

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis (Novrialdy, 2019). Menurut World Health Organization (WHO), remaja merupakan penduduk dengan rentang usia mulai dari 10 hingga 19 tahun. Sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah (BKKBN, 2021).

Menurut data PBB (2022), jumlah penduduk dunia telah mencapai 8 miliar jiwa, Indonesia berada di peringkat keempat dengan jumlah penduduk terbanyak mencapai 273,5 juta jiwa (Databoks, 2022). Dari jumlah itu, penduduk Indonesia paling banyak berada pada rentang usia remaja 10-19 tahun, yaitu mencapai 44.3 juta jiwa, dan di Provinsi Sumatera Barat memiliki jumlah penduduk sebanyak 5.6 juta jiwa, sementara penduduk pada usia remajadengan rentang 10-19 tahun sebanyak 979.9 juta jiwa dari total penduduk Sumatera Barat (Badan Pusat Statistik, 2023). Berdasarkan survei penduduk antar sensus tahun 2020, jumlah penduduk remaja dengan rentang usia 10-19 tahun di Kota Padang mencapai 147.1 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023).

Pada rentang usia remaja 12-18 tahun, seseorang cenderung belajar dalam lingkungan formal, yaitu di sekolah atau diperguruan tinggi. Belajar merupakan

suatu kewajiban bagi seorang remaja yang sedang menempuh pendidikan di institusi pendidikan formal maupun nonformal (Sabella et al.,2021).

Pada usia remaja ini seseorang dituntut untuk berprestasi (Mubarak, 2022). Meskipun demikian, siswa lebih sering melakukan kegiatan-kegiatan diluar akademik yang kurang bermanfaat dibandingkan mengerjakan tugas-tugas sekolah. Hal ini terkadang membuat siswa jadi tidak tepat waktu dalam mengumpulkan tugas atau disebut dengan prokrastinasi. Suatu kejadian prokrastinasi muncul sebagai masalah umum terutama dalam kehidupan akademik dan disebut sebagai prokrastinasi akademik (Rozgonjuk et al., 2018).

Prokrastinasi akademik dapat terjadi pada semua kalangan terutama remaja. Tuckman (1991) mendefenisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan untuk meninggalkan, menunda atau benar-benar menghindari kegiatan yang seharusnya diselesaikan dengan sengaja. Defenisi lain yang lebih spesifik prokrastinasi akademik yaitu kecenderungan untuk menunda tugas akademik secara sengaja, meskipun hal ini dapat mengakibatkan konsekuensi negatif (Zacks & Hen, 2018). Berdasarkan beberapa pendapat diatas, peneliti simpulkan bahwa prokrastinasi akademik dipahami sebagai perilaku yang dibiasakan atau menjadi kebiasaan (secara disengaja) oleh individu dalam menyikapi tugas-tugas akademik yang diberikan, sehingga prokrastinasi akademik cenderung mengarah pada perilaku yang negatif. Oleh karena itu siswa yang melakukan prokrastinasi akademik akan mengalami kegagalan, hal ini dikarenakan

karena tugas yang belum selesai hingga batas waktu pengumpulan dan apabila tugas selesai maka hasilnya tidak optimal (Latipah et al., 2021; Akpur, 2019).

Prokrastinasi dapat bermakna positif maupun negatif. Prokrastinasi dikatakan positif bila penundaan dilakukan memiliki alasan, waktu dan maksud yang tepat. Prokrastinasi jenis ini bisa disebut dengan *functional procrastination*. Adapun prokrastinasi dengan makna negatif dilakukan tanpa memiliki tujuan tertentu dan tidak memiliki alasan melakukannya, sehingga dapat memunculkan masalah kedepannya. Prokrastinasi jenis ini dinamakan *dysfunctional procrastination* (Be et al., 2020; Gareau et al., 2019). Ada jenis *dysfunctional* prokrastinasi antara lain, *desisional procrastination* yaitu kesengajaan menunda pekerjaan atau tugas-tugas untuk menghindari kemungkinan stres, *avoidance procrastination* yaitu kesengajaan menunda pekerjaan untuk mengurangi beban dalam tugas-tugas yang dimiliki dengan cara mengingkari kesepakatan waktu yang telah diberikan, *Behavioral procrastination* yaitu suatu penundaan yang dilakukan sebagai bentuk penghindaran terhadap tugas-tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dikerjakan. Prokrastinasi lebih sering dimaknai negatif dalam penyelesaian tugas atau *dysfunctional procrastination*. Dengan begitu, pada penelitian ini dibatasi pada jenis prokrastinasi yang berakibat buruk dan dapat mengakibatkan masalah bagi akademik pada remaja.

Prokrastinasi akademik, yang merupakan penundaan yang disengaja dalam penyelesaian kegiatan, dan persiapan ujian, cukup umum di kalangan

siswa. Menurut berbagai perkiraan, antara setengah dan 90% mahasiswa dan siswa rentan terhadap perilaku ini dan prevalensi fenomena ini meningkat (Chehrzad et al., 2017). Chen et al., 2020 Menegaskan bahwa saat ini prokrastinasi akademik menjadi isu global bagi semua orang. Diperkirakan sekitar 80-90% siswa menunjukkan prokrastinasi akademik dan didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Permana, 2019 di SMA Darul Falah Cilicin pada 158 siswa, didapatkan hasil bahwa tingkat prokrastinasi akademik pada siswa tersebut tergolong tinggi mencapai 79%. Prokrastinasi terkait erat dengan kinerja akademik, dan dalam literatur ada banyak penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan frekuensi dan konsekuensi gagasan tersebut. Diperkirakan bahwa hampir 95% siswa menunda-nunda tugas akademik (Ellis & Knaus, 1977, sebagaimana dikutip dalam Akpur, 2019).

Prokrastinasi menjadi penting untuk diteliti karena frekuensi prokrastinasi yang tergolong tinggi, selain memiliki frekuensi yang tinggi prokrastinasi juga memberikan banyak kerugian terhadap pelakunya, baik kerugian materiil (Steel, 2007). Menurut Ferrari dan Morales (2007) prokrastinasi akademik memberikan dampak yang negatif, yaitu banyaknya waktu yang terbuang tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna (Ursia et al., 2013).

Prokrastinasi akademik berdampak negatif bagi remaja, termasuk prestasi akademik yang rendah, persiapan yang tidak mencukupi untuk tugas akademik nanti, stres, lebih rendah kepercayaan diri, kecurangan,

keputusan, dan kebosanan. ini konsisten dengan temuan dari berbagai penelitian yang menemukan banyak efek dari penundaan, seperti kepercayaan diri yang rendah, prestasi akademik yang buruk, dan keterlambatan, serta tingkat kecemasan, stres, dan penyakit (Fentaw et al., 2022) . Study sebelumnya telah menunjukkan bahwa ada signifikan dan hubungan antara perilaku prokrastinasi akademik dengan prestasi akademik yaitu jika prokrastinasi akademik meningkat maka prestasi akademik akan menurun (Be et al., 2020). Tice dan Baumeister (2017) juga mengatakan bahwa *academic procrastination* dapat menyebabkan stres dan memberi pengaruh pada disfungsi psikologis individu. Dalam pandangan AM Ilchenko, peningkatan tingkat penundaan di kalangan siswa terwujud dalam sehubungan dengan fakta bahwa remaja memilih aktivitas yang membuat mereka lebih senang pada titik tertentu dalam waktu dan tidak menyebabkan ketidaknyamanan atau stres (Ilchenko, 2017).

Stres merupakan hal yang sering ditemui dan sulit untuk dihindari dalam kehidupan sehari-hari bahkan (Sayle 1976, dalam Musabiq 2018) tanpa adanya stres, maka tidak akan ada kehidupan. Dalam konteks siswa terdapat empat sumber stress yaitu interpersonal, intrapersonal, akademik dan lingkungan (Musabiq 2018). Pada penelitian ini peneliti fokus pada stress yang bersumber dari akademik.

Dampak stres belajar penting dalam pendidikan karena berpotensi mengganggu proses pembelajaran siswa. Telah ditetapkan bahwa siswa cenderung mengalami stres karena faktor-faktor berikut: beban kerja

akademik yang berat, nilai yang buruk, persiapan yang tidak memadai untuk kelas, ketidakmampuan untuk mengatur rutinitas sehari-hari dengan baik, kurangnya waktu, kekecewaan pada profesi masa depan, menggabungkan pekerjaan dan studi, masalah keuangan, ketakutan akan masa depan (Musabiq 2018).

Menurut data penelitian AV Miklyaeva et al. (2018), prevalensi prokrastinasi akademik di lingkungan siswa dikaitkan dengan kurangnya minat dalam menyelesaikan tugas akademik, (Miklyaeva et al., 2018). Gejala penundaan akademik meliputi kurang tidur, tingkat stres yang tinggi, keterlambatan pekerjaan karena kurangnya waktu, penyelesaian pekerjaan rumah yang tidak tepat, kebingungan, menyalahkan diri sendiri, perasaan bersalah dan tidak mampu, rendah diri, kecemasan, dan depresi (Custer, 2018).

Prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh siswa tidak terjadi dengan sendirinya tetapi disebabkan oleh berbagai faktor. Penyebab prokrastinasi siswa di lingkungan akademik karena faktor internal dan eksternal (Anggraeni, 2023)(Mandasari & Nirwana, 2019). Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri siswa itu sendiri, seperti kondisi fisik, kondisi psikologis seperti motivasi intrinsik, efikasi diri dan kontrol diri. Adapun faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri siswa itu sendiri, pola asuh orang tua, lingkungan keluarga, pendidikan guru yang kurang memadai, ajakan teman sebaya, dan kegiatan-kegiatan yang lebih menarik siswa untuk meninggalkan tugas- tugas akademiknya (Munawaroh

et al., 2019).

Dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, remaja saat ini umumnya menghadapi tantangan yang terkait dengan kemajuan teknologi. Kemajuan tersebut telah membawa dampak di berbagai aspek kehidupan, termasuk perkembangan permainan *online* yang lebih dikenal sebagai "*game online*" (Sabella et al., 2021; Mubarak, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Griffiths et al, (2004), ditemukan bahwa individu yang lebih muda cenderung memiliki potensi yang lebih besar dalam bermain *game online*. *Game online* merupakan situs permainan dunia maya yang terhubung melalui jaringan internet. Industri *game online* yang semakin berkembang dan teknologinya semakin mudah sehingga *game online* dapat diakses dimana saja dan kapan saja (Astuti, 2020; Riyadi, 2021). Data *Newzoo (Global Games Market Report)* pada tahun 2018 tentang penggunaan *game online* di dunia sebesar 1,2 milyar. Hal ini menunjukkan bahwa pengguna *game online* di dunia sebanyak 50% dari total populasi dan data di Indonesia pengguna *game online* sebanyak 82 juta jiwa. dan meningkat di tahun 2022 mencapai 184,4 juta jiwa (Wijman, 2022).

Dalam hal ini, *games* atau permainan merupakan bentuk aktivitas yang digunakan untuk menyenangkan diri dan mengurangi kelelahan setelah melakukan tugas-tugas sehari-hari. Seiring dengan kemajuan zaman, permainan dan *game* juga mengalami transformasi. Kemajuan dalam teknologi dan informasi telah menghasilkan berbagai jenis permainan yang terus berkembang. *Game online* adalah jenis permainan yang hanya dapat

dimainkan dengan menggunakan koneksi internet. Bermain *game* telah menjadi kegiatan yang lazim dalam kehidupan sehari-hari, bahkan menjadi sarana untuk bersosialisasi dan membangun jaringan sosial. Permainan *online* juga dapat memiliki efek atau perubahan perilaku tertentu pada penggunanya, seperti yang diungkapkan oleh Stamm dan Bowess (Alifanza, 2018).

Jenis permainan *game online* yang sedang marak di Indonesia yaitu, *Multiplayer Online Battle Arena (MOBA)*, *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game (MMORPG)* dan *Battle Royal* (Lebho et al., 2020), *Game* ini memiliki unsur kompetisi, di mana pemain harus bersaing dengan pemain lain untuk mencapai tujuan tertentu. Hal ini dapat memicu keinginan untuk terus bermain dan mencapai level yang lebih tinggi atau mendapatkan hadiah tertentu. Hal ini yang membuat remaja menjadi sulit untuk berhenti bermain *game online*.

Beberapa masalah yang muncul ketika seseorang bermain *game online* secara berlebihan adalah kurangnya kepedulian terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol terhadap waktu, menurunnya prestasi akademik, menurunnya kesehatan pada remaja, mudah marah dan emosional (Novrialdy et al., 2019; Ibrahim & Ertina, 2019; Erik & Syenshie, 2020). Didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuhan (2016) menunjukkan bahwa tingginya tingkat bermain *game online* pada siswa sangat berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Semakin tinggi intensitas bermain *game online* pada siswa, maka semakin rendah prestasi belajar pada siswa.



Intensitas bermain *game online* merujuk pada seberapa kuatnya ketergantungan seseorang terhadap *game online* dan dampaknya terhadap pikiran mereka, seperti keasyikan bermain. Tingkat intensitas bermain *game online* dapat berkembang menjadi kecanduan atau tidak, tergantung pada gejala yang muncul, waktu yang dihabiskan, dan hal-hal penting yang dikorbankan untuk bermain, serta pengaruhnya terhadap pikiran para pemain (Altintas et al., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh (Limianto, 2020) menunjukkan bahwa *game online* memiliki efek negatif terhadap disiplin belajar siswa. Salah satu contoh perilaku kurang disiplin dalam belajar adalah menunda-nunda penyelesaian tugas akademik.

Menurut Young (2009) ketika seseorang bermain *game online* secara berlebihan maka dapat kehilangan kontrol waktu dan mengalami kesulitan dalam hal penyelesaian tugas akademik (Hr & Fikry, 2023) Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alborzi dkk (2019) tentang “*The Relationship between the Rate of the Use Computer Games and Academic Procrastinations: The Mediatory Role of Goal Orientation in Elementary School Students*” menyatakan bahwa anak yang dengan tingkat bermain *game* komputer tinggi mengakibatkan terjadinya penundaan dalam menyelesaikan tugas sekolah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game online* (Adams & Rollings, 2010), yaitu gender, kondisi psikologis, dan jenis game (Kurniawan, 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan, 2017), ditemukan bahwa intensitas bermain *game online*

memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sabella et al., 2021), yang menunjukkan bahwa penggunaan *game online* berperan dalam menyebabkan prokrastinasi akademik sebesar 51% pada siswa, sementara sisanya disebabkan oleh faktor-faktor fisik dan lingkungan yang mempengaruhi siswa.

Pada dasarnya tujuan dari bermain *game online* yaitu hanya sebagai hiburan untuk bersenang-senang sekedar mengisi waktu luang sesaat atau melakukan refreshing otak setelah melakukan kegiatan aktivitas sehari-hari. Namun bagaimana jika kegiatan bermain *game online* ini dilakukan berulang-ulang dan dilakukan dengan durasi waktu yang lama maka akan berdampak terhadap akademik remaja. Intensitas bermain *Game Online* dan prokrastinasi akademik adalah dua masalah serius yang banyak dihadapi oleh remaja diseluruh dunia. Kedua masalah ini dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan prestasi akademik remaja (Ibrahim & Ertina, 2019).

Membahas hubungan antara Intensitas *game online* dengan prokrastinasi akademik dapat membantu meningkatkan kesadaran tentang kedua masalah ini dan mendorong remaja untuk mengambil tindakan yang tepat untuk mengatasi mereka (Syahrin & Ardi, 2020). Oleh karena itu, dengan memahami hubungan antara Intensitas *game online* dengan prokrastinasi akademik pada remaja, kita dapat memperbaiki prestasi akademik remaja dengan mengurangi atau mencegah bermain *game online* secara berlebihan dan prokrastinasi akademik. Meskipun demikian, sampai

saat ini masih sedikit penelitian yang meneliti mengenai hubungan antara intensitas *game online* dengan prokrastinasi akademik tersebut.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan 10 orang siswa di SMA Negeri 12 Padang, dimana sebanyak 8 orang responden mengaku sering menunda mengerjakan tugas sekolah dan 2 orang mengaku menunda pekerjaan sekolah namun tidak sering. Secara umum alasan mereka menunda mengerjakan tugas sekolah adalah karena merasa malas dan melakukan kegiatan yang lain yang lebih menyenangkan dan menghibur, yaitu seperti menyaksikan film, bermain *game online*, bermain bersama teman sebaya dan lain-lain. Selain itu sebanyak 8 siswa bermain *game online* 4-6 jam dalam sehari bahkan lebih dan bermain setiap harinya sisanya sebanyak 2 orang bermain *game online* 2-4 jam setiap harinya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 12 Padang, hasil wawancara dengan Wakil Kepala Sekolah dan guru BK mengatakan bahwa ada siswa yang sengaja tidak masuk kelas karena tidak membuat tugas. Guru BK juga mengatakan bahwa siswa sering tidak fokus dalam menerima pelajaran, sering terlambat mengumpulkan tugas sekolah, ketiduran dalam kelas dan sering terlambat datang ke sekolah paling sedikit 10 siswa dalam sehari. Hal ini bisa mengakibatkan terjadinya penurunan prestasi akademik siswa.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dan studi pendahuluan yang telah dilakukan bahwa banyak nya remaja yang bermain *game online* dan menghabiskan banyak waktunya dengan bermain *game*, maka peneliti

tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara Intensitas bermain *gameonline* dengan prokrasnitasi akademik pada remaja di SMA Negeri 12 Padang Tahun 2023”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka peneliti menetapkan rumusan masala ”apakah ada hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan Prokrastinasi akademik pada remaja di SMA Negeri 12 Padang Tahun 2023”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan Prokrastinasi akademik pada remaja di SMA Negeri 12 Padang Tahun 2023.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik remaja di SMA Negeri 12 Padang
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi intensitas bermain *game online* di SMA Negeri 12 Padang
- c. Untuk mengetahui distribusi frekunesi Prokrastinasi akademik pada remaja di SMA Negeri 12 Padang.

- d. Diketahui hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan Prokrastinasi akademik pada remaja di SMA Negeri 12 Padang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Sebagai bahan untuk menambah wawasan, pengalaman dan pengetahuan dalam melakukan penelitian, mengolah, menganalisa, dan menginformasikan data yang didapatkan. Adapun manfaat selanjutnya untuk menambah pengetahuan tentang hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan Prokrastinasi akademik pada remaja.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan data dasar untuk peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan intensitas bermain *game online*.

### **3. Bagi Sekolah**

Bagi tempat penelitian diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan atau sumbangan pemikiran tentang hubungan intensitas bermain *game online* dengan prokrastinasi pada remaja.

### **4. Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan menambah referensi di Perpustakaan Fakultas Keperawatan.