok* lebih tinggi dibanding dengan intensitas penggunaan Instagram.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan *tiktok* lebih mempengaruhi prokrastinasi akademik dibanding dengan intensitas penggunaan Instagram. Dapat dikatakan bahwa dalam penelitian ini tujuan yang diharapkan dapat tercapai dan hipotesis dapat dibuktikan dengan baik dengan hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menggunakan *tiktok* dan Instagram.

Saran untuk mahasiswa diharapkan dapat lebih pandai dalam mengelola waktu saat mengakses media sosial dengan cara memberikan batasan waktu, serta aktivitas lain dan dapat lebih mengutamakan tugasnya terlebih dahulu agar dapat terselesaikan tepat waktu dan tuntas. Mahasiswa juga dapat menggunakan media sosial untuk memperbanyak ilmu, seperti menonton video yang dapat mengedukasi. Dan bukan hanya sebagai hiburan saja. Saran untuk peneliti selanjutnya mengoptimalkan penelitian menggunakan variabel lain yang berkaitan dengan prokrastinasi dari variabel media sosial lain yang lebih terfokuskan seperti *Whatsaap, Twitter, Line*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abugaza, A. (2013). *Sosial Media Politika*. Jakarta: Tali Writing Publishing House.
- Andrawati, L. (2016). Citra Diri Ditinjau Dari Intensitas Penggunaan Media Jejaring Sosial Instagram Pada Siswa Kelas XI SMAN 9 Yogyakarta. *Yogyakarta: UNY*.
- Aprinta Gita, E. B. (2017). Aprinta Gita, E. B., Dwi Errika, S.W. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Kepekaan Sosial di Usia Remaja. *The Messenger. Vol 9. No 1. .*
- Arumsari, A. D. (2017). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja. *Skripsi Universitas Narotama Surabaya*.
- Atmoko Dwi, B. (2012). Instagram Handbook Tips Fotografi Ponsel. *Jakarta: Media kita .*
- Augusta, G. (2018). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Malau Motivasi Belajar. *Skripsi, S.Pd, Universitas Sanata Dharma Yogyakarta*.
- Basri, A. Said Hasan;. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas . *HISBAH: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam Vol. 14, No. 2, Desember 2017 .*
- Cahyono, A. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. *Jurnal Publiciana, 9(1), 140-157*.
- D, R., M, K., & K, T. (2018). Social Media Use In Lectures Mediates The Relationship Between Procrastination And Problematic Smartphone Use . *Computers In Human Behavior, 89, Https://Doi.Org/10.1016/J.Chb.2018.08.003 , 191– 198*.
- Erma, A. (2012). Hubungan Antara Intensitas Menonton Sinetron Televisi Terhadap Perilaku Imitasi Gaya Hidup Artis Para Remaja. *Skripsi*.
- Ferrari, J. J. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. *Springer Science & Business Media. .*
- Ganistyara, V. (2017). Pengaruh Intensitas Penggunaan Aplikasi Instagram terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 3 Salatiga. . *Institutional Repository, (2017). Retrieved from hto://repository.uksw.edu/handle/123456789/14354 .*
- Haenlin, M., Anadol, E., Farnsworth, T., Hugo, H., Hunichen, J., & Welte, D. (2020). Navigating the New Era of Influencer Marketing: How To Be Successful on Instagram, Tiktok, & Co. *California Management Review 2020, Vol. 63(1), 5-25*.
- Hervani, S. G. (2016). Penggunaan Sosial Media Dan Dampak Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta Angkatan 2013. *E-Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 2, 62–69. .*
- Imron, R. M. (2018). *TikTok Jadi Aplikasi Terbaik di Play Store*. Retrieved from <https://inet.detik.com/mobileapps/d4329137/tiktok-jadi-aplikasiterbaik-di-play-store>.
- J. B., B., & L. M., Y. (2018). Procrastination: Why You Do It, What to Do About I Know. .
- Jatira, Y. &. (2021). Fenomena Stress Dan Pembiasaan Belajar Daring Dimasa Pandemi Covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(1), 35–43. Https://Doi.Org/10.31004/Edukatif.V3i1.187, 35–43*.
- Kemp, & Simon. (2019, November 25). <https://wearesocial.com/blog/2019/01/digital-2019-global-internetuseaccelerates> . Retrieved from Digital 2019: Global Internet Use Accelerates. [Wearesocial.com](https://wearesocial.com).
- McQuail, D. (2002). *Teori Komunikasi Massa*. Jakarta: Erlangga.

- Muliskah, Mulawarman, & A, A. (2018). Social Media User Students' Academic Procrastination. . *Journal Bimbingan Dan Konseling*, *Vii(2)*, <https://www.researchgate.net/publication/335309904> , 53–57.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Ceounsellia*, *Volume 8 No.1.*, 45-52.
- Neidi , A. W. (2019). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa . *Acta Psychologia*, *Volume 1 Nomor 2*, 97-105.
- Nugrahani, S. S. (2021, Desember). Retrieved from <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/86695/Hubungan-Intensitas-Penggunaan-Media-Sosial-Tiktok-dengan-Prokrastinasi-Akademik-Peserta-Didik-di-SMA-Negeri-2-Klaten>.
- Nuryadi, A., & Ginting , A. A. (2017). Self Control Dan Self Efficacy Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Adiraga 3 (2)*, *November 2017- 35* , 35.
- Prianbodo, B. (2018). Pengaruh “TikTok” Terhadap Kreativitas Remaja Surabaya. *Surabaya: Stikosa-Aws*.
- Rizki, A. I. (2017). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Harga Diri. *Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Rozalia, F. (2017). Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah dasar. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD Vol.5, No.2* , Halaman 722-731.
- Saraswati, P. (2017). Strategi Self Regulated Learning Dan Prokrastinasi Akademik Terhadap Prestasi Akademik . *INTUISI JURNAL PSIKOLOGI ILMIAH* .
- Solomon, L. &. (1984). Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*, *31*, 504-10.
- Sugiyono. (2014). Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta .
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Sulianta, F. (2015). Keajaiban Sosial Media. . *Jakarta: PT Elex Media Komputindo* .
- Syifa. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *10(1)*, 83.
- Wahyuni , S. (2021). *Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling di universitas negeri malang*.
- Walojo, D. (2017). Pengaruh Inensitas Penggunaan Media Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas VII di SMPN 1 Plosoklaten Kediri. *Simki-Pedagogia. Vol.01. No.03.* .
- Wolters, C. A. (2003). Understanding Procrastination from a Selfregulated Learning Perspective. *Journal of Educational Psychology*, *95*, 179 –187. .
- Y, S. N. (2019). *Pengaruh Efikasi Diri, Status Sosial Ekonomi Orang Tua, Dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Konsumsi Mahasiswa Di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. Yogyakarta: Tidak diterbitkan.
- Yulianto, M. (2017). Penggunaan Media sosial Instagram Dalam Pembentukan Indentitas Diri Remaja. *Universitas Diponegoro*.

- Yuni, P. C. (2002). Hubungan Interaksi Penggunaan Smartphone dengan Displin Belajar Siswa. *Jurnal pendidikan Sosiologi*, Halaman 3-5 .
- Zuraida. (2017). 'Hubungan prokastinasi akademik dengan prestasi belajar pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Potensi Utama. *Kognisi Jurnal*, 2(1), 30-41.