

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring dengan perkembangan zaman sekarang ini, pendidikan memiliki usaha dalam menumbuhkan, serta membantu mengembangkan potensi diri yang sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku di masyarakat. Norma-norma yang berlaku dimasyarakat seperti cara (*usage*), kebiasaan (*folkways*), tata kelakuan (*mores*), dan adat istiadat (*custom*), yang dapat menata dan membantu memberi batasan dalam berperilaku dan menyesuaikan diri dengan nilai-nilai yang berlaku dilingkungan sekitar (Rizka Alifa Rahmadhani, 2021).

UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas dijelaskan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara.

Sekolah merupakan salah satu lembaga atau tempat untuk belajar seperti membaca, menulis, dan belajar untuk berperilaku yang baik, serta menjadi bagian integral dari masyarakat yang berhadapan dengan kondisi nyata yang terdapat dalam masyarakat saat ini (Zanti Arbi Made Pidarta 2019 : 171). Sekolah juga berperan untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia agar selalu mengalami perkembangan maka dari pada itu,

pendidikan di Indonesia akan selalu ada perubahan sistem pendidikannya dari tahun ke tahun (Syahrin et al., 2019). Ketika mengikuti kegiatan belajar di sekolah, seorang siswa tidak akan lepas dari aturan serta tata tertib yang berlaku di sekolah. (Fahmi & Sukma, 2021). *Self-regulated learning* dibutuhkan siswa dalam proses belajar agar mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama bila menghadapi tugas-tugas yang sulit.

Siswa yang memiliki regulasi diri dalam belajar mampu menetapkan tujuan, merencanakan, dan menggunakan strategi belajar yang efektif. Sebaliknya, siswa yang regulasi dirinya rendah sering gagal dalam menerapkan strategi belajar yang efektif. Strategi yang dimiliki oleh masing-masing siswa dalam menyelesaikan dan mengerjakan tugas berbeda-beda, ada siswa yang mengerjakan tugas secara langsung di waktu guru memberikan tugas dan ada siswa memilih untuk mengulur waktu dalam mulai mengerjakan tugas maupun aktivitas akademik yang lain hingga batas waktu yang telah ditentukan. Dalam proses pembelajaran diperlukan suatu cara yang dapat mendorong siswa memahami masalah, melibatkan diri secara aktif untuk menemukan sendiri penyelesaian masalah, dan mendorong pembelajaran yang berpusat pada siswa, dan guru hanya sebagai fasilitator. Salah satu strategi pembelajaran yang dapat diterapkan untuk menurunkan penundaan tugas adalah strategi pembelajaran berbasis proyek.

Perilaku menunda tugas ini disebut dengan prokrastinasi akademik (Ariyanto et al, 2019). Perilaku prokrastinasi akademik yang secara terus-menerus akan menimbulkan ketidak disiplin dalam diri siswa (Antoni et al., 2019). Penelitian menunjukkan bahwa para siswa di sekolah memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi. Artinya, siswa menunda-nunda mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas, tidak sesuai deadline yang telah ditentukan, dan mendahulukan aktivitas lain saat mengerjakan tugas. Tingginya prokrastinasi akademik akan berpengaruh terhadap pembentukan kedisiplinan siswa, menghambat prestasi belajar, dan pada akhirnya akan menurunkan kualitas pembelajaran di sekolah.

Seseorang yang sering melakukan penundaan atau prokrastinasi akan amat dekat dengan kegagalan, karena prokrastinasi dapat menghambat siswa dalam mencapai hasil yang optimal. Sejalan dengan pendapat di atas, Khairunisa, Yusuf, & Firman (2022) menyebutkan bahwa perilaku prokrastinasi ini akan mengakibatkan dampak negatif bagi siswa seperti kualitas keilmuan akan menurun serta pencapaian prestasi akademik siswa pun menjadi menurun. Prokrastinasi yang dilakukan siswa berdampak pada penurunan prestasi akademik, kesejahteraan siswa, stress, dan penyesalan (Arikunto, 2022). Ketika siswa sering melakukan prokrastinasi maka semakin sering pula siswa kehilangan kesempatan dan peluang yang dimiliki untuk berprestasi. Perilaku prokrastinasi terjadi tidak selalu karena siswa kekurangan waktu dalam mengerjakan tugas, atau kurangnya waktu dalam belajar. Akan tetapi, saat ini siswa lebih

banyak menghabiskan waktu hanya untuk hiburan semata dibandingkan dengan urusan akademik, seperti suka begadang, jalan-jalan, menonton tv, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan (Cahyono, 2019). Artinya, perilaku tersebut dikarenakan ketidak mampuan siswa dalam membagi waktu belajar dengan aktivitas lainnya.

Hasil penelitian yang dilakukan Clark dan Hill (2019) menunjukkan bahwa sebesar 28% siswa menunda belajar menghadapi ujian, 36% menunda membaca buku pelajaran, dan 30% siswa menunda mengerjakan tugas tertulis. Studi yang dilakukan oleh Zeenath dan Orcullo (2022) menemukan dari 287 mahasiswa di Malaysia yang akan menghadapi ujian, 80% siswa mengalami prokrastinasi, dengan rincian 32,5% mempersiapkan ujian dua minggu sebelum ujian, 20% mempersiapkan ujian pada menit-menit terakhir, setelah menyelesaikan tugas, dan mempersiapkan ujian tergantung pada mood siswa, sehingga mayoritas siswa mengalami prokrastinasi dalam mempersiapkan menghadapi ujian. Haycock dkk. (2020) menemukan prokrastinasi terjadi pada mahasiswa strata tiga yang gagal dalam menyelesaikan disertasi.

Di Indonesia, Safira dan Suharsono (2018) melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa siswa kelas IX program akselerasi di SMA Kota Malang memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi yaitu sebesar 52,1%. Artinya, siswa menunda-nunda mengerjakan tugas, terlambat mengerjakan tugas, tidak sesuai deadline yang telah ditentukan, dan mendahulukan aktivitas lain saat mengerjakan tugas, sedangkan 47,9%

tergolong prokrastinasi rendah, artinya siswa segera mengerjakan tugas, tepat waktu mengerjakan tugas, antara rencana dan aktualisasi sesuai, serta fokus terhadap tugas yang ingin diselesaikan.

Penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Wiyanti (2018) pada siswa di salah satu SMP di Kota Klaten, menemukan permasalahan bahwa masih terdapat siswa yang melakukan prokrastinasi akademik terbukti sering ditemui siswa yang menunda atau bahkan tidak mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru hingga waktu yang telah ditentukan untuk mengumpulkan tugas tersebut. Siswa lebih sering diam ketika guru menanyakan alasan tidak mengerjakan, dan alasan yang paling banyak ditemui adalah lupa. Untuk tugas yang diberikan di sekolah pada umumnya berupa tugas dari LKS dan penugasan kelompok, namun antusias siswa dalam mengerjakan tergolong rendah. Menurut penuturan dari guru yang mengajar, siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain handphone serta game online dan tidak jarang meminta untuk menunda waktu pengumpulan tugas.

Permasalahan yang ditemukan pada beberapa siswa SMKN 7 Padang menunjukkan bahwa siswa kurang menyadari pentingnya tugas yang diberikan oleh guru di kelas. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru, rata-rata kurang dari separuh jumlah siswa dalam satu kelas yang telah mengerjakan tugas dan menyelesaikan dengan tepat waktu. Selebihnya, siswa mengerjakan tugas di kelas dengan cara menyontek pekerjaan temannya sebelum jam pelajaran dimulai. Selain itu, ada pula

anggapan bahwa siswa lebih mendahulukan pekerjaannya sehari-hari dari pada mengerjakan tugas yang diberikan sekolah yang pada akhirnya siswa melakukan penundaan tugas-tugas akademik dan tidak bisa membagi waktu untuk keperluan sekolah serta keperluan pribadi. Banyak siswa SMK 7 Padang yang terlena dengan *gadget* dan media sosial yang digunakannya sehingga pada saat proses belajar mengajar berlangsung siswa tidak bisa memisahkan diri dari *gadgetnya*, ada yang siaran langsung saat dikelas dan ada yang bermain game, sehingga berdampak pada kedisiplinan dan nilai akademiknya

Siswa di SMK 7 Padang tidak bisa memanajemen waktunya disaat belajar karena sibuk dengan dunia media sosial masing-masing, karena kemudahan dan kenyamanan pada aplikasi media sosial ini membuat mereka menggunakannya secara berlebihan sehingga menyebabkan adanya rasa kecanduan. Beberapa siswa lainnya mengatakan bahwa siswa senang dalam penggunaan media sosial, seperti senang bermain *instagram*, *twitter*, *whatsapp*, *tiktok*, *youtube* dengan intensitas waktu yang sering dan membuat mereka meninggalkan tugas dan kewajiban mereka, Karena bagi mereka belajar setiap hari sangat membosankan tanpa adanya hiburan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan siswa SMK N 7 Padang bahwa siswa cenderung mendahulukan kesenangan dibandingkan dengan mengerjakan tugas sekolah, maka dari itu penyebab munculnya prokrastinasi atau penundaan tugas oleh siswa salah satunya tidak bisa mendisiplinkan diri.

Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi atau penundaan adalah tidak bagusnya manajemen waktu, dimana ketika siswa tidak dapat mengatur waktunya dengan baik dan tidak dapat memprioritaskan yang seharusnya diprioritaskan maka akan sering melakukan penundaan dalam mengerjakan maupun menyelesaikan tugas yang ia miliki. Manajemen waktu merupakan jenis keterampilan yang berkaitan dengan segala upaya dan tindakan seseorang yang dilakukan secara terencana agar seseorang dapat memanfaatkan waktunya dengan sebaik-baiknya. Namun, apabila tidak bisa manajemen waktu terus dibiarkan maka dapat mengakibatkan dampak negatif bagi siswa dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

Kemampuan manajemen waktu adalah tindakan yang bertujuan untuk memperoleh sebuah penggunaan waktu yang efektif ketika melakukan tindakan tertentu yang mengarah pada tujuan (Claessens, 2020). Dengan menerapkan manajemen waktu siswa akan memiliki pengaturan diri dalam menggunakan waktu secara efektif dan efisien, berupa melakukan perencanaan, penjadwalan, mempunyai kontrol atas waktu, selalu membuat prioritas menurut kepentingannya dan tidak menunda-nunda pekerjaan yang harus diselesaikan (Macan, 2019). Kemampuan manajemen waktu yang baik pada siswa dapat berpengaruh pada pencapaian prestasi akademiknya (Sahin, 2018). Hal ini disebabkan, siswa terlalu banyak melakukan penundaan pengerjaan tugas dengan menghabiskan waktu bermain *smarthphone*, salah satunya media sosial.

Penggunaan media sosial yang dilakukan secara terus-menerus atau dengan rentang waktu yang sama dapat membuat seseorang melakukan prokrastinasi. Penggunaan media sosial diartikan sebagai konvergensi antara komunikasi personal dalam arti saling berbagi di antara individu (*be shared one to one*) dan media publik untuk berbagi kepada siapa saja tanpa ada kekhususan individu (Nasrullah, 2019: 11). Media sosial merupakan suatu media yang memfasilitasi pengguna untuk saling bertukar informasi maupun berbagi informasi antar pengguna, media sosial sering kali digunakan oleh siswa untuk membagikan tentang aktivitas-aktivitas keseharian yang dilakukan. Jenis media sosial sendiri terdiri dari media jejaring sosial, media berbagi, jurnal online, dan lain sebagainya.

Tingkat intensitas penggunaan media sosial terhadap tingkat prokrastinasi akademik sendiri dikategorikan menjadi tiga yaitu *light users*, *medium users*, dan *heavy users*. *Light users* merupakan kategori siswa yang mengakses media sosial dengan rentang waktu 2 jam dalam sehari sebanyak 53.7%, diklasifikasikan rendah terhadap prokrastinasi akademik. *Medium users*, kategori siswa yang mengakses media sosial dengan rentang waktu 3-4 jam sebanyak 43.2%, diklasifikasikan sedang terhadap prokrastinasi akademik. *Heavy users*, dengan kategori siswa yang mengakses media sosial dengan rentang waktu lebih dari 6 jam sebanyak 45.3% , diklasifikasikan tinggi terhadap prokrastinasi akademik (Junia dkk, 2019).

Media sosial merupakan sebuah wadah atau media yang digunakan dalam berinteraksi satu sama dengan menggunakan teknologi berbasis web sehingga 2 komunikasi akan menjadi lebih interaktif. Ada beberapa media sosial yang saat ini populer yaitu *facebook*, *youtube*, *whatsapp*, *twitter*, *instagram* dan berbagai hal lainnya (Rohmah, 2020). Selain itu, adapun aplikasi media sosial yang sangat populer dan diminati oleh banyak orang di seluruh dunia, yaitu aplikasi *Tik Tok*. Adanya media sosial membuat jarak dan waktu tidak lagi menjadi permasalahan dalam berinteraksi dengan satu sama lain

Berdasarkan data dari *statisca.com*, pengguna aktif media sosial *Facebook* pada 2020 mencapai 2,4 miliar, *Youtube* 2 miliar, *WhatsApp* 1,6 miliar, *Instagram* 1 miliar, dan *Twitter* 340 juta (Rohmah, 2020). Sedangkan menurut laporan dari *Sensor Tower*, aplikasi media sosial *Tik Tok* sudah diunduh 700 juta kali sepanjang tahun 2019 (Kusuma, 2020). Di Indonesia sendiri berdasarkan *money.kompas.com* juga dinyatakan bahwa di Indonesia sendiri terjadi kenaikan penggunaan internet mencapai angka 73.3% yang sebelumnya pada tahun 2018 hanya sebesar 64.8%. Kenaikan tersebut disebabkan oleh beberapa faktor dan paling tertinggi yaitu pada penggunaan media sosial sebesar 51%.

Selain itu dalam melakukan komunikasi dan mencari sumber informasi siswa juga akan menggunakan media sosial sehingga kecanduan terhadap media social (*social media addiction*) terhadap siswa akan menjadi meningkat karena siswa sendiri sedang berada pada fase

emerging adulthood (masa dewasa yang baru muncul). Dengan adanya fasilitas pada media sosial yang memberikan kesenangan dan kemudian juga akan menyebabkan siswa tertarik terhadap media sosial dan menyebabkan kecanduan media sosial (Hartinah, Sriati, dan Kosasih, 2019). Hal tersebut dibuktikan bahwa pada penelitian yang dilakukan oleh Rizki, Aat, dan Sri (2020) didapatkan hasil bahwa dari 72 sampel disimpulkan bahwa sebagian besar dari responden mengalami kecanduan media sosial tingkat rendah, sedangkan hampir setengah dari responden mengalami tingkat kecanduan media sosial tinggi.

Penelitian itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hartinah, Sriati, dan Kosasih (2019) mendapatkan hasil dari 240 siswa yang diteliti disimpulkan bahwa sebagian besar siswa (72.1%) mengalami gejala kecanduan media sosial sedang, sebagian kecil siswa (16.2%) mengalami gejala kecanduan media sosial tinggi, dan sebagian kecil siswa (11.7%) mengalami gejala kecanduan media sosial rendah. Berdasarkan hal tersebut kecanduan media sosial rendah masih mendapatkan hasil yang sangat kecil karena tingkat kecanduan media sosial mahasiswa cenderung pada tingkat tinggi dan sedang.

Dapat dilihat pada tabel dibawah ini jumlah sosial media yang dimiliki oleh siswa-siswi kelas XI SMK N 7 Padang:

Tabel 1. Jumlah Social Media Yang Dimiliki Siswa Kelas XI Di SMK N 7 Padang

No	Kelas	Jumlah Siswa	Sosial Media yang Dimiliki					
			IG	WA	Fb	Tiktok	Youtube	Twitter
	XI Kecantikan	66	66	66	9	66	22	3
	XI Musik	18	16	18	3	18	12	0
	XI Tari	27	27	27	0	13	27	3
	XI Karawitan	27	27	27	5	20	9	0
	XI Teater	7	7	7	2	7	7	0
	XI Tv	19	19	19	2	19	7	0
	XI Film	19	19	19	0	19	12	1
	Total	183	181	183	21	162	96	7
	Persentase	183	99%	100%	13%	88%	60%	4%

Sumber : Data Observasi SMK N 7 Padang

Persentase dari tabel 1 di atas aplikasi *WhatsApp*, *Tik-Tok*, dan *Instagram* merupakan aplikasi media sosial yang dimiliki oleh hampir seluruh responden kelas XI di SMK N 7 Padang, temuan ini didukung oleh pernyataan Endar (2019) bahwa *WhatsApp*, *Instagram*, dan *Tik-tok*, telah menjadi bagian dari kehidupan remaja masa kini, karena dengan aplikasi ini pengguna dapat mengambil foto, serta video, menerapkan filter digital lalu membagikannya ke *followers*-nya. Pengguna internet di Indonesia saat ini mencapai 88 juta orang, 79 juta orang diantaranya adalah user aktif media sosial (*We Are Social*). Kementerian Komunikasi dan Informasi (2021) mencatat bahwa 30 juta di antaranya adalah remaja. Peg (2017) menjelaskan bahwa alasan utama remaja sangat lekat dengan media sosial adalah untuk mencari perhatian, meminta pendapat, menumbuhkan citra, dan karena media sosial sudah menjadi candu bagi mereka. *Pilot study* peneliti menunjukkan bahwa fenomena ketergantungan media sosial merupakan hal yang sulit untuk dihindari bagi para remaja. Tabel 2

menjelaskan waktu yang dihabiskan oleh siswa kelas XI SMK N 7 Padang dalam penggunaan *gadget*.

Tabel 2 . Waktu yang dihabiskan Menggunakan Gadget

No	Kelas	Jumlah	Waktu Yang Dihabiskan				
			1 Jam	2 Jam	3 Jam	4-5 Jam	5-8 Jam
1	XI Kecantikan	66	18	21	15	9	3
2	XI Musik	18	2	12	4	0	0
3	XI Tari	27	5	7	15	0	0
4	XI Karawitan	27	19	5	3	0	0
5	XI Teater	7	0	0	7	0	0
6	XI Tv	19	8	11	0	0	0
7	XI Film	19	0	13	6	0	0
Total		183	52	69	50	9	3
Persentase		183	28%	38%	27%	5%	2%

Sumber : Data Observasi SMK N 7 Padang

Hasil survey yang dilakukan kepada siswa di kelas XI di SMK N 7 Padang menunjukkan bahwa 28% responden cenderung untuk memeriksa akun media sosialnya setiap satu jam sekali. Sebanyak 38% di antaranya menyatakan bahwa mereka merasa resah saat mengakses media sosial hanya beberapa jam. Sedangkan 34% lainnya siswa SMK N 7 Padang menghabiskan waktu nya dengan bermain sosial media lebih dari 3 jam. Hampir seluruh responden berpendapat bahwa media sosial sama-sama mempunyai dampak positif dan negatif bagi mereka, responden juga menyetujui jika media sosial merupakan sumber informasi, media untuk memperluas jaringan pertemanan, dan sarana untuk berekspresi, namun juga mengakui jika media sosial menyebabkan kecanduan, membuat mereka membandingkan kehidupannya dengan kehidupan orang lain, dan merasa minder serta tidak puas dengan kondisi fisiknya. Temuan ini sesuai

dengan hasil penelitian Uhlir (2021) bahwa media sosial banyak dimanfaatkan remaja untuk melakukan *self presentation* namun juga dapat menyebabkan terjadinya *social comparison* dan *low self esteem*.

Berdasarkan dari penjelasan di atas, maka peneliti tertarik mengadakan penelitian dengan judul **“Korelasi Kecanduan Media Sosial dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI pada Mata Pelajaran Informatika di SMK N 7 Padang Tahun Ajaran 2023/2024”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Masih tingginya tingkat kecanduan media sosial dikalangan siswa
2. Tidak bisa memanajemen waktu yang baik akibatnya pada prokratinasi akademik siswa dan disiplin diri.
3. Masih banyak siswa yang mengerjakan tugas tidak tepat waktu.
4. Banyak siswa yang menunda-nunda mengerjakan tugas yang diberikan.
5. Hampir 95% siswa SMK 7 Padang memiliki lebih dari 3 aplikasi sosial media di *gadget*-nya masing-masing.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka ruang lingkup permasalahan ini dibatasi pada **Korelasi Kecanduan Media Sosial dan Manajemen Waktu Terhadap**

**Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI pada Mata Pelajaran
Informatika di SMK N 7 Padang Tahun Ajaran 2023/2024.**

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah maka rumusan masalah pada penelitian ini senagai berikut :

1. Apakah terdapat korelasi kecanduan media sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa.
2. Apakah terdapat korelasi manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa.
3. Apakah terdapat korelasi kecanduan media sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik siswa.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang dilakukan adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar korelasi kecanduan media sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa.
2. Untuk mengungkapkan seberapa besar korelasi manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa.
3. Untuk mengungkapkan seberapa besar korelasi kecanduan media sosial dan manajemen waktu secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik siswa.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan kesempatan bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai korelasi antara kecanduan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas XI pada mata pelajaran informatika di SMK N 7 Padang serta diharapkan dapat menjadi penerapan keilmuan Pendidikan Teknik Informatika yang didapat selama diperguruan tinggi.

2. Manfaat bagi Institusi

Manfaat penelitian ini bagi institusi diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut mengenai kecanduan media sosial dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik siswa

3. Manfaat bagi peneliti lain

Meskipun penelitian ini masih dapat disempurnakan dikemudian hari, penelitian ini telah dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Prokrastinasi Akademik

a. Pengertian Prokrastinasi

Secara etimologis prokrastinasi adalah suatu mekanisme untuk mengatasi kecemasan yang berhubungan dengan cara memulai suatu pekerjaan dan dalam hal membuat keputusan (Fiore 2017). Prokrastinasi memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan pada waktu lain (Burka, J 2022). Prokrastinasi adalah seorang yang memiliki kecenderungan untuk menunda atau memulai pekerjaan ketika menghadapi pekerjaan dan tugas.

Prokrastinasi akademik adalah perilaku yang menunjukkan adanya kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, menghindari tugas dan lingkungan yang tidak menyenangkan karena mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas yang tidak menyenangkan, dan kecenderungan untuk menyalahkan orang lain sebagai sumber eksternal terhadap keadaan dirinya dalam menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang tidak sesuai antara rencana yang telah ditetapkan semula dengan waktu penyelesaian pengerjaan tugas-tugas akademik. Prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk:

(1) selalu atau hampir selalu menunda tugas akademik,

- (2) selalu atau hampir selalu mengalami problema kecemasan yang diasosiasikan dengan prokrastinasi Rothblum (dalam Ferrari, dkk., 2020)

Prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk menunda atau benar-benar menghindari kegiatan di bawah kontrol seseorang. Label prokrastinasi akademik diberikan kepada siswa yang kurang atau tidak memiliki *self-regulated learning*. Prokrastinasi akademik merupakan kombinasi dari:

- (1) ketidakpercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk mengerjakan tugas;
- (2) ketidakmampuan untuk menunda kepuasan; dan
- (3) menyalahkan orang lain sebagai sumber eksternal terhadap keadaan dirinya (Tuckman (2018).

Menurut (Wulan 2021), prokrastinasi dipandang dari berbagai batasan, yaitu:

- (1) prokrastinasi sebagai perilaku penundaan yaitu setiap perbuatan menunda dalam mengerjakan suatu tugas yang disebut prokrastinasi tanpa mempersalahkan tujuan dan alasan penundaan yang dilakukan.
- (2) prokrastinasi sebagai pola perilaku individu mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan adalah respon yang selalu dilakukan dalam menghadapi tugas disertai dengan adanya keyakinan irasional.