

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Globalisasi yang terjadi saat ini membuat proses informasi dan komunikasi berjalan semakin cepat dan mudah. Salah satu layanan yang di sediakan internet adalah layanan komunikasi langsung (*email, chat*). Layanan internet ini menjadi dasar munculnya berbagai situs jejaring sosial mulai dari *Friendster* yang terkenal di era 2000 an, lalu *Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, Line, Blackberry Messenger* dan media sosial lainnya.

Media sosial (*social media*) telah menjadi bagian dari kehidupan manusia modern saat ini. Di perkirakan, yang akan menjadi tren adalah 3S, yakni *Social, Share, and Speed*. “*Social*” adalah bagaimana seseorang terhubung dengan orang lain dan saling berbagi. “*Share*” adalah bagaimana seseorang membagikan pengalamannya kepada orang lain, melalui teks, foto, video, apa pun itu, melalui jejaring sosial. “*Speed*” adalah bagaimana jejaring sosial bisa memberikan informasi yang sangat cepat, melebihi kecepatan wartawan menuliskan berita.¹

Media sosial adalah sebuah media online tempat para penggunaan bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum, dan dunia virtual. Blog, wiki, dan jejaring sosial-utamanya

¹ Kompas, <https://www.kompas.tv/live> di akses 26 Desember 2011

facebook dan twitter merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia.²

Seiring pertumbuhan teknologi internet dan *mobile phone* yang demikian pesat, media sosial pun ikut tumbuh dengan pesat. Kalangan media konvensional pun menggunakan media sosial untuk menyebarkan informasi yang dibuat para wartawannya. Selain kecepatan informasi yang bisa diakses dalam hitungan detik, “menjadi diri sendiri” dalam media sosial adalah alasan mengapa media sosial berkembang pesat. Tak terkecuali, keinginan untuk aktualisasi diri dan kebutuhan menciptakan *personal branding*.³

Kementerian KOMINFO melakukan survei terhadap 400 responden dengan rentang usia 10-19 tahun pada tahun 2014. Hasil survei menunjukkan bahwa 79,5% responden adalah pengguna internet. Motivasi utama mereka dalam penggunaan media sosial adalah untuk berkomunikasi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan remaja merupakan pengguna aktif media sosial di Indonesia.⁴

Diharapkan para remaja mampu melampaui tugas perkembangannya dengan baik, dimana pada masa remaja dituntut perubahan yang cukup besar dalam sikap dan pola perilaku, namun hanya sedikit remaja yang mampu menguasai tugas-tugas tersebut selama awal masa remaja, dan ada pula remaja

² Asep Syamsul Romli, *Jurnalistik Online* (Bandung: Nuansa Cendekia, 2012), 103-104.

³ Ibid., 105.

⁴ Siaran pers, Riset kominfo dan UNICEF mengenai perilaku anak dan remaja dalam menggunakan internet dari :

<https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3834/Siaram+Pers+No.+17PIHKOMINFO2014+tentang+Riset+Kominfo+dan+UNICEF+Mengenai+Perilaku+Anak+dan+Remaja+Dalam+Menggunkan+Internet+/0/siar-an> pers diakses tanggal 20 Oktober 2014.

yang proses menuju kedewasaannya terlambat.⁵ Oleh karena itu dalam menjalankan tugas perkembangannya peran serta dari orang tua sangat dibutuhkan terutama dalam mengawasi proses belajar maupun mengerjakan tugas akademiknya.

Mengulur waktu dan menunda pekerjaan atau tugas serta kewajiban belajar merupakan salah satu tanda ketidaksiapan siswa dalam menggunakan waktu secara efektif. Dalam mata pelajaran tertentu, siswa harus mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademiknya sesuai dengan waktu yang ditentukan. Ada siswa yang langsung mengerjakan tugas sesuai dengan waktu yang telah ditentukan, dan ada pula yang memilih untuk menunda mengerjakan tugas dengan alasan masih ada hari esok atau waktu untuk menyelesaikannya. Siswa semakin terbiasa mengerjakan tugas menjelang batas waktu yang ditentukan, hal ini terjadi bukan karena siswa kekurangan waktu, namun dikarenakan siswa sudah terbiasa melakukan prokrastinasi akademik. Hal ini berakibat negatif di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP).⁶

Faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan prokrastinasi akademik ada 2 yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologis dari individu. Sedangkan faktor eksternal dapat berupa pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan yang rendah pengawasannya.⁷

⁵ Izzaty, Rita Eka dkk, "*Perkembangan Remaja era modernisasi*", (Jakarta: Adi Pustaka, 2008),30.

⁶ Munawaroh, M. L., Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. , "*Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta*", Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling 2(1) (2017), 26–31. Diambil dari <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/314>.

⁷ M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita, "*Teori-Teori Psikologi*", (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media,2010),35.

Prokrastinasi akademik ini juga terjadi di SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo yang merupakan salah satu SMP favorit dan berprestasi di Kabupaten Sidoarjo. Berbagai macam prestasi pernah diraih oleh SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo. Diantaranya kerap mengikuti olimpiade nasional. Sehingga kemampuan berprestasi siswa memunculkan persepsi masyarakat bahwa prokrastinasi akademik siswa SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo rendah. Tetapi berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan subjek yang berinisial “AR”, “AL”, “DA”, “PU”, dan “RA” pengguna aktivitas media sosial di kelas sering di lakukan, bahkan saat guru sedang memberikan materi. Siswa-siswi banyak yang tidak memperhatikan lalu memainkan handphone nya untuk melihat-lihat *Facebook*, *Twitter*, *Whatshap*, *Instagram*, atau *Line* karena merasa suntuk.⁸

Beberapa subjek juga mengatakan bahwa mengaku sering menunda mengerjakan tugas karena terlalu sering melihat-lihat ponsel nya untuk melihat aktivitas teman-temannya pada media sosial, saat mengerjakan tugas sehingga tugas terbengkalai dan waktu untuk mengerjakan tugas digunakan untuk bermain handphone atau media sosial.⁹

Mereka juga mengaku bahwa banyak waktu yang di habiskan hanya untuk menggunakan media sosial dan digunakan untuk melihat berita terbaru dari teman-temannya, berkirim pesan singkat, memperbarui status, dan untuk mencari tahu keberadaan dan keadaan seseorang (teman, pacar, saudara, keluarga) melalui media sosial. Selain itu, mereka juga mengatakan mengalami insomnia karena tidak bisa membatasi waktu ketika sedang mengakses media

⁸ Hasil wawancara dan observasi di SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo pada tanggal 18-20 Mei 2019.

⁹ Hasil wawancara dan observasi di SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo pada tanggal 18 – 20 Mei 2019.

sosial yang mereka miliki. Berbagai alasan lain dilakukannya prokrastinasi akademik diantaranya karena telah tersedianya internet sebagai cara instan dalam memperoleh informasi sehingga tidak perlu terburu-buru dalam penyelesaian tugas, remaja tersebut belum memahami tugasnya sehingga akan bertanya dulu pada teman yang lebih mengerti, ada yang mengatakan bahwa tugasnya gampang dan tinggal salin-tempel dari internet, ada juga yang mengatakan bahwa nanti bisa mencontoh pekerjaan teman, serta ada yang mengatakan bila buru-buru menyelesaikan nanti hasilnya tidak maksimal.

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru BK dari catatan kenakalan siswa yang dilakukan oleh siswa kelas VIII yang diketahui bahwa 75% siswa pernah melakukan prokrastinasi, sisanya 25% menaati jadwal belajar dengan tepat waktu dan juga ada banyak guru yang mengeluh karena siswa sering terlambat mengumpulkan tugas, dan bahkan ada yang tidak mengerjakan sama sekali.

Dari hasil observasi dan wawancara beberapa siswa-siswi dan guru BK di atas, timbul permasalahan dalam intensitas penggunaan media sosial yang berdampak pada prokrastinasi akademik. Namun apabila dinilai dari pengamatan serta wawancara saja belum cukup untuk membuktikan adanya prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh pengguna media sosial pada siswa SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Angkatan 2018/2019, sehingga diperlukan penelitian yang lebih objektif untuk dapat membuktikannya.

Penelitian sekarang ini sengaja dilakukan pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo, dikarenakan pada jenjang kelas VIII merupakan masa

peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa remaja, dimana tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola pikir anak. Alasan lain digunakannya sebagai tempat penelitian karena belum pernah di adakan penelitian tentang pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik di SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019 dan adanya relevansi masalah yang akan diteliti di sekolah tersebut.

Dari berbagai penjelasan di atas mengenai maraknya penggunaan media sosial menjadi menarik untuk ditinjau lebih dalam tentang pengaruhnya pada prokrastinasi akademik. Sehingga penulis mengkaji masalah ini dalam suatu penelitian dengan judul : Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.

B. Rumusan Masalah

1. Seberapa tinggi intensitas penggunaan media sosial pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019 ?
2. Seberapa tinggi tingkat prokrastinasi akademik pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019 ?
3. Apakah ada pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui seberapa tinggi intensitas penggunaan media sosial pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.
2. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat prokrastinasi akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.

D. Kegunaan Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan kajian ilmu khususnya di bidang Psikologi yang menyangkut permasalahan yang terjadi dalam proses belajar siswa terutama mengenai prokrastinasi akademik.

2. Praktis

- a. Siswa

Dengan penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan kepada siswa mengenai bagaimana manajemen waktu yang baik serta prokrastinasi akademik sehingga melalui perbaikan dapat terhindar dari prokrastinasi akademik dan mengurangi perilaku tersebut.

- b. Pembaca

Dengan penelitian ini di harapkan mampu menambah wawasan kepada pembaca mengenai dampak baik dan buruk menggunakan media sosial serta dampak

negatif dari prokrastinasi akademik sehingga pengguna media sosial dapat menggunakan media sosial dengan bijak.

c. SMP N 2 Tarik Sidoarjo

Penelitian ini dapat menambah wawasan sebagai acuan dalam mengatasi masalah prokrastinasi akademik, maka penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh SMPN 2 Tarik Sidoarjo untuk memberikan wacana dan tindak lanjut penyelesaian untuk masalah prokrastinasi akademik.

d. Peneliti lainnya

Hasil dari penelitian ini di harapkan dapat membuat penelitian selanjutnya untuk mencari faktor lain penyebab prokrastinasi akademik di luar penggunaan media sosial, serta menemukan upaya untuk mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan suatu jawaban bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul¹⁰. Hipotesis juga dapat di definisikan sebagai jawaban sementara yang kebenarannya masih harus diuji, atau rangkuman kesimpulan teoritis yang di peroleh dari tinjauan pustaka. Hipotesis juga merupakan proposisi yang akan di uji keberlakuannya atau merupakan suatu jawaban sementara atau pertanyaan penelitian¹¹. Sehubungan permasalahan di atas, peneliti mengemukakan hipotesis sebagai berikut :

¹⁰ Fenti Hikmawati, *Metodologi Penelitian* (Depok: Raja Grafindo Persada, 2017), 125.

¹¹ Nanang Martono, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010), 63.

Ha : “Ada pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019”.

Ho : “Tidak ada pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019”.

F. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian adalah anggapan-anggapan dasar tentang suatu hal yang di jadikan pijakan berpikir dan bertindak dalam melaksanakan suatu penelitian.¹² Intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik siswa kelas VII di SMP N 2 Tarik Sidoarjo, dapat di ukur dengan skala. Asumsi atau tanggapan dasar dalam penelitian ini adalah :

1. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin tinggi prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP N 2 Tarik Sidoarjo.
2. Semakin rendah intensitas penggunaan media sosial maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik siswa kelas VIII di SMP N 2 Tarik Sidoarjo.

G. Penegasan Istilah

Penegasan istilah dapat berbentuk definisi operasional variable yang akan di teliti¹³. Definisi operasional yaitu konsep teoritik dalam suatu penelitian yang harus diterjemahkan dalam bentuk operasionalnya dengan tujuan untuk mempermudah usaha pengukuran dan proses pengumpulan data. Definisi

¹² STAIN Kediri, *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*(Kediri: STAIN Pres, 2016),70.

¹³ Ibid.,60

operasional masing-masing variabel yang di gunakan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia intensitas di artikan sebagai keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Sedangkan untuk penggunaan adalah proses, cara, atau perbuatan menggunakan sesuatu. Jika di ambil dari Kamus Besar Bahasa Indonesia tersebut maka intensitas penggunaan adalah tingkatan atau ukuran intensnya proses menggunakan sesuatu, yang sesuatu hal ini adalah media sosial. Bagaimana siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Tark Sidoarjo dalam menggunakan media baru khususnya internet. Seberapa sering mengakses internet, waktu yang di habiskan untuk mengakses internet tersebut.

2. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan ketidakmampuan untuk menggunakan waktu secara efektif yang mengakibatkan seseorang suka menunda-nunda pekerjaannya, suka bermalas-malasan, dan memboroskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting. Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi, karena prokrastinasi ini melibatkan berbagai unsur masalah yang kompleks, yang saling terkait satu dengan lainnya. Prokrastinasi bisa dikatakan hanya sebagai kecenderungan menunda-nunda memulai suatu pekerjaan. Namun prokrastinasi juga bisa dikatakan penghindaran tugas, yang diakibatkan perasaan yang tidak senang terhadap tugas dan ketakutan untuk gagal dalam mengerjakan tugas.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teoritik

1. Intensitas Penggunaan Media Sosial

a. Pengertian Media Sosial

Media sosial adalah sebuah media *online* yang para penggunanya dalam bersosialisasi dan berinteraksi tidak dibatasi oleh ruang dan waktu. Media sosial alat perantara yang membantu individu untuk berkomunikasi dengan berbagai pihak di belahan dunia. Media sosial meliputi *social network, discuss, share, social games, virtual world, live cast, livestream*, dan yang terakhir adalah *microblog*. Tujuan interaksi dalam media sosial sama dengan interaksi sosial dalam kehidupan nyata, yaitu membuat lingkaran pertemanan untuk membangun jaringan sosial terhadap orang lain atau komunitas tertentu, namun secara tidak langsung atau *non-face to face*¹⁴.

Berdasarkan pengertian di atas, media sosial adalah sebuah aplikasi berbasis internet yang digunakan untuk menjalin komunikasi dengan orang lain yang tidak dibatasi oleh ruang dan waktu.

b. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas merupakan kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap, sedangkan pengertian intensitas dalam bahasa Inggris adalah *intensity* yang berarti aspek kuantitatif perasaan dimana didalamnya terlibat minat dan

¹⁴ Sikape H J, "Persepsi Komunikasi Pengguna Media Sosial Pada Blackberry Messenger Twitter dan Facebook Oleh Siswa SMAN 1 Tahuna", *Journal "Acta Diurna" Vol III No 3* (2014).

perhatian yang disertai kesadaran yang menyertai suatu aktivitas atau pengalaman seseorang. Intensitas adalah suatu aktivitas individu yang berkaitan dengan perasaan yang akan dilakukan secara berulang-ulang.¹⁵

Intensitas penggunaan media sosial berdasarkan kualitas merupakan bentuk perhatian dan ketertarikan yang dilakukan seseorang dalam menggunakan media sosial serta perasaan emosional dimana didalamnya terlibat minat dan penghayatan yang timbul ketika mengakses media sosial seseorang sedangkan berdasarkan kuantitas intensitas atau banyaknya kegiatan yang dilakukan dapat dilihat dari frekuensinya.

Peneliti menyimpulkan bahwa intensitas penggunaan merupakan tingkat kedalaman dan kekuatan sikap (mutu) dalam menggunakan atau memanfaatkan fasilitas-fasilitas media sosial dengan memperhatikan durasi waktu (dalam satuan ukur jam) dan jumlah ulangan/frekuensi (dalam kurun waktu satu hari).

Aspek yang membentuk intensitas menurut yunica sebagaimana di kutip dalam Andarwati, dan kaitannya dengan media sosial yaitu :

1. Perhatian

Perhatian merupakan ketertarikan individu terhadap aktivitas yang sesuai dengan minatnya dan akan jauh lebih kuat dan intensif dibandingkan dengan aktivitas lain yang tidak menimbulkan minat tertentu. Seseorang memiliki perhatian khusus pada saat mengakses media sosial yang mereka gemari, sehingga orang tersebut dapat menikmati aktivitas saat mengakses.

¹⁵ Andarwati, "Citra diri ditinjau dari intensitas penggunaan media jejaring sosial instagram pada siswa kelas XI SMA N 9 Yogyakarta", *E-Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol 5 No 3 (2016).

2. Penghayatan

Penghayatan yaitu pemahaman dan penyerapan terhadap informasi adanya usaha individu untuk memahami, menikmati, menghayati dan menyimpan sajian informasi maupun pengalaman yang didapat sebagai pengetahuan individu. Individu suka meniru, mempraktikkan bahkan terpengaruh hal atau informasi yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata.

3. Durasi

Durasi yaitu lamanya selang waktu, rentang waktu atau lamanya sesuatu yang berlangsung. Seringkali ketika menggunakan media sosial seseorang menjadi tidak sadar waktu karena terlalu menikmati dalam menggunakannya. Kategori kriteria pengukuran durasi dalam penelitian ini mengadopsi dari kriteria pengukuran yang digunakan oleh Judith dengan beberapa penyesuaian terhadap penelitian ini. Kategori kriteria pengukuran durasi dikategorikan sebagai berikut:

1. Tinggi : ≥ 3 jam/hari
2. Rendah : 1-3 jam/hari

4. Frekuensi

Frekuensi yaitu banyaknya pengulangan perilaku atau perilaku yang dilakukan berulang-ulang baik disengaja maupun tidak disengaja. Frekuensi menunjuk pada sesuatu yang dapat diukur dengan hitungan atau dengan waktu. Seringkali karena begitu menikmati menggunakan media sosial seseorang cenderung tidak bisa lepas dari penggunaannya sehingga berulang-ulang kali membuka situs media sosial yang digemari. Kategori kriteria pengukuran durasi dalam penelitian ini mengadopsi dari kriteria pengukuran yang digunakan oleh

Judith, 2011 dengan beberapa penyesuaian terhadap penelitian ini. Kategori kriteria pengukuran durasi dikategorikan sebagai berikut:

1. Tinggi : ≥ 4 kali/hari
2. Rendah : 1-4 kali/hari

2. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan *pro* yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran *crastinate* yang berarti kepunyaan hari esok. Atau jika digabungkan maka artinya menjadi “menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya”. Para ahli mendefinisikan prokrastinasi pada suatu perilaku yang cenderung menunda untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan. Istilah prokrastinasi pertama kali digunakan oleh Brown dan Holzman.¹⁶

Menurut William Knaus menyatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan menunda sebuah kegiatan yang penting dan tepat waktu sampai tertunda dilain waktu. Kondisi dimana seseorang harus segera menyelesaikan tugas atau pekerjaan, namun mengganti kegiatannya dengan sesuatu yang kurang relevan dan disertai dengan pemikiran akan mengerjakan tugas ketika seseorang tersebut telah merasa siap.¹⁷

Dari beberapa definisi prokrastinasi menurut beberapa ahli, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku seseorang yang dengan sengaja menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan yang harus diselesaikan

¹⁶ Ibid, M. ghufon, 48.

¹⁷ Wahyu nanda eka saputra, ‘‘Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta’’, Jurnal Kajian Bimbingan Konseling, 2017, 26-31.

namun diganti dengan mengerjakan kegiatan lain yang dirasa lebih menyenangkan dan kurang menunjang kepentingan tugas yang harus diselesaikan.

Solomon & Rothblum sebagaimana di kutip dalam Febrian Amir mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik dapat terjadi pada enam area akademik di antaranya adalah tugas mengarang, belajar menghadapi ujian, membaca, tugas administratif, tugas menghadapi pertemuan dan kinerja akademik secara keseluruhan. Tugas-tugas akademik meliputi:¹⁸

- a. Tugas mengarang meliputi penundaan melaksanakan kewajiban tugas-tugas menulis misalnya menulis makalah, laporan dan tugas mengarang lainnya.
- b. Tugas belajar meliputi menghadapi ujian mencakup penundaan belajar menghadapi ujian seperti ujian harian, ujian tengah semester, ujian akhir semester, ujian nasional, ujian skripsi dan ujian akademik lainnya.
- c. Tugas membaca meliputi adanya penundaan untuk membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang wajib dilaksanakan.
- d. Tugas administratif meliputi menyalin catatan, mendaftarkan diri dalam presensi kehadiran, daftar peserta praktikum, dan sebagainya.
- e. Menghadiri pertemuan meliputi kehadiran dalam pelajaran, praktikum ujian dan kehadiran lainnya dalam ranah akademik.

¹⁸ Febrian Amir Nashrullah, "Konseling Kelompok dengan Pendekatan Konseling Realitas Sebagai Upaya Menurunkan Prokrastinas Akademik pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Piyungan Bantul Yogyakarta", *Skripsi* Universitas Negeri Yogyakarta (2015).

- f. Tugas akademik secara keseluruhan meliputi menunda untuk memulai mengerjakan maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik secara keseluruhan.

Menurut Ferrari sebagaimana di kutip dalam M. Ghufron, mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan prokrastinasi akademik dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri tertentu yang ditentukan sebagai berikut:¹⁹

1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas.

Semua pelaku prokrastinasi paham bahwa tugas akademik yang telah menjadi kewajibannya dan harus segera diselesaikan, namun mereka memilih untuk menunda tugas akademik tersebut.

2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Prokrastinator membutuhkan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan suatu tugas akademik, mereka menghabiskan waktu untuk hal-hal lain yang kurang berguna untuk menunjang penyelesaian tugas akademiknya, sehingga tindakannya tersebut menyebabkan keterlambatan untuk menyelesaikan tugasnya secara tepat waktu.

3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual .

Seorang prokrastinator memiliki kelemahan dalam melakukan atau menyelesaikan suatu tugas sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan oleh individu lain atau ditetapkan oleh dirinya sendiri. Hal ini

¹⁹ Ibid, M. Ghufron,22-23.

terjadi karena prokrastinator tidak kunjung mengerjakan tugasnya walau mereka telah menentukan *deadline* yang dibuatnya sendiri.

4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

Prokrastinator cenderung sengaja menghabiskan waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan tugas akademiknya dengan melakukan kegiatan lain yang dirasa lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan sehingga merasa lebih nyaman daripada untuk segera menyelesaikan tugas akademik yang harus dihadapinya. Oleh karena itu banyak waktu yang terbuang percuma untuk melakukan kegiatan yang tidak menunjang penyelesaian tugas akademik tersebut.

Berdasarkan ciri-ciri diatas, dapat disimpulkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai mengerjakan tugas akademik, keterlambatan dalam mengerjakan tugas akademik, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas akademik.

A. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Ferrari, dkk dan Stell mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati, ciri-ciri tersebut berupa:²⁰

²⁰ Prasetyo Budi Widodo, "Studi Perbedaan Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Pendidikan Pada Siswa Setingkat Sma Di Kayen Pati", (E Journal Psikologi tahun 2017).

- 1) *Perceived time*, seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.
- 2) *Intention-action*, celah antara keinginan dan tindakan. Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. Seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai
- 3) *Emotional distress*, adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa

waktu yang tersedia masih banyak. Tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

3. Prokrastinasi Akademik Dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam perilaku prokrastinasi akademik juga dilarang. Allah SWT Senantiasa menuntut kepada seluruh manusia agar selalu memanfaatkan waktu semaksimal mungkin dan mengisinya dengan berbagai amal atau perbuatan-perbuatan yang positif. Bukannya menunda-nunda pekerjaan atau tugas yang seharusnya bisa dikerjakan sekarang, tapi ditunda-tunda dengan atau tanpa alasan.²¹

Di dalam Al-Qur'an banyak disebutkan ayat dalam redaksi yang menyeru manusia untuk lebih menghargai waktu, tidak menyianyikannya dan mengisinya dengan ibadah, seperti yang termaktub dalam Surah Al-Insyirah ayat 1-7 :

الرَّحِيمِ الرَّحْمَنِ اللَّهُ بِسْمِ

صَدَرَ لَكَ تَشْرِيحُ الْم

وَزُرَكَ عَنْكَ وَوَضَعْنَا

ظَهْرَكَ أَنْقَضَ الَّذِي

ذِكْرَكَ لَكَ وَرَفَعْنَا

يُسْرًا الْعُسْرَ مَعَ فَإِنَّ

²¹ Warsiyah, Menyontek, Prokrastinasi dan Keimanan, (Yogyakarta: Truss Media Grafika, 2015), hlm. 63.

يُسْرًا أَلْتَسِرَ مَعِ إِنَّ

فَأَنْصَبْ فَرَعْتَ فَإِذَا

Allah juga memerintahkan manusia untuk mengerjakan tugas yang lain setelah selesai dari tugas yang lain. *“Bukankah Kami telah melapangkan untukmu dadamu, dan Kami telah menghilangkan daripadamu bebanmu, yang memberatkan punggungmu, dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, karena Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap. (QS. AlInsyirah 1-7)”*²²

Secara tersurat ayat tersebut tidak memberikan peluang bagi seorang muslim untuk menganggur sepanjang masih memiliki waktu atau usia, karena setelah selesai melakukan satu kesibukan seseorang dituntut melakukan kesibukan lain yang melelehkan atau menghasilkan karya nyata guna mengukir nasibnya, demikianlah pendapat yang dikemukakan oleh Quraish Shihab.²³

Dari penjelasan (QS. Al-Insyirah 1-7) di atas dapat diambil kesimpulan bahwa suatu tindakan menunda untuk memulai atau menyelesaikan suatu tugas akademik dengan menggantinya dengan

²² Ahmad Hatta, Tafsir Qur'an Perkata Dilengkapi dengan Asbabun Nuzul & terjemah, (Jakarta: Magfirah Pustaka, 2009). hlm.596.

²³ Quraish Shihab, Wawasan Al-Qur'an, Tafsir Maudhu'I Atas Pelbagai Persoalan Umat, (Bandung: Mizan Pustaka, 2003), hlm.558.

aktivitas lain yang tidak begitu penting dan cenderung menjadi sebuah kebiasaan terjadi karena kurangnya penguatan misalnya motivasi diri.

4. Remaja Awal

a. Pengertian Remaja awal

Masa remaja awal merupakan masa ketika seorang anak tumbuh ke tahap menjadi seseorang yang dewasa yang tidak dapat ditetapkan secara pasti. Masa remaja awal yaitu antara umur 12-15 tahun. Remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya dikarenakan pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Pada masa remaja ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf frontal lobe (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). Frontal lobe ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau kemampuan mengambil keputusan.²⁴

b. Ciri-ciri Remaja Awal

Masa remaja awal biasanya duduk di bangku Sekolah Menengah Pertama, dengan ciri-ciri²⁵:

1. Tidak stabil keadaannya, lebih emosional.
2. Mempunyai banyak masalah.
3. Masa yang kritis.

²⁴ Ibid, John W. Santrock, 30.

²⁵ Syamsu Yusuf, "Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja", (Bandung : PT Remaja Rosdakarya 2016), 184.

4. Mulai tertarik pada lawan jenis
5. Suka mengembangkan pikiran baru, gelisah, suka berkhayal dan suka menyendiri.

c. Tugas Perkembangan Remaja Awal

Tugas-tugas perkembangan masa remaja awal menurut Havighurst sebagaimana dikutip dalam Gunarsa²⁶, sebagai berikut:

1. Menerima kenyataan terjadinya perubahan fisik yang dialaminya dan dapat melakukan peran sesuai dengan jenisnya secara efektif dan merasa puas terhadap keadaan tersebut.
2. Belajar memiliki peranan sosial dengan teman sebaya, baik teman sejenis maupun lawan jenis sesuai dengan jenis kelamin masing-masing.
3. Mencapai kebebasan dari ketergantungan terhadap orangtua dan orang dewasa lainnya.
4. Mengembangkan kecakapan intelektual dan konsep-konsep tentang kehidupan bermasyarakat.
5. Mencari jaminan bahwa suatu saat harus mampu berdiri sendiri dalam bidang ekonomi guna mencapai kebebasan ekonomi.
6. Mempersiapkan diri untuk menentukan suatu pekerjaan yang sesuai dengan bakat dan kesanggupannya.

²⁶ Singgih D.Gunarsa, "Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja", (Jakarta : Penerbit libri 2011), 201.

7. Memahami dan mampu bertingkah laku yang dapat dipertanggungjawabkan sesuai dengan norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku.
8. Memperoleh informasi tentang pernikahan dan mempersiapkan diri untuk berkeluarga.
9. Mendapatkan penilaian bahwa dirinya mampu bersikap tepat sesuai dengan pandangan ilmiah.

5. Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa

Menurut penelitian yang di lakukan oleh Hervani bagi siswa saat ini banyaknya informasi yang di pelajari bertambah banyak tiap harinya bersamaan dengan bertambahnya faktor pengganggu seperti game online, media sosial yang akan banyak menyita waktu siswa. Faktor pengganggu seperti media sosial ini telah menjadi suatu kecanduan/ketergantungan di antara para mahasiswa dan ini mungkin menjadi faktor yang penting di dalam prokrastinasi akademik. Media sosial sangat menarik, tidak hanya membuat siswa dapat berkenalan dan berteman dengan siswa lain di dunia, juga merupakan tempat untuk melepaskan penat dan stress. Hal ini tentu berpengaruh terhadap kehidupan siswa dan juga prestasi akademik di sekolah.²⁷

²⁷ Hervani, Stevi Gilar, "Penggunaan Media Sosial Dan Dampak Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta Angkatan 2013", (*E Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 2 Tahun ke-5, 2016*).

Jadi, siswa yang aktif dalam menggunakan media sosial cenderung kesulitan dalam mengatur kapan ia harus menggunakan kemudahan akses media sosial dan kapan ia harus fokus mengerjakan tugas-tugas akademik maka dari itu diperlukan tujuan dan sasaran agar dapat memberikan arah bagi aktivitas-aktivitasnya.

Apabila siswa yang aktif dalam media sosial sudah dapat menentukan prioritas yang tepat berdasarkan kepentingannya, selanjutnya siswa dapat membuat perencanaan dan penjadwalan. Perencanaan dan penjadwalan di butuhkan agar siswa dapat menentukan tugas mana yang akan dilakukan terlebih dahulu sehingga tidak terjadi penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan tugas.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Setiap peneliti perlu mempunyai rancangan penelitian, karena dengan adanya rancangan penelitian di harapkan seseorang akan lebih cepat melakukan penelitiannya²⁸.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, yaitu hasil penelitiannya disajikan dalam bentuk deskriptif dengan menggunakan angka statistik. Sesuai dengan namanya, deskriptif hanya akan mendeskripsikan keadaan suatu gejala yang telah direkam melalui alat ukur kemudian diolah sesuai dengan fungsinya. Hasil pengolahan tersebut selanjutnya dipaparkan dalam bentuk angka-angka dan menjelaskan pula sebab-akibat antar variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini peneliti mencari Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.

Berdasarkan landasan teori yang ada, maka yang menjadi variabel data penelitian ini adalah:

- a. Variabel bebas/independen (X): Intensitas Penggunaan Media Sosial
- Variabel bebas yaitu variabel yang diduga berpengaruh terhadap variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial.

²⁸ Ibid., 71.

b. Variabel terikat/dependen (Y): *Prokrastinasi Akademik*

Variabel terikat yaitu variabel yang diharapkan timbul akibat pengaruh variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019.

B. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini akan di jabarkan sebagai batasan mengenai Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Prokrastinasi Akademik* Siswa Kelas VIII Smp Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019. Penjelasannya adalah sebagai berikut :

1. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Intensitas penggunaan media sosial dalam penelitian ini merupakan tingkat kedalaman dan kekuatan sikap (mutu) dalam menggunakan atau memanfaatkan fasilitas-fasilitas media sosial dengan memperhatikan durasi waktu (dalam satuan ukur jam) dan jumlah ulangan/frekuensi (dalam kurun waktu satu hari). Penelitian intensitas penggunaan media sosial di ukur dengan menggunakan 4 aspek yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi.

Tingkat intensitas penggunaan media sosial diungkap dengan Skala intensitas penggunaan media sosial yang dibuat oleh peneliti. Tingkat intensitas penggunaan media sosial dilihat dari besarnya skor yang diperoleh dari skala intensitas penggunaan media sosial pada siswa. Semakin tinggi skor total yang diperoleh subjek berarti semakin tinggi tingkat intensitas

penggunaan media sosial yang dimiliki subjek. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, semakin rendah tingkat intensitas penggunaan media sosial yang dimiliki subjek.

2. *Prokrastinasi Akademik*

Prokrastinasi akademik merupakan suatu perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan dan menyelesaikan kegiatan-kegiatan akademik secara sengaja dan berulang-ulang kali dengan mengalihkan kegiatannya ke kegiatan non-akademik. Pada penelitian ini prokrastinasi akademik akan diukur menggunakan 3 aspek *prokrastinasi akademik* yaitu *Perceived time, Intention-action, Emotional distress*.

Prokrastinasi akademik siswa kelas VIII yang aktif media sosial di SMPN 2 Tarik Sidoarjo diketahui melalui skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala prokrastinasi yang dibuat sendiri oleh peneliti. Subjek yang mendapatkan skor tinggi pada skala ini berarti memiliki prokrastinasi yang tinggi, namun jika subjek mendapatkan skor yang rendah berarti memiliki prokrastinasi yang rendah.

C. **Populasi dan Sampel**

Dalam penelitian perlu di jelaskan populasi dan sampel yang di gunakan sebagai sumber data²⁹. Populasi penelitian merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuhan, udara, gejala, nilai dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data

²⁹ Limas Dodi, *Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: Puataka Ilmu, 2015),349.

penelitian. Setiap penelitian populasi yang di pilih erat hubungannya dengan masalah yang ingin di pelajari. Populasi penelitian menjadi faktor utama yang harus di tentukan sebelum melakukan penelitian dengan tujuan untuk menghindari kesalahan generalisasi dalam pengambilan keputusan.

Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas VIII SMP Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019 yang berjumlah 240 peserta didik dari delapan kelas.

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang di teliti.³⁰ Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. *Cluster Random Sampling* adalah teknik dengan cara mengambil sampel untuk memperoleh satu kelas secara acak, dan setiap kelas memiliki satu kesempatan yang sama untuk dipilih.³¹

Penelitian ini akan mengambil sub-sub populasi yang ada. Dalam pengambilan sampel, peneliti hanya akan mengambil dua kelas sebagai sampel . Dalam penelitian ini terpilih kelas VIII- 3 dan VIII-5 dengan jumlah 60 peserta didik.

D. Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Sumber data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari sumber utama.³² Dalam penelitian ini sumber data primer diperoleh dari

³⁰ Limas, *Metode.*, 131.

³¹ Sugiyono, "*Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan kombinasi (mixed method)*", (Bandung : Alfabeta, 2012),56.

³² Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2010),137.

observasi dan wawancara pada lima siswa kelas VIII SMP N 2 Tarik Sidoarjo. Sumber data sekunder adalah data yang bukan diusahakan sendiri pengumpulannya oleh peneliti, atau data sebelumnya sudah diolah oleh sumber atau peneliti lain.³³ Dalam penelitian ini sumber data sekunder antara lain adalah buku, artikel, jurnal dan penelitian lain yang sudah dilakukan oleh penelitian sebelumnya.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang menekankan pada analisis data-data numerikal dengan bantuan metode statistik³⁴. Populasi atau sampel merupakan objek yang darinya akan dilakukan pengukuran untuk pengumpulan data³⁵.

Dalam penelitian ini akan menggunakan kuisioner dengan jenis angka skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengumpulkan data. Adapun skala psikologi adalah suatu alat ukur yang memiliki karakteristik khusus.³⁶ Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala intensitas penggunaan media sosial dan skala *prokrastinasi akademik*.

1. Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

Skala intensitas penggunaan media sosial disusun berdasarkan aspek-aspek yang membentuk intensitas penggunaan media sosial yang dikemukakan oleh Yunica. Skala ini terdiri dari empat aspek, yaitu :

³³ Ibid.,138.

³⁴ Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), 80.

³⁵ Purwanto, *Metodologi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan* (Yogyakarta: Puataka Belajar, 2010), 94.

³⁶ Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015),6.

Perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Aspek-aspek tersebut diturunkan menjadi indikator sebagai pijakan dalam penyusunan aitem.

Skala ini merupakan skala tertutup dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala memiliki dua macam item yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Nilai untuk jawaban *favorable* adalah: 4 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 2 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), 1 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan nilai untuk *unfavorable* adalah: 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 2 untuk pilihan jawaban yang Sesuai (S), 3 untuk pilihan jawaban yang Tidak Sesuai (TS), 4 untuk pilihan jawaban yang Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 1. *Blue print* skala intensitas penggunaan media sosial

| No | Aspek | Indikator | Aitem (F) | Aitem (UF) | Jumlah Aitem | Bobot |
|----|-----------|---|-----------|------------|--------------|--------|
| 1. | Perhatian | a. Ketertarikan individu terhadap aktivitas yang sesuai dengan minatnya . | 8, 9, 17 | 10, 22, 31 | 6 | 37, 5% |
| | | b. Individu menunjukkan konsentrasi tinggi pada saat mengakses media sosial yang mereka gemari. | 2, 11 | 24, 32 | 4 | |
| | | c. Individu menikmati aktivitas saat | | | | |

| | | | | | | |
|--------|-------------|--|------------|------------|----|-------|
| | | mengakses media sosial yang mereka gemari | 1, 3 | 15,33 | 4 | |
| 2. | Penghayatan | a. Individu suka meniru hal atau informasi yang terdapat di media sosial | 4, 5 | 16,30 | 4 | 37,5% |
| | | b. Individu suka mempraktikkan hal atau informasi yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata. | 12, 13, 23 | 21, 35, 37 | 6 | |
| | | c. Individu mudah terpengaruh hal atau informasi yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata. | 6, 14, 20 | 34, 36, 38 | 6 | |
| 3. | Durasi | a. Lama waktu ketika menggunakan media sosial | 18, 19, 28 | 7, 26, 29 | 6 | 12,5% |
| 4. | Frekuensi | a. Banyaknya individu melakukan pengulangan perilaku . | 25, 39 | 27, 40 | 4 | 12,5% |
| Jumlah | | | 20 | 20 | 40 | 100% |

2. Skala *Prokrastinasi Akademik*

Skala *prokratinasi akademik* disusun berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut Ferrari yaitu: *perceived time, intention*

action, dan *emotional distress*. Skala ini merupakan skala tertutup dengan menggunakan empat kategori jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala memiliki dua macam item yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Nilai untuk jawaban *favorable* adalah: 4 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 3 untuk pilihan jawaban Sesuai (S), 2 untuk pilihan jawaban Tidak Sesuai (TS), 1 untuk pilihan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan nilai untuk *unfavorable* adalah: 1 untuk pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), 2 untuk pilihan jawaban yang Sesuai (S), 3 untuk pilihan jawaban yang Tidak Sesuai (TS), 4 untuk pilihan jawaban yang Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 2. *Blue print* skala *prokrastinasi akademik*

| No | Aspek | Indikator | Aitem (F) | Aitem (UF) | Jumlah Aitem | Bobot |
|----|-------------------------|---|-----------|------------|--------------|-------|
| 1. | <i>Perceived time</i> | a. Gagal menepati deadline. | 1, 21, 24 | 10, 19 | 5 | 25% |
| | | b. Suka menunda pekerjaan. | 3, 26 | 9, 25 | 4 | |
| 2. | <i>Intention-action</i> | a. Kesenjangan waktu antara rencana sendiri dan kinerja aktual. | 5, 12 | 29, 16 | 4 | 25% |
| | | b. Kesulitan melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. | 7, 14 | 13, 22 | 4 | |

| | | | | | | |
|--------|---------------------------|---|--------|-----------|----|------|
| 3. | <i>Emotional distress</i> | a. Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. | 8, 34 | 31, 33 | 4 | 25% |
| | | b. Merasa tenang karena waktu masih banyak. | 11,17 | 6, 20 | 4 | |
| 4. | <i>Perceived ability</i> | a. Tidak yakin terhadap.kemampuan dirinya. | 15, 30 | 2, 23, 32 | 5 | 25% |
| | | b. Takut akan kegagalan. | 18, 27 | 4, 28 | 4 | |
| Jumlah | | | 17 | 17 | 34 | 100% |

E. Instrumen Penelitian

Dalam prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran terhadap fenomena sosial maupun alam. Meneliti dengan data yang sudah ada lebih tepat kalau di namakan membuat laporan dari pada melakukan penelitian. Namun demikian dalam skala yang paling rendah laporan juga dapat di nyatakan sebagai bentuk penelitian.³⁷

Karena pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrumen penelitian. Jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang di gunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang di amati. Secara spesifik semua fenomena ini di sebut variable penelitian. Instrumen yang di gunakan dalam penelitian ini adalah skala.

³⁷ Dr Sugiyono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D (Bandung: Alfabeta, 2008), 102.

Jenis skala yang digunakan adalah skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala *likert*, variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian, indikator tersebut di jadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item skala yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.³⁸ Item-item dalam skala ini merupakan pernyataan dengan empat jawaban yaitu SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai), dan STS (sangat tidak sesuai). Skala ini di sajikan dalam bentuk pernyataan *favourable* dan *unfavourable*.

Tabel 3. Skoring aitem

| Jawaban | <i>Favorable</i> | <i>Unfavorable</i> |
|---------------------|-------------------------|---------------------------|
| Sangat Sesuai | 4 | 1 |
| Sesuai | 3 | 2 |
| Tidak Sesuai | 2 | 3 |
| Sangat Tidak Sesuai | 1 | 4 |

F. Analisis Data

Penelitian ini masuk ke dalam analisis kuantitatif yaitu teknik analisis di mana data-data yang akan di analisis dengan melakukan bantuan excel dan spss dengan menggunakan teknik analisis *regresi linear sederhana*. Adapun langkah-langkah analisis data yang akan di lakukan dalam penelitian ini yaitu :

1. Tabulasi Data

Tabulasi adalah penyajian data dalam bentuk tabel atau daftar untuk memudahkan pengamatan dan evaluasi. Kegiatan tabulasi ini meliputi

³⁸ Dadang Kuswana, *Metode Penelitian Sosial* (Bandung : CV, Pustaka Setia, 2011), 170.

pemberian skor terhadap item-item yang perlu, memberi kode, mengubah jenis data yang di sesuaikan dengan teknik analisis yang di gunakan. Tabulasi data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyajikan data berupa intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik serta mengkategorikan kedalam tingkatan tinggi, sedang, rendah.

2. Uji Validitas

Validitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu instrument betul-betul mengukur apa yang perlu di ukur.³⁹ Uji validitas ini dilakukan untuk mengetahui apakah aitem-aitem yang tersaji dalam angket benar-benar mampu mengungkapkan dengan pasti apa yang akan diteliti. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas yang berupa validasi terhadap item-item dalam tes melalui *profesional judgement*.

3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk menguji kestabilan, keajegan, kepercayaan suatu alat ukur. Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan.⁴⁰ Dalam penelitian ini menggunakan uji reliabilitas instrumen menggunakan koefisiensi *Alpha Cronbach's* dari *SPSS for Windowa 16.0 version*.

4. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal tidaknya data yang digunakan. Untuk mengetahui data normal atau tidaknya menggunakan

³⁹ Ibid.,121

⁴⁰ Ibid., 121

SPSS dengan menggunakan perhitungan yang mana bila angka signifikan lebih besar atau sama dengan 0,05 maka berdistribusi normal, tetapi jika kurang, maka data tidak berdistribusi normal.⁴¹

b. Uji Linearitas

Sebagaimana telah dijelaskan pada latar belakang di atas, masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap *Prokrastinasi Akademik* Siswa Kelas Viii Smp Negeri 2 Tarik Sidoarjo Tahun Pelajaran 2018/2019. Untuk mengola data dari hasil skala dalam penelitian ini menggunakan SPSS.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel intensitas penggunaan media sosial dengan *prokrastinasi akademik*. Teknik yang digunakan untuk analisis data yaitu teknik regresi linier sederhana. Teknik analisis regresi linier sederhana digunakan untuk menentukan dasar ramalan dari suatu distribusi data yang terdiri dari variabel (Y) dan variabel (X) yang memiliki bentuk pengaruh linier.⁴² Teknik regresi linier sederhana didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen.

G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrument

Setelah melakukan tabulasi data langkah selanjutnya yaitu melakukan uji reliabilitas dan validitas angket untuk mengukur intensitas

⁴¹ Ibid., 122

⁴² Tulus Winarsunu, *Statistik dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, (Malang: UMM Press, 2015),168.

penggunaan media sosial dan *prokrastinasi akademik* siswa kelas VIII

SMP N 2 Tarik Sidoarjo dengan menggunakan program *SPSS* versi 16.0

a. Uji Validitas dan Reliabilitas Data Intensitas Penggunaan Media Sosial

Secara keseluruhan data hasil uji reliabilitas dan validitas data intensitas penggunaan media sosial dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Validitas Skala Intensitas Penggunaan Media Sosial

| No Aitem | <i>Person Correlation</i> (R Hitung) | R Tabel | Keterangan Aitem |
|----------|--------------------------------------|---------|------------------|
| 1. | 0,45555 | 0,361 | Dipertahankan |
| 2. | 0,43414 | 0,361 | Dipertahankan |
| 3. | 0,427 | 0,361 | Dipertahankan |
| 4. | 0,02554 | 0,361 | Gugur |
| 5. | 0,38391 | 0,361 | Dipertahankan |
| 6. | 0,45103 | 0,361 | Dipertahankan |
| 7. | 0,41936 | 0,361 | Dipertahankan |
| 8. | 0,45418 | 0,361 | Dipertahankan |
| 9. | 0,48569 | 0,361 | Dipertahankan |
| 10. | 0,545592 | 0,361 | Dipertahankan |
| 11. | 0,504346 | 0,361 | Dipertahankan |
| 12. | 0,394707 | 0,361 | Dipertahankan |
| 13. | 0,43899 | 0,361 | Dipertahankan |
| 14. | 0,48455 | 0,361 | Dipertahankan |
| 15. | 0,460852 | 0,361 | Dipertahankan |
| 16. | 0,47187 | 0,361 | Dipertahankan |
| 17. | 0,43074 | 0,361 | Dipertahankan |
| 18. | 0,472368 | 0,361 | Dipertahankan |
| 19. | 0,53459 | 0,361 | Dipertahankan |
| 20. | 0,494273 | 0,361 | Dipertahankan |
| 21. | 0,505207 | 0,361 | Dipertahankan |
| 22. | 0,398456 | 0,361 | Dipertahankan |
| 23. | 0,402065 | 0,361 | Dipertahankan |
| 24. | 0,629974 | 0,361 | Dipertahankan |
| 25. | 0,36879 | 0,361 | Dipertahankan |
| 26. | 0,35755 | 0,361 | Gugur |
| 27. | 0,395138 | 0,361 | Dipertahankan |
| 28. | 0,482803 | 0,361 | Dipertahankan |

| | | | |
|-----|----------|-------|---------------|
| 29. | 0,432086 | 0,361 | Dipertahankan |
| 30. | 0,567189 | 0,361 | Dipertahankan |
| 31. | 0,418047 | 0,361 | Dipertahankan |
| 32. | 0,43828 | 0,361 | Dipertahankan |
| 33. | 0,055315 | 0,361 | Gugur |
| 34. | 0,516589 | 0,361 | Dipertahankan |
| 35. | 0,457318 | 0,361 | Dipertahankan |
| 36. | 0,4884 | 0,361 | Dipertahankan |
| 37. | 0,443391 | 0,361 | Dipertahankan |
| 38. | 0,129748 | 0,361 | Gugur |
| 39. | 0,459086 | 0,361 | Dipertahankan |
| 40. | 0,149561 | 0,361 | Gugur |

Pengambilan keputusan untuk menentukan aitem valid atau tidak valid digunakan taraf kesalahan 5% atau 0,05. Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ maka aitem tersebut valid. Untuk r_{tabel} 5% didapatkan skor 0,361. Dari tabel diatas dapat kita ketahui bahwa berdasarkan uji validitas pada 40 aitem pernyataan dari variabel intensitas penggunaan media sosial didapatkan 35 aitem valid dan 5 aitem yang tidak valid yaitu aitem nomor 4, 26, 33, 38, dan 40. Aitem yang tidak valid dikarenakan nilai $r_{hitung} \leq r_{tabel}$.

Adapun hasil skala intensitas penggunaan media sosial setelah diuji validitas yaitu :

Tabel 5. Hasil skala intensitas penggunaan media sosial setelah uji validitas

| No Aitem | <i>Person Correlation</i> (R Hitung) | R Tabel | Keterangan Aitem |
|----------|--------------------------------------|---------|------------------|
| 1. | 0,45555 | 0,361 | Dipertahankan |
| 2. | 0,43414 | 0,361 | Dipertahankan |
| 3. | 0,427 | 0,361 | Dipertahankan |
| 4. | 0,38391 | 0,361 | Dipertahankan |
| 5. | 0,45103 | 0,361 | Dipertahankan |
| 6. | 0,41936 | 0,361 | Dipertahankan |

| | | | |
|-----|----------|-------|---------------|
| 7. | 0,45418 | 0,361 | Dipertahankan |
| 8. | 0,48569 | 0,361 | Dipertahankan |
| 9. | 0,545592 | 0,361 | Dipertahankan |
| 10. | 0,504346 | 0,361 | Dipertahankan |
| 11. | 0,394707 | 0,361 | Dipertahankan |
| 12. | 0,43899 | 0,361 | Dipertahankan |
| 13. | 0,48455 | 0,361 | Dipertahankan |
| 14. | 0,460852 | 0,361 | Dipertahankan |
| 15. | 0,47187 | 0,361 | Dipertahankan |
| 16. | 0,43074 | 0,361 | Dipertahankan |
| 17. | 0,472368 | 0,361 | Dipertahankan |
| 18. | 0,53459 | 0,361 | Dipertahankan |
| 19. | 0,494273 | 0,361 | Dipertahankan |
| 20. | 0,505207 | 0,361 | Dipertahankan |
| 21. | 0,398456 | 0,361 | Dipertahankan |
| 22. | 0,402065 | 0,361 | Dipertahankan |
| 23. | 0,629974 | 0,361 | Dipertahankan |
| 24. | 0,36879 | 0,361 | Dipertahankan |
| 25. | 0,395138 | 0,361 | Dipertahankan |
| 26. | 0,482803 | 0,361 | Dipertahankan |
| 27. | 0,432086 | 0,361 | Dipertahankan |
| 28. | 0,567189 | 0,361 | Dipertahankan |
| 29. | 0,418047 | 0,361 | Dipertahankan |
| 30. | 0,43828 | 0,361 | Dipertahankan |
| 31. | 0,516589 | 0,361 | Dipertahankan |
| 32. | 0,457318 | 0,361 | Dipertahankan |
| 33. | 0,4884 | 0,361 | Dipertahankan |
| 34. | 0,443391 | 0,361 | Dipertahankan |
| 35. | 0,459086 | 0,361 | Dipertahankan |

Setelah melakukan uji validitas diatas maka *blue print* skala intensitas penggunaan media sosial adalah sebagai berikut:

Tabel 6. *Blue print* skala intensitas penggunaan media sosial setelah uji coba

| No | Aspek | Indikator | Aitem (F) | Aitem (UF) | Jumlah Aitem | Bobot |
|----|-----------|--|-----------|------------|--------------|-------|
| 1. | Perhatian | d. Ketertarikan individu terhadap aktivitas yang | 7, 8, 16 | 9, 21, 29 | 6 | |

| | | | | | | |
|----|-------------|--|------------|------------|---|-------|
| | | sesuai dengan minatnya . | | | | 37,5% |
| | | e. Individu menunjukkan konsentrasi tinggi pada saat mengakses media sosial yang mereka gemari. | 2, 10 | 23, 30 | 4 | |
| | | f. Individu menikmati aktivitas saat mengakses media sosial yang mereka gemari | 1, 3 | 14 | 3 | |
| 2. | Penghayatan | d. Individu suka meniru hal atau informasi yang terdapat di media sosial | 4 | 15 ,28 | 3 | 37,5% |
| | | e. Individu suka mempraktikkan hal atau informasi yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata. | 11, 12, 22 | 20, 32, 34 | 6 | |
| | | f. Individu mudah terpengaruh hal atau informasi yang terdapat di media sosial dalam kehidupan nyata. | 5, 13, 19 | 31, 33 | 5 | |
| 3. | Durasi | b. Lama waktu ketika menggunakan media sosial | 17, 18, 26 | 6, 27 | 5 | 12,5% |

| | | | | | | |
|--------|-----------|--|--------|----|----|-------|
| 4. | Frekuensi | b. Banyaknya individu melakukan pengulangan perilaku . | 24, 35 | 25 | 3 | 12,5% |
| Jumlah | | | | | 35 | 100% |

Untuk mengetahui reliabilitas instrument, peneliti berpedoman pada hasil *cronbach's alpha* yang digunakan untuk mengukur apakah item skala tersebut reliabel atau tidak dengan cara membandingkan nilai *alpha* (*cronbach's alpha*) setelah item yang tidak valid dihapus dengan nilai *alpha*.

Sofyan Yamin menjelaskan bahwa uji reliabilitas adalah alat ukur yang mempunyai tingkat reliabilitas yang tinggi. Secara empirik, tinggi rendahnya reliabilitas ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas. Adapun dasar mengambil keputusan dalam uji reliabilitas adalah sebagai berikut:⁴³

- 1) Jika nilai *cronbach's alpha* > 0,60 maka angket dinyatakan reliabel atau konsisten.
- 2) Jika nilai *cronbach's alpha* < 0,60 maka angket dinyatakan tidak reliabel atau tidak konsisten.

Tabel 7. Hasil reliabilitas skala intensitas penggunaan media sosial

| Reliability Statistics | |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .888 | 35 |

⁴³ Sofyan Yamin, *SPSS COMPLETE*, (Jakarta Selatan: Salemba Infotek, 2011),281.

Dari tabel output di atas dapat diketahui banyaknya item atau butir pernyataan (*N of item*) ada 35 aitem dengan nilai cronbach's alpha $0,888 \geq 0,60$ maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji reliabilitas diatas, dapat disimpulkan bahwa ke-35 aitem pernyataan angket variabel intensitas penggunaan media sosial adalah reliabel atau konsisten.

b. Uji Validitas dan Reliabilitas Data *Prokrastinasi Akademik*

Berikut merupakan hasil dari uji validitas aitem pernyataan pada skala *prokrastinasi akademik*:

Tabel 8. Hasil validitas skala *prokrastinasi akademik*

| No Aitem | <i>Person Correlation</i> (R Hitung) | R Tabel | Keterangan Aitem |
|----------|--------------------------------------|---------|------------------|
| 1. | 0,467509 | 0,361 | Dipertahankan |
| 2. | 0,521381 | 0,361 | Dipertahankan |
| 3. | 0,417887 | 0,361 | Dipertahankan |
| 4. | 0,655837 | 0,361 | Dipertahankan |
| 5. | 0,603724 | 0,361 | Dipertahankan |
| 6. | 0,478878 | 0,361 | Dipertahankan |
| 7. | 0,482218 | 0,361 | Dipertahankan |
| 8. | 0,378714 | 0,361 | Dipertahankan |
| 9. | 0,386359 | 0,361 | Dipertahankan |
| 10. | 0,568397 | 0,361 | Dipertahankan |
| 11. | 0,520066 | 0,361 | Dipertahankan |
| 12. | 0,504858 | 0,361 | Dipertahankan |
| 13. | 0,643577 | 0,361 | Dipertahankan |
| 14. | 0,456811 | 0,361 | Dipertahankan |
| 15. | 0,46143 | 0,361 | Dipertahankan |
| 16. | 0,388261 | 0,361 | Dipertahankan |
| 17. | 0,494328 | 0,361 | Dipertahankan |
| 18. | 0,413139 | 0,361 | Dipertahankan |
| 19. | 0,412508 | 0,361 | Dipertahankan |
| 20. | 0,416019 | 0,361 | Dipertahankan |
| 21. | 0,628656 | 0,361 | Dipertahankan |

| | | | |
|-----|----------|-------|---------------|
| 22. | 0,433865 | 0,361 | Dipertahankan |
| 23. | -0,32479 | 0,361 | Gugur |
| 24. | 0,404419 | 0,361 | Dipertahankan |
| 25. | 0,453122 | 0,361 | Dipertahankan |
| 26. | 0,556744 | 0,361 | Dipertahankan |
| 27. | -0,05537 | 0,361 | Gugur |
| 28. | 0,495452 | 0,361 | Dipertahankan |
| 29. | -0,14577 | 0,361 | Gugur |
| 30. | 0,608044 | 0,361 | Dipertahankan |
| 31. | 0,469161 | 0,361 | Dipertahankan |
| 32. | 0,456894 | 0,361 | Dipertahankan |
| 33. | -0,07223 | 0,361 | Gugur |
| 34. | 0,525214 | 0,361 | Dipertahankan |

Dari data diatas dapat kita ketahui bahwa berdasarkan uji validitas pada 34 aitem pernyataan dari variabel *prokrastinasi akademik* didapatkan 30 aitem valid dan 4 aitem tidak valid yaitu aitem nomor 23, 27, 29, dan 33. Aitem yang tidak valid dikarenakan nilai $r_{hitung} \leq r_{tabel}$. Adapun skala *prokrastinasi akademik* setelah dilakukan uji validitas yaitu:

Tabel 9. Hasil skala *prokrastinasi akademik* setelah uji validitas

| No Aitem | <i>Person Correlation</i> (R Hitung) | R Tabel | Keterangan Aitem |
|----------|--------------------------------------|---------|------------------|
| 1. | 0,467509 | 0,361 | Dipertahankan |
| 2. | 0,521381 | 0,361 | Dipertahankan |
| 3. | 0,417887 | 0,361 | Dipertahankan |
| 4. | 0,655837 | 0,361 | Dipertahankan |
| 5. | 0,603724 | 0,361 | Dipertahankan |
| 6. | 0,478878 | 0,361 | Dipertahankan |
| 7. | 0,482218 | 0,361 | Dipertahankan |

| | | | |
|-----|----------|-------|---------------|
| 8. | 0,378714 | 0,361 | Dipertahankan |
| 9. | 0,386359 | 0,361 | Dipertahankan |
| 10. | 0,568397 | 0,361 | Dipertahankan |
| 11. | 0,520066 | 0,361 | Dipertahankan |
| 12. | 0,504858 | 0,361 | Dipertahankan |
| 13. | 0,643577 | 0,361 | Dipertahankan |
| 14. | 0,456811 | 0,361 | Dipertahankan |
| 15. | 0,46143 | 0,361 | Dipertahankan |
| 16. | 0,388261 | 0,361 | Dipertahankan |
| 17. | 0,494328 | 0,361 | Dipertahankan |
| 18. | 0,413139 | 0,361 | Dipertahankan |
| 19. | 0,412508 | 0,361 | Dipertahankan |
| 20. | 0,416019 | 0,361 | Dipertahankan |
| 21. | 0,628656 | 0,361 | Dipertahankan |
| 22. | 0,433865 | 0,361 | Dipertahankan |
| 23. | 0,404419 | 0,361 | Dipertahankan |
| 24. | 0,453122 | 0,361 | Dipertahankan |
| 25. | 0,556744 | 0,361 | Dipertahankan |
| 26. | 0,495452 | 0,361 | Dipertahankan |
| 27. | 0,608044 | 0,361 | Dipertahankan |
| 28. | 0,469161 | 0,361 | Dipertahankan |
| 29. | 0,456894 | 0,361 | Dipertahankan |
| 30. | 0,525214 | 0,361 | Dipertahankan |

Setelah dilakukan uji validitas diatas maka *blue print* skala *prokrastinasi akademik* adalah sebagai berikut:

Tabel 10. *Blue print* skala *prokrastinasi akademik*

| No | Aspek | Indikator | Aitem (F) | Aitem (UF) | Jumlah Aitem | Bobot |
|----|-----------------------|-----------------------------|-----------|------------|--------------|-------|
| 1. | <i>Perceived time</i> | c. Gagal menepati deadline. | 1, 22, 23 | 10, 19 | 5 | 25% |
| | | d. Suka menunda pekerjaan. | 3, 25 | 9, 24 | 4 | |

| | | | | | | |
|--------|---------------------------|---|--------|--------|----|------|
| 2. | <i>Intention-action</i> | c. Kesenjangan waktu antara rencana sendiri dan kinerja aktual. | 5, 12 | 29, 16 | 4 | 25% |
| | | d. Kesulitan melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. | 7, 14 | 13, 21 | 4 | |
| 3. | <i>Emotional distress</i> | c. Perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi. | 8, 30 | 28 | 3 | 25% |
| | | d. Merasa tenang karena waktu masih banyak. | 11,17 | 6, 20 | 4 | |
| 4. | <i>Perceived ability</i> | c. Tidak yakin terhadap.kemampuan dirinya. | 15, 27 | 2 | 3 | 25% |
| | | d. Takut akan kegagalan. | 18 | 4, 26 | 3 | |
| Jumlah | | | | | 30 | 100% |

Setelah melakukan uji validitas maka perlu dilakukan uji reliabilitas yaitu:

Tabel 11. Hasil reliabilitas skala *prokrastinasi akademik*

| Reliability Statistics | |
|------------------------|------------|
| Cronbach's Alpha | N of Items |
| .894 | 30 |

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa jumlah aitem (*N of items*) adalah 30 aitem dengan nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,894. Karena nilai *cronbach's alpha* $0,894 \geq 0,60$, maka semua aitem pernyataan angket untuk variabel *prokrastinasi akademik* adalah reliabel atau konsisten.