

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% bermalas-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 *smarthphone*

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 di 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 *memanagement* 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 bermalasan, 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 dibilang 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 bermalas-malasan 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.

Pada penelitian ini dikuatkan oleh penelitian yang dilaksanakan oleh Ganistyara (2017) yaitu terdapat pengaruh positif dan signifikan antara intensitas penggunaan aplikasi instagram terhadap prokrastinasi akademik dengan pengaruh yang kecil sebesar 2,2%. Hervani (2016) menyatakan setidaknya 86,20% perilaku prokrastinasi akademik disebabkan oleh penggunaan media sosial. Oleh karena itu media sosial dapat dijadikan sebuah wadah untuk meningkatkan popularitas individu. Salah satu yang biasa digunakan oleh masyarakat untuk *mengeksplorasi* dirinya adalah Instagram, dapat diartikan Instagram bisa digunakan untuk meningkatkan harga diri. Instagram merupakan salah satu dari sekian banyak media sosial yang sedang digandrungi oleh masyarakat terutama di kalangan mahasiswa yang pasti sudah familiar dengan aplikasi ini. Melalui Instagram kita dapat membagikan berbagai kegiatan yang kita lakukan melalui *instastory*, mengupload foto maupun video pribadi kita melalui *post feed* di Instagram pribadi kita, bahkan banyak fitur-fitur baru seperti foto menggunakan filter, kemudian melakukan siaran langsung. Survei menyatakan bahwa “Instagram termasuk media sosial yang sangat banyak peminatnya kedua, dengan persentase 59% pengguna online berusia 18-29 tahun” (Yulianto, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan pengguna Instagram adalah sebagian besar merupakan remaja hingga dewasa yang sedang berada pada usia yang produktif.

Menurut Kartono, (Yuni,dkk, 2002) mengungkapkan bahwa intensitas yaitu besar serta kekuatan suatu kelakuan, jumlah antusiasme yang dibutuhkan untuk menghidupkan salah satu panca indra, ukuran raga dari kekuatan atau alat indra. Intensitas adalah persentasi kekerapan seorang saat mengerjakan sesuatu (Rozalia, 2017). Pendapat lain yang disampaikan oleh Mukholifah (2016) intensitas juga dapat ditafsirkan sebagai suatu tahap usaha yang dilakukan seseorang untuk mengerjakan aktivitas dalam kurun waktu tertentu. Menurut Tubbs & Moss (1983) mengungkapkan bahwa intensitas ialah suatu momen yang dipengaruhi oleh waktu.

Suatu momen yang cenderung untuk diketahui dengan waktu tertentu. Menurut (Prayoga & Akmal, 2014) terdapat beberapa faktor yang dapat 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 berinteraksi secara langsung dengan orang lain di dunia nyata. Serta Terdapat empat aspek yang mempengaruhi Intensitas penggunaan media sosial menurut Bario (dalam Andrawati: 2016) yaitu aspek perhatian yang di dapat dari luar, aspek penghayatan dari dalam diri sendiri ketika menggunakan media sosial, aspek durasi penggunaan media sosial, dan aspek frekuensi banyaknya yang diakses dalam media sosial.

Berdasarkan uraian dapat ditarik kesimpulan bahwa Intensitas merupakan berapa banyaknya kualitas keseriusan yang dilakukan oleh seseorang saat mengerjakan suatu aktivitas dan juga menggunakan seluruh kesanggupan yang dimiliki oleh seseorang secara terus menerus guna mendapatkan hasil yang maksimal.

Media sosial seperti *TikTok* dan Instagram dapat memberikan dampak positif diantaranya dapat menambah banyak wawasan yang dapat dicari dengan mudah melalui internet, menambah pengetahuan yang sebelumnya belum pernah dimenegerti atau masih awam, dapat juga mengakses berita dengan cepat, namun media sosial juga dapat menimbulkan dampak yang negatif untuk yang menggunakannya karena dapat membuat mahasiswa menggunakan banyak waktunya hanya untuk mengakses media sosial yang menyebabkan ia menunda menyelesaikan pekerjaannya dan tugas karena adanya kesenangan yang didapat saat mengakses media sosial terlalu lama. Dampak negatif lain yang di dapat yaitu mahasiswa tidak dapat mengatur dan membagi waktu saat kuliah dan pekerjaan lainnya, media sosial yang digunakan secara tidak terkontrol atau berlebihan akan mengakibatkan mahasiswa malas jika harus melakukan aktivitas yang lain yang harusnya dikerjakan terlebih dahulu dan lebih penting dilakukan daripada membuka sosial media karena menganggap bahwa membuka dan bermain media sosial merupakan kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan. Adapun dampak lain yang akan didapatkan bagi mahasiswa yang terlalu senang saat mengakses media sosial ini akan memicu timbulnya rasa malas dan menunda pekerjaan atau yang sering disebut dengan prokrastinasi. Sebab itu, sangat disarankan untuk pentingnya mengelola jadwal yang berhubungan dengan aktivitas di saat jam kuliah ataupun pekerjaan lainnya.

Rumusan masalah yang diambil dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat perbedaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa ditinjau dari intensitas penggunaan *TikTok* dan Instagram?

Tujuan yang diharapkan dari hasil penelitian ini yaitu untuk mengetahui tingkat perbedaan prokrastinasi akademik pada mahasiswa ditinjau dari intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dan Instagram.

Manfaat dari penelitian ini yaitu sebagai pijakan literatur untuk penelitian selanjutnya yang memiliki hubungan dengan intensitas penggunaan media sosial *TikTok* dan Instagram dengan prokrastinasi akademik. Serta dapat menambah pengetahuan dan menambah pengalaman langsung mengenai perbandingan intensitas pemakai media sosial *TikTok* dan Instagram dengan prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini dapat juga sebagai wahana menambah pengetahuan dan keilmuan mengenai tingkat penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik.

Sesuai dengan rumusan masalah dan tinjauan teoritis maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada perbedaan prokrastinasi akademik antara mahasiswa yang menggunakan *TikTok* dan Instagram