

HUBUNGAN ADIKSI INTERNET DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA REMAJA DI MA NEGERI SE-KOTA SERANG

Nur Hasanah Apriany¹, Meilla Dwi Nurmalia², Arga Satrio Prabowo³
nrhasanahapriany@gmail.com¹, meilladwinurmalia@untirta.ac.id²,
argasatrio@untirta.ac.id³

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa

Abstract

The purpose of this research was to determine the relationship between internet addiction and academic procrastination among adolescents in State MA Negeri in Serang City. This study used a quantitative approach with a correlational type. This study involved 1830 adolescents who were in class XII of the State MA Negeri in Serang City. A total of 330 students were sampled through probability sampling method, using simple random technique. Data were collected through questionnaires and scale measurements using Likert scales for internet addiction and academic procrastination variables. The results of data analysis showed a simple correlation with a significance value of $(0.000 < 0.05)$, which indicates that the variable of internet addiction is related to the variable of academic procrastination in State MA Negeri in Serang City. The correlation value uses Karl Pearson product moment correlation, the correlation value reaches 0.636. This indicates that the internet addiction variable and the academic procrastination variable have a positive relationship, with higher levels of internet addiction indicating higher academic procrastination, and conversely, lower levels of internet addiction indicating lower academic procrastination.

Keywords: Internet Addiction, Academic Procrastination, Adolescents.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan seberapa besar hubungan antara adiksi internet dan prokrastinasi akademik remaja di MA Negeri se-Kota Serang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Penelitian ini melibatkan 1830 remaja yang berada dikelas XII dari MA Negeri Kota Serang. Sebanyak 330 siswa menjadi sampel melalui metode probability sampling, menggunakan teknik simple random. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran skala menggunakan skala likert untuk variabel adiksi internet dan prokrastinasi akademik. Hasil analisis data menunjukkan korelasi sederhana dengan nilai signifikansi $(0.000 < 0.05)$, yang menunjukkan bahwa variabel adiksi internet berhubungan dengan variabel prokrastinasi akademik di MA Negeri se- Kota Serang. Nilai korelasi menggunakan korelasi product moment Karl Pearson, nilai korelasi mencapai 0.636. Hal ini menunjukkan bahwa variabel adiksi internet dan variabel prokrastinasi akademik memiliki hubungan yang positif, dengan tingkat adiksi internet yang lebih tinggi menunjukkan prokrastinasi akademik yang lebih tinggi, dan sebaliknya, tingkat adiksi internet yang lebih rendah menunjukkan prokrastinasi akademik yang lebih rendah.

.Kata Kunci: Adiksi Internet, Prokrastinasi akademik, Remaja

PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi setiap tahun, tidak lepas dari peran orang-orang cerdas yang meluangkan waktu serta tenaga untuk selalu belajar. Penemuan yang diciptakan oleh para ahli sangat berguna bagi kebutuhan manusia, yaitu untuk mempermudah individu dalam melakukan berbagai aktivitas. Kemudahan yang ditawarkan dengan adanya teknologi yang semakin canggih salah satunya tidak terlepas dengan hadirnya smartphone saat ini. Smartphone adalah telepon genggam yang mempunyai keahlian tingkat tinggi, bahkan dapat melakukan tugas yang sama dengan komputer.

Smartphone saat ini tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi secara konvensional, seperti telepon dan sms, tetapi juga dilengkapi dengan fitur baru yang mempermudah mobilitas masyarakat (Yasan & Yildirim, 2018). Saat ini hampir semua kalangan memiliki smartphone masing-masing, baik anak-anak maupun orang dewasa. Terutama pelajar, baik itu siswa maupun mahasiswa untuk mencari sumber belajar melalui smartphone yang terhubung dengan jaringan internet.

Pengguna internet di Indonesia saat ini mengalami peningkatan tahunan yang signifikan. Pada tahun 2022 sekitar 77,02% penduduk Indonesia menggunakan internet, dan mengalami kenaikan pada tahun 2023 sekitar 78,19%. Hal itu disampaikan oleh Muhammad Alif, selaku ketua Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Peningkatan ini sangat mengesankan, dibandingkan tahun sebelumnya, hanya berkisar 175 juta sebelum pandemi. Menurut data APJII terbaru, pengguna internet di Indonesia mencapai sekitar 215 juta pada tahun 2022. Hal ini akan terus meningkat setiap tahun, dan peningkatannya sekitar 35 juta pengguna internet di Indonesia.

Masyarakat di Indonesia dalam menggunakan smartphone, menghabiskan waktu selama 2 jam 30 menit setiap harinya (Warisyah, 2015). Penggunaan internet yang berlebih pada remaja mempengaruhi aktivitas remaja sehari-hari dan mengubah pola perilaku, seperti kecanduan dan penundaan. Mereka kehilangan perhatian pada kehidupan nyata karena mereka lebih fokus pada kehidupan virtualnya, yaitu berkomunikasi melalui akun media sosial daripada berbicara secara langsung (Agusta, 2016). Pertama kali istilah "adiksi internet" atau "kecanduan internet" digunakan, dan hasil penelitian tersebut dipresentasikan di American Psychological Association (APA) pada tahun 1996. Penelitian tersebut menyelidiki lebih dari 600 kasus individu yang aktif menggunakan internet yang menunjukkan tanda-tanda klinis kecanduan yang dinilai berdasarkan kriteria yang diubah dari DSM V untuk mengevaluasi judi patologis (Young, 2017).

Kecanduan internet menjadi fenomena baru di Masyarakat dan banyak yang tidak menyadari bahwa mereka telah kecanduan internet. Menurut Young, awalnya pengguna internet secara aktif memilih aktivitas online untuk memenuhi kebutuhan mereka, seperti hiburan, informasi, interaksi sosial, dan isolasi. Salah satu keuntungan internet adalah menjadikan semua aktivitas manusia mudah dilakukan. Akan tetapi aktivitas yang baik juga dapat berdampak negatif pada penggunaannya, jika dilakukan terlalu banyak dan tanpa pengawasan, terutama bagi remaja atau siswa sekolah. yaitu mengalami kemarahan guru, bangun terlalu cepat, dan mendapatkan nilai akademik yang buruk.

Penggunaan internet secara berlebihan dapat menimbulkan turunya produktivitas sebagai siswa salah satunya menunda-nunda untuk mengerjakan tugas sekolah yang dikenal dengan istilah prokrastinasi akademik. Menurut (Tuckman dalam Sitorus, 2022) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai pola perilaku yang berdampak serius pada siswa dan kehidupan akademik mereka dengan waktu yang dibatasi. Salah satu jenis kemalasan siswa dalam lingkungan akademik adalah prokrastinasi akademik (Suryadi dan Ilyas, 2017).

Menurut Bernard, faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu pleasure seeking atau mencari kesenangan (Catrunada, dalam Julyanti & Aisyah 2015). Dimana seseorang memilih untuk tidak mengerjakan tugas terlebih dahulu. Karena remaja tersebut merasa tugasnya sulit untuk dikerjakan atau waktu pengumpulannya masih terlalu lama. Berdasarkan fenomena seperti

yang disebutkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Adiksi Internet dengan Prokrastinasi Akademik Pada Remaja di MA Negeri Se-Kota Serang”.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian korelasi. Pendekatan korelasional memiliki tujuan untuk menemukan hubungan antara kedua variabel tersebut yaitu variabel X (adiksi internet) dan variabel Y (prokrastinasi akademik). Penelitian ini menggunakan sampel random simple sampling sebagai metode probability sampling yang berjumlah 330 peserta didik dari total populasi berjumlah 1830 orang. Menurut (Sugiyono, 2019), instrumen pengukuran dan data dikumpulkan melalui kuesioner atau angket. Adapun model jawaban digunakan yaitu menggunakan model *skala Likert* pada variabel adiksi internet dan variabel prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uji validitas isi yang dilakukan oleh professional judgement dan uji validitas konstruk, didapatkan hasil dengan bantuan program Microsoft Office Excel 2013 menggunakan rumus *product moment pearson*. Selanjutnya, uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 22, menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Keputusannya adalah bahwa item dianggap reliabel jika nilai alphanya lebih dari $> 0,6$ dan jika nilai alphanya $< 0,6$ item tersebut dianggap tidak reliabel. Berikut hasil kategorisasi dari perskoringan:

Tabel 1
Hasil Kategorisasi Adiksi Internet

NO	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	53	16.1%
2	Sedang	272	82.4%
3	Tinggi	5	1.5%
Total		330	100%

Tabel 2
Hasil Kategori Prokrastinasi Akademik

NO	Kategori	Frekuensi	Presentase
1	Rendah	68	20.6%
2	Sedang	258	78.2%
3	Tinggi	4	1.2%
Total		330	100%

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengambilan data penelitian dilakukan Agustus-September 2023. Jumlah sampel penelitian yaitu 330 responden. Sebaran data ini diuji dengan metode Kolmogorov-Smirnov untuk uji normalitas. Menurut hasil uji normalitas yang dilakukan pada penelitian ini, variabel adiksi internet dengan variabel prokrastinasi akademik memiliki nilai $p = 0.200$ ($p > 0,05$), yang berarti sebaran pada kedua variabel tersebut dapat dikatakan normal.

Uji linieritas, di sisi lain, digunakan untuk menentukan linieritas hubungan antara variabel dependen dan variabel independen. Hasil uji linieritas variabel adiksi internet dengan prokrastinasi akademik berdasarkan nilai sig defiation from linearty yang didapatkan sebesar 0.395, dimana nilainya lebih besar dari nilai taraf signifikansi ($\alpha = 0.05$). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel adiksi internet dan variabel prokrastinasi akademik berdasarkan nilai sig

defiation from linearty, memiliki hubungan yang linear.

Uji korelasi dilakukan untuk memastikan hubungan signifikan antara variabel adiksi internet dengan variabel prokrastinasi akademik. Uji korelasi pada penelitian ini menggunakan SPSS 22 for windows, untuk melakukan analisis korelasi Pearson Product-Moment. Hasil pengujian hipotesis penelitian ini ditunjukkan dalam tabel korelasi Pearson Product-Moment di bawah ini.:

Tabel 3
Hasil Uji Korelasi

Variabel	Pearson Correlation Product Moment	Ket
Adiksi Internet vs Prokrastinasi akademik	0.636	Berkorelasi

Berdasarkan tabel 4.10 hasil uji korelasi penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi ($p = 0.000$) yang artinya hipotesis penelitian diterima karena nilai signifikansi ($p < 0.05$). Sementara nilai pearson correlation ($r = 0.636$), maka nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan/korelasi yang positif, serta nilai korelasi tersebut masuk kedalam kategori kuat karena berada dalam jangkauan $0.60 - 0.799$. Kesimpulan dari hasil uji korelasi yang didapat yakni terdapat hubungan positif dan signifikan antara variabel adiksi internet dengan variabel prokrastinasi akademik pada remaja di MA Negeri se-Kota Serang. Hubungan positif ini menunjukkan apabila tingkat adiksi internet tinggi, maka tingkat prokrastinasi akademik pada remaja pun tinggi, dan sebaliknya jika tingkat adiksi internet rendah maka tingkat prokrastinasi akademik pada remaja pun rendah. Penggunaan internet yang berlebihan akan berdampak pada kecanduan atau addiction. Sumbangan efektif dari adiksi internet terhadap prokrastinasi akademik sebesar 40.5%, sedangkan 59.5% berasal dari faktor lain yang tidak terungkap dalam penelitian ini.

Faktor lain tersebut berasal dari faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor internal bisa berasal dari kondisi psikologis lainnya, kondisi fisik, tidak bisa manajemen waktu dengan baik, kurang minat terhadap salah satu mata pelajaran, dan suasana hati yang buruk (mood) yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik. Menurut Catrunada menganggap bahwa tugas yang membutuhkan kemandirian dapat menyebabkan prokrastinasi yang tinggi karena kontrol diri yang buruk (Ursia dkk, dalam Parastiara & Yoenanto, 2022). Menurut penelitian lain, kontrol diri yang buruk merupakan bagian dari faktor internal yang menyebabkan prokrastinasi akademik (Ferrari dkk., 1995; Ghufron & Risnawati, 2010; Parastiara & Yoenanto, 2022). Selain kontrol diri, motivasi di dalam diri sendiri atau self-motivation merupakan faktor internal penyebab prokrastinasi akademik (Elliott & Dweck dalam Parastiara & Yoenanto, 2022). Sementara faktor eksternal bisa berasal dari tingkat kesulitan tugas yang diberikan, fasilitas untuk belajar yang tidak memadai, terlalu banyak tugas rumah yang diberikan, gaya pengasuhan orang tua serta kondisi lingkungan. Ursia et al, juga menyebutkan beberapa elemen luar yang dapat mempengaruhi perilaku prokrastinasi, seperti jadwal pengumpulan tugas dan tingkat kesulitan tugas (Parastiara & Yoenanto, 2022). Pada dasarnya apabila kondisi lingkungan tidak mendukung maka yang terjadi para remaja mengikuti apa yang menjadi habit atau kebiasaan yang dilakukan dilingkungan tersebut, seperti rumah yang selalu ramai dengan sanak saudara atau memiliki teman yang tidak ambis terhadap akademik.

Data penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Rika Zahara (2021) dengan judul “Hubungan Antara Kecanduan Internet Dengan Produktivitas Kerja Pada Karyawan PT. Saka Mitra Sejati Medan.” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui

apakah ada hubungan antara variabel yang ditunjukkan dengan variabel X dan Y. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan internet dan produktivitas kerja karyawan PT. Saka Mitra Sejati Medan berkorelasi, dengan nilai korelasi $r_{xy} = -0,813$ dengan signifikansi $p = 0,007$ ($< 0,050$). Artinya ada hubungan negative yang signifikan antara variabel kecanduan internet dengan produktivitas kerja. Hubungan ini dijelaskan jika perilaku kecanduan internet meningkat maka produktivitas kerja menurun, begitupun sebaliknya apabila kecanduan internet menurun maka produktivitas kerja meningkat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah diteliti, maka diperoleh hasil korelasi pearson product moment dengan nilai ($r = 0.636$) dan nilai ($P = 0.000$). Secara keseluruhan, kesimpulan yang didapat yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan antara adiksi internet dan prokrastinasi akademik pada remaja di MA Negeri se-Kota Serang. Artinya, semakin tinggi adiksi internet maka semakin tinggi pula perilaku prokrastinasi akademik pada remaja di MA Negeri se-Kota Serang, begitupun sebaliknya jika semakin rendah tingkat adiksi internet maka semakin rendah juga perilaku prokrastinasi akademik pada remaja di MA Negeri se-Kota Serang. Maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti, hasilnya diterima.

Keterbatasan dalam penelitian ini antara lain variabel independen yang digunakan dan diteliti hanya adiksi internet sedangkan terdapat banyak faktor yang mempengaruhi mengapa para remaja senang melakukan prokrastinasi akademik, alat instrumen yang berupa kuesioner tentu memiliki keterbatasan, yaitu responden dapat saja mengisinya secara terburu-buru dan belum tentu

sesuai dengan keadaan yang sebenarnya, waktu pengambilan data yang kurang kondusif, dikarenakan menggunakan jam mata pelajaran mendekati jam istirahat dan jam pulang sekolah. Selain itu pada pengisian kuesioner menggunakan google formulir dimana membutuhkan internet yang terkadang internet disekolah kurang memadai atau gangguan sinyal.

Adapun saran yang diberikan peneliti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, yaitu berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat adiksi internet dengan prokrastinasi akademik pada remaja di MA Negeri se-Kota Serang. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel-variabel yang dapat mempengaruhi adiksi internet dan prokrastinasi akademik atau bisa melakukan penelitian ini lebih dalam dengan menggunakan metode yang lain. Selain itu ada peran orang tua juga untuk bisa memberikan perhatian seperti mengontrol penggunaan internet dan bertanya keadaan disekolah seperti "apakah hari ini ada tugas? Atau bagaimana hari ini disekolah?".

DAFTAR PUSTAKA

- APJII. (2023). Survei Penetrasi & Perilaku Internet 2023. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. <https://survei.apjii.or.id/survei/>
- Julyanti, M., & Aisyah, S. (2015). Hubungan Antara Kecanduan Internet dengan Prokrastinasi Tugas Sekolah Pada Remaja Pengguna Warnet Di Kecamatan Medan Kota. *Jurnal Diversita*.
- Parastiara, A. R., & Yoenanto, N. H. (2022). Pengaruh Fear of Failure dan Motivasi Berprestasi terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*. <http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>
- Sitorus, T. R. (2022). Hubungan Smartphone Addiction dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta Barat. *Wacana*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Warisyah, Y. (2015). Pentingnya pendampingan dialogis orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini. *Prosiding*. Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Yasan Ak, N., & Yildirim, S. (2018). Nomophobia among Undergraduate Students: The Case

- of a Turkish State University. Online submission.
- Young, K. S., & De Abreu, C. N. (Eds.). (2017). Internet addiction in children and adolescents: Risk factors, assessment, and treatment. Springer publishing company.
- Zahara, R. (2021). Hubungan Antara Kecanduan Internet Dengan Produktivitas Kerja Pada Karyawan PT Saka Mitra Sejati Medan (Skripsi, Universitas Medan Area). Diakses dari <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/15957>