

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1. Prestasi Akademik

2.1.1. Definisi Prestasi Akademik

Menurut Bloom (1956), prestasi akademik adalah hasil dari proses belajar yang mencakup tiga ranah utama, yaitu ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Bloom menekankan bahwa prestasi bukan hanya mencakup dari kemampuan mengingat atau pemahaman saja. Tapi kecerdasan juga melibatkan kemampuan berpikir dengan lebih dalam, seperti menganalisis, menggabungkan, dan mengevaluasi. Sehingga prestasi akademik dapat dikatakan sebagai cerminan dari kemampuan menyeluruh siswa dalam menguasai materi pelajaran dan kemampuan untuk mengaplikasikannya dalam konteks yang lebih luas.

Sementara itu menurut Slavin (2009), prestasi akademik adalah capaian belajar yang dapat diukur dan dilihat berdasarkan kemampuan siswa dalam menguasai tujuan pembelajaran yang telah ditentukan. Prestasi ini dapat dipengaruhi oleh kualitas pengajaran, karakteristik siswa, lingkungan belajar, serta waktu belajar yang efektif. Slavin (2009) menekankan bahwa prestasi belajar dapat dilihat melalui nilai ujian, hasil tugas, kuis, maupun indikator evaluasi yang ditetapkan oleh sekolah.

Menurut literatur dari Indonesia, prestasi belajar menurut Syah (2004) menjelaskan bahwa prestasi akademik mencerminkan tingkat keberhasilan siswa dalam memahami materi sekolah, yang biasanya diukur melalui nilai ujian pada berbagai mata pelajaran. Sementara itu, Syaiful Bahri dkk (2006) mendefinisikan prestasi akademik sebagai hasil belajar yang menghasilkan perubahan pada individu setelah berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Prestasi akademik merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku, ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa waktu dan tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar (Sobur, 2006).

Menurut Haidar dkk (2022) prestasi akademik siswa merupakan cerminan dari keberhasilan proses pendidikan di sekolah, yang tidak terbatas pada kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain. Di antara faktor-faktor tersebut, terdapat dua komponen penting yang memiliki pengaruh signifikan, antara lain faktor internal serta faktor eksternal. Faktor internal mencakup aspek psikologis dan karakter individu, salah satunya adalah konsep diri, sementara faktor eksternal bisa mencakup lingkungan belajar, dukungan sosial, serta fasilitas yang tersedia.

Menurut Thantawy (1995) mendefinisikan prestasi akademik sebagai indikator keberhasilan yang dicapai melalui upaya belajar, biasanya tercermin dalam nilai, angka, atau huruf. Sementara itu, Setiawan (2006) menjelaskan bahwa prestasi akademik mencerminkan tingkat pencapaian tujuan yang diraih melalui upaya belajar yang optimal. Azwar (2015), menambahkan bahwa prestasi akademik menunjukkan peningkatan atau pencapaian siswa sebagai indikasi kemajuan dalam suatu program pendidikan.

Selain itu, prestasi akademik dalam konteks pendidikan formal umumnya diukur melalui indikator-indikator objektif yang tercermin dalam sistem penilaian sekolah. Menurut Kunto (2013), hasil belajar atau prestasi akademik juga dapat dievaluasi melalui skor yang diperoleh dari berbagai bentuk penilaian yang diselenggarakan seperti ujian harian, ujian tengah semester, ujian akhir semester, tugas terstruktur, maupun nilai rapor. Penilaian tersebut dapat dijadikan sebagai indikator tingkat pencapaian kompetensi siswa sesuai dengan ketentuan kurikulum. Sehingga prestasi akademik memiliki konsep teoretis dan juga memiliki dasar pengukuran yang jelas melalui nilai atau skor yang diperoleh siswa dalam kegiatan evaluasi belajar.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa Prestasi Akademik adalah prestasi akademik adalah hasil belajar siswa yang tercermin dalam nilai atau skor, menunjukkan keberhasilan dalam mencapai tujuan pendidikan. Hal ini mencakup perubahan dalam kemampuan dan

keterampilan yang dihasilkan dari usaha belajar secara optimal.

2.1.2. Aspek-Aspek Prestasi Akademik

Menurut Syah (2004) prestasi belajar dibagi menjadi tiga aspek, yaitu sebagai berikut:

1. Aspek Kognitif (aspek pengetahuan)
Aspek ini berkaitan dengan kemampuan intelektual atau IQ siswa. Penilaian kognitif meliputi kemampuan observasi, daya ingat, pemahaman, penerapan, analisis, dan sintesis.
2. Aspek Afektif (aspek sikap)
Aspek afektif mencerminkan reaksi emosional siswa saat menerima informasi. Penilaian dilakukan melalui penerimaan, penyambutan, penghayatan, internalisasi, dan penokohan.
3. Aspek Psikomotor (aspek keterampilan)
Aspek psikomotor berfokus pada keterampilan siswa dalam melaksanakan tugas, termasuk keterampilan motorik serta ekspresi verbal dan nonverbal, yang memberikan informasi penting untuk pembelajaran.

2.1.3. Faktor-Faktor Prestasi Akademik

Menurut Supriyono (2004) faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik antara lain:

- A. Faktor Internal
 - 1) Faktor fisiologis meliputi aspek tubuh, kemampuan pendengaran, dan penglihatan.
 - 2) Faktor psikologis, yang terdiri atas:
 - a) Intelektual yang terdiri dari potensi (kecerdasan dan bakat) serta kemampuan nyata (prestasi).
 - b) Non-intelektual mencakup unsur kepribadian seperti sikap, kebiasaan, minat, kebutuhan, motivasi, emosi, dan kemampuan menyesuaikan diri.
 - c) Kesiapan fisik dan psikis

d) Lingkungan spriritual atau rasa aman.

B. Faktor Eksternal

- a) Pengaruh sosial, yang mencakup interaksi dalam keluarga, sekolah, masyarakat, dan kelompok sebaya.
- b) Pengaruh budaya, misalnya adat istiadat, ilmu pengetahuan, teknologi, dan kesenian.
- c) Lingkungan fisik, meliputi fasilitas rumah, sarana belajar, serta kondisi iklim.

2.2. Kecanduan Media Sosial

2.2.1. Definisi Kecanduan Media Sosial

Brown dkk (2019) dan Griffiths dkk (2014) mengemukakan bahwa perilaku kecanduan, termasuk kecanduan media sosial, adalah perilaku adiktif yang muncul ketika individu memberikan perhatian berlebihan pada aktivitas tertentu, merasakan perubahan mood positif ketika melakukannya, membutuhkan durasi yang semakin panjang untuk mendapatkan efek yang sama, mengalami rasa tidak nyaman ketika tidak dapat melakukannya, menghadapi konflik dengan lingkungan sosial atau internal dirinya, serta cenderung mengulangi perilaku tersebut meskipun sudah berusaha untuk mengontrolnya. Sementara itu Griffiths dkk (2014), memahami kecanduan media sosial melalui kerangka *cognitive-behavioral model*, yang menyatakan bahwa perilaku adiktif dipengaruhi oleh distorsi kognitif dan kebiasaan perilaku maladaptif.

Menurut Griffiths dkk (2014) kecanduan media sosial adalah perilaku kompulsif yang membuat pengguna sulit mengendalikan waktu penggunaan dan merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengakses media sosial. Di sisi lain, Andreassen (2015), menjelaskan bahwa kecanduan media sosial terbentuk melalui kombinasi faktor kepribadian, motivasi sosial, dan sensitivitas terhadap reward digital. Media sosial menyediakan sistem umpan balik instan seperti *likes*, komentar, dan notifikasi yang menghasilkan perasaan dihargai dan diterima secara sosial. Pola umpan balik ini

menciptakan *reward loop* yang membuat pengguna terdorong untuk terus memeriksa dan menggunakan platform secara berulang. Individu yang memiliki ciri kepribadian tertentu, seperti neurotisme atau kebutuhan tinggi untuk pengakuan sosial, lebih rentan mengalami penggunaan berlebihan.

LaRose dkk (2003) menjelaskan bahwa kecanduan media dapat dipahami sebagai bentuk kegagalan dalam mekanisme regulasi diri. Ketika individu tidak mampu mengendalikan dorongan untuk menggunakan media, perilaku tersebut dapat berkembang menjadi kebiasaan otomatis (*habitual behavior*). Media sosial menjadi sarana pelarian yang mudah diakses untuk mengurangi stres, kebosanan, atau tekanan emosional yang sedang dirasakan, sehingga semakin memperkuat pola penggunaan yang berulang dan impulsif. Di sisi lain Şahin (2018) menjelaskan bahwa kecanduan media sosial terjadi ketika seseorang menghabiskan waktu secara berlebihan di *platform* media sosial dan selalu ingin mengetahui segala sesuatu secara instan, yang dapat menyebabkan perilaku seperti ketergantungan virtual, lebih nyaman berkomunikasi secara *online*, dan gangguan visual. Syamsudin dkk (2015) menambahkan bahwa perilaku berlebihan, misalnya menghabiskan 5–6 jam per hari di media sosial, dapat membuat individu menggunakan media sosial sebagai pelarian dari dunia nyata, lebih nyaman berinteraksi secara virtual, dan menyebabkan masalah tertentu.

Menurut teori *Uses and Gratifications* Katz dkk (1974), individu memanfaatkan media untuk mencukupi kebutuhan tertentu seperti hiburan, perhatian, pelarian, informasi, dan interaksi sosial. Ketika kebutuhan tersebut dipenuhi secara berlebihan oleh media sosial, individu dapat mengalami ketergantungan psikologis, karena platform digital menyediakan gratifikasi instan yang memperkuat perilaku penggunaan berulang. Hal ini menjelaskan mengapa siswa dengan kebutuhan tinggi untuk hiburan atau interaksi sosial rentan mengalami kecanduan media sosial. Sementara itu, Festinger (1954) menjelaskan bahwa individu cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain sebagai bagian dari proses evaluasi diri. Dalam konteks media sosial, paparan berlebihan terhadap kehidupan ideal orang lain meningkatkan

kecemasan sosial dan kebutuhan untuk terus memeriksa aktivitas sosial digital. Mekanisme *social comparison* ini menjadi faktor psikis yang memperkuat perilaku kecanduan media sosial, terutama pada remaja yang masih berada pada tahap pencarian identitas.

Berdasarkan pengertian diatas, dapat ditarik bahwa kecanduan media sosial adalah perilaku kompulsif yang ditandai dengan penggunaan media sosial secara berlebihan, dimana individu sulit mengontrol waktu yang dihabiskan dan merasakan ketidaknyamanan saat tidak dapat mengaksesnya. Hal ini dapat mengganggu aktivitas sosial, pekerjaan dan kesehatan psikologis, serta menepatkan media sosial sebagai pelarian dari realita.

2.2.2. Aspek-Aspek Kecanduan Media Sosial

Menurut Griffiths dkk (2014) seorang individu dapat dikatakan kecanduan media sosial jika intensitas bermain media sosial tinggi dan memenuhi aspek-aspek kecanduan sebagai berikut:

a. *Salience*

Hal ini dianggap jika individu kecanduan media sosial jika menghabiskan waktu secara berlebihan, merasa cemas tanpa akses, dan mengabaikan tanggung jawab lainnya.

b. *Mood modification*

Hal ini menyebabkan individu menggambarkan diri saat bermain internet atau media sosial dapat berfungsi sebagai strategi coping stress dan merasa senang ketika dapat mengakses internet.

c. *Tolerance*

Proses dimana peningkatan penggunaan media sosial yang progresif dilakukan sebagai cara untuk mempengaruhi dan mengubah suasana hati individu.

d. *Withdrawal symptoms*

Hal ini adalah perasaan tidak nyaman yang timbul akibat pengurangan atau penghentian penggunaan internet, seperti mudah mara, cemas atau gemetar.

e. *Conflict*

Hal ini menyebabkan konflik yang muncul antara diri sendiri dan orang lain akibat terlalu banyak waktu yang dihabiskan di internet, terutama di media sosial.

f. *Relapse*

Kecenderungan untuk kembali menggunakan internet dan media sosial secara berulang meskipun sudah ada upaya kontrol.

2.2.3. Faktor-Faktor Kecanduan Media Sosial

Menurut Yahya dkk (2017) faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial adalah:

1. Faktor Psikologis

Kecanduan media sosial sering dikaitkan dengan kondisi psikologis tertentu, termasuk kesepian, ekstroversi, motivasi dan harga diri rendah, karakter depresif, neurotisme, dan tingkat optimisme seseorang.

2. Faktor Sosial

Kecanduan media sosial juga dipengaruhi oleh aspek sosial, termasuk komunikasi dalam keluarga, pertemanan, dan interaksi daring yang berlebihan.

3. Faktor Penggunaan Teknologi

Kecanduan media sosial juga dipengaruhi oleh faktor teknologi, termasuk lama waktu penggunaan platform, akses informasi, dukungan daring, kebutuhan hiburan, dan jenis perangkat yang digunakan.

2.2.4. Ciri-Ciri Kecanduan Media Sosial

Menurut Rizki Wulandari dkk (2020) seseorang yang kecanduan media sosial biasanya menunjukkan beberapa tanda, antara lain:

1. Sering menggunakan media sosial secara berlebihan.

2. Merasa gelisah atau cemas ketika tidak bisa mengakses *social media*.
3. Perlu lebih banyak waktu untuk merasa puas dengan penggunaan media sosial dan cenderung menarik diri dari interaksi sosial nyata.

Selain itu, Syamsuudin dkk (2015) menyebut bahwa seseorang bisa dikategorikan kecanduan media sosial jika rata-rata menghabiskan 5–6 jam per hari di *platform* tersebut.

2.3. Prokrastinasi Akademik

2.3.1. Definisi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik didefinisikan oleh Ferrari dkk (1995), sebagai penundaan dalam menyelesaikan tugas formal terkait pendidikan, termasuk pekerjaan sekolah, kuliah, atau kursus. Mereka juga menegaskan bahwa perilaku menunda tugas sering membuat waktu yang tersedia menjadi terbuang sia-sia. Selain itu, tugas yang seharusnya diselesaikan menjadi tertunda, dan apabila akhirnya dikerjakan, hasilnya cenderung tidak optimal. Menurut Ghufron (2010) prokrastinasi akademik adalah bentuk penundaan yang terjadi pada kewajiban formal dalam lingkup akademik (Syamsuudin dkk 2015).

Sementara itu, Steel (2007) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai penundaan secara sengaja terhadap tugas atau kegiatan, meskipun individu menyadari bahwa perilaku tersebut berdampak negatif baik saat ini maupun di masa mendatang. Santrock dkk (2008) menambahkan bahwa prokrastinasi akademik terjadi ketika seorang siswa menunda belajar menjelang ujian hingga menit-menit terakhir dan cenderung menyalahkan kurangnya waktu sebagai alasan kegagalan, sehingga mengalihkan perhatian dari kemungkinan ketidakmampuannya.

Berdasarkan teori *Self-Determination Theory* yang dikemukakan oleh Miller dkk (1988) prokrastinasi dapat muncul apabila kebutuhan dasar psikologis, yakni otonomi, kompetensi, dan rasa keterhubungan, tidak terpenuhi. Siswa yang merasa tidak mampu (*low competence*) atau tidak memiliki kendali (*low autonomy*) terhadap tugas akademik cenderung

menunda. Ketika kebutuhan dasar ini tidak terpenuhi, siswa cenderung terlibat dalam aktivitas lain yang memberikan pengalaman positif, seperti menghabiskan waktu di media sosial.

Dari penjelasan di atas, dapat tarik kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan yang disengaja terhadap tugas-tugas formal yang berkaitan dengan pendidikan, baik itu tugas sekolah, kuliah, atau mata kuliah. Tindakan ini sering kali mengakibatkan pemborosan waktu, pengerjaan tugas yang terabaikan dan hasil yang tidak optimal. Meskipun individu menyadari bahwa perilaku ini berdampak negatif, mereka tetap menunda kegiatan atau belajar hingga mendekati batas waktu, sering kali menyalahkan faktor eksternal untuk kegagalan yang dialami. Seseorang yang terlibat dalam perilaku ini disebut sebagai prokrastinor.

2.3.2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Terdapat empat aspek prokrastinasi akademik menurut (Ferrari dkk 1995):

1. Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seseorang yang menunda tugas akademik sebenarnya menyadari pentingnya menyelesaikannya tepat waktu namun ia tetap menunda pengerjaan karena kurang mampu mengatur waktu dan belum mengetahui prioritas tugas yang seharusnya diselesaikan lebih dahulu. Akibatnya beberapa pekerjaan menumpuk dan tidak selesai sesuai tenggat yang telah ditentukan.

2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Orang yang cenderung melakukan prokrastinasi biasanya kesulitan memenuhi tenggat waktu. Mereka lebih fokus pada hal-hal saat ini dan kurang memperhitungkan konsekuensi di masa depan. Hal ini membuat mereka sering tidak tepat waktu karena tidak mampu memperkirakan durasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas.

3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kriteria

Salah satu masalah utama dalam penundaan akademik adalah ketidakmampuan siswa untuk mengestimasi waktu penyelesaian suatu

tugas. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk membimbing dan merencanakan proses pembelajaran agar tujuan pribadi dapat tercapai.

4. Melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan

Sikap menunda pekerjaan sering disertai dengan kecenderungan menyalahkan orang lain ketika menghadapi kesulitan akibat tugas yang tidak segera diselesaikan.

Pada siswa, penundaan akademik paling sering terlihat dalam kebiasaan menunda memulai atau menyelesaikan tugas, berlama-lama, dan memilih kegiatan lain yang lebih menyenangkan. Hal ini biasanya terjadi karena keterampilan manajemen waktu yang buruk, persepsi kompetensi yang rendah, dan gangguan dari kegiatan non-akademik, seperti penggunaan media sosial. Aspek kesenjangan antara rencana dan realisasi tugas juga dapat sangat mempengaruhi, karena mereka seringkali tidak mampu mengestimasi waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas sekolah. Akibatnya, siswa lebih rentan menunda pekerjaan akademik hingga mendekati batas waktu, sehingga kualitas tugas yang dihasilkan menjadi menurun. Selain itu, kebutuhan remaja terhadap hiburan, validasi sosial, dan interaksi teman sebaya juga dapat membuat mereka memilih aktivitas yang memberikan kepuasan instan dibandingkan menyelesaikan tugas akademik, sehingga memperkuat kecenderungan prokrastinasi.

2.3.3. Faktor-Faktor Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi akademik sebagai perilaku disebabkan karena beberapa faktor. Menurut Ferrari dkk (1995), ada dua faktor yang menjadi penyebab munculnya prokrastinasi akademik, yaitu:

1. Faktor Internal

Faktor internal merujuk pada elemen yang berasal dari diri individu, termasuk kondisi fisik seperti lelah, serta aspek psikis seperti tipe kepribadian dan motivasi.

2. Faktor Eksternal

Faktor ini yang berasal dari lingkungan luar individu, termasuk jumlah tugas yang harus diselesaikan dalam waktu dekat atau secara bersamaan,

tingkat kontrol atau pengawasan yang diterima, serta pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua.

2.4. Subjek

2.4.1. Siswa SMK

Masa remaja adalah periode penting dalam kehidupan seseorang, ketika individu mulai mengenali identitas diri dan menapaki tahap awal kedewasaan (Hurlock 2003). Remaja berada dalam tahap perkembangan identity versus identity confusion, di mana mereka berusaha menyelesaikan krisis identitas, membentuk identitas unik, membangun hubungan yang bermakna dengan lingkungan, dan memperoleh pengakuan sosial (Sobh 2020). Perkembangan remaja mencakup aspek biologis, kognitif, dan sosiemosional, dimulai pada usia sekitar 10–13 tahun hingga 18–22 tahun (Santrock dkk 2008). Hurlock (2003) menambahkan bahwa remaja akhir di tingkat sekolah menengah biasanya berusia 16–18 tahun. Anak didik atau siswa memiliki peran penting dalam proses pendidikan karena mereka merupakan individu dengan potensi akal yang dapat diarahkan untuk menjadi manusia yang cakap dan berbudi pekerti luhur (Abu Ahmadi dkk 1997).

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah tingkatan pendidikan menengah yang bertujuan untuk mengajarkan siswa agar siap bekerja di dunia usaha. Tujuan pendidikan SMK adalah membekali siswa dengan keterampilan untuk bekerja secara mandiri atau beradaptasi dengan kebutuhan industri tertentu (Nasiona 2012). Pendidikan kejuruan adalah salah satu bentuk sistem pendidikan yang dirancang untuk menghasilkan individu dengan kompetensi khusus pada bidang pekerjaan tertentu (Evans 1987). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa siswa SMK dipersiapkan untuk menghadapi dunia industri modern atau pasar kerja, sekaligus mengembangkan kreativitas, yang semakin penting di era sekarang ini.

2.4.2. Karakteristik Siswa SMK

Anak didik atau siswa memiliki karakteristik yang khas. Menurut Barnadib, Suwarno, dan Mechaty dalam Abu Ahmadi dkk (1997), beberapa ciri yang menonjol antara lain:

- 1) Siswa belum mencapai kedewasaan penuh, sehingga masih membutuhkan bimbingan dari pendidik.
- 2) Aspek-aspek tertentu dari kedewasaan mereka masih dalam proses perkembangan, sehingga tanggung jawab pendidik tetap diperlukan.
- 3) Memiliki sifat dasar manusia yang berkembang dan perlu diarahkan secara terpadu, mencakup aspek biologis, spiritual, sosial, intelektual, emosional, kemampuan berkomunikasi, fungsi fisik, latar belakang individu, serta perbedaan individual.

2.4.3. Perkembangan Moral Siswa

Menurut Lawrence (2008), perkembangan moral pada remaja berlangsung melalui tiga tingkat utama, yaitu prakonvensional, konvensional, dan pascakonvensional. Dalam perspektif perkembangan moral Kohlberg, remaja berada pada tingkat konvensional, khususnya tahap 3 (orientasi keselarasan interpersonal) dan tahap 4 (orientasi hukum dan ketertiban). Pada tahap 3, keputusan siswa banyak dipengaruhi oleh kebutuhan untuk diterima dan dinilai baik oleh teman sebaya, guru, dan lingkungan sosial. Aspek ini sangat memengaruhi pilihan seperti “Aku mau berprestasi” ketika siswa merasa bahwa belajar dan berprestasi akan membuatnya dipandang positif oleh orang-orang penting di sekitarnya. Sebaliknya, jika lingkungannya lebih menghargai kesenangan, hiburan, atau penggunaan media sosial, maka siswa dapat memilih “Aku mau main terus” sebagai bentuk upaya mempertahankan penerimaan sosial.

Pada tahap 4, remaja mulai menyadari pentingnya aturan dan tanggung jawab, termasuk kewajiban akademik. Pada tahap ini, siswa yang telah menginternalisasi nilai tanggung jawab akan lebih mampu menunda kesenangan sesaat, mengendalikan penggunaan media sosial, dan fokus pada tugas-tugas akademik. Namun jika perkembangan moral tahap 4 belum terbentuk dengan kuat, siswa cenderung kesulitan menegakkan disiplin diri, sehingga lebih rentan terhadap prokrastinasi dan penggunaan media sosial berlebihan. Dengan demikian, perkembangan moral menurut Lawrence (2008) berperan penting dalam proses pengambilan keputusan akademik

siswa, apakah memilih berusaha meraih prestasi atau memilih aktivitas yang memberikan gratifikasi instan.

2.5. Hubungan Antar Variabel

2.5.1. Hubungan Kecanduan Media Sosial dan Prestasi Akademik

Menurut Griffiths dkk (2014) menyatakan bahwa kecanduan media sosial merupakan suatu perilaku kompulsif terhadap penggunaan media sosial yang memberikan dampak dalam kehidupan penggunaannya, dimana pengguna biasanya kesulitan mengatur waktu penggunaan media sosial mereka dan merasa tidak nyaman ketika mereka tidak dapat mengaksesnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari Jani (2021), menunjukkan hasil positif antara kecanduan media sosial dan prestasi belajar mahasiswa asrama di Sekolah Tinggi *Filsafat Jaffray* Makassar.

Hal ini menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan media sosial yang meningkat pada siswa, semakin rendah prestasi akademiknya. Sebaliknya, semakin tinggi prestasi akademiknya, semakin sedikit waktu yang mereka habiskan di media sosial. Analisis tersebut mengungkapkan koefisien korelasi sebesar 0,0661 antara kecanduan media sosial dan prestasi akademik, angka menunjukkan korelasi yang tinggi antara kedua *variable*. Lebih lanjut, pengaruh kecanduan media sosial terhadap prestasi akademik mencapai 65%, yang menunjukkan kontribusi yang signifikan.

2.5.2. Hubungan Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik

Menurut Ferrari dkk (1995), mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan menunda penyelesaian tugas formal yang berkaitan dengan pendidikan, seperti pekerjaan sekolah, kuliah, atau kursus. Berdasarkan penelitian Yuhan dkk (2021) terdapat hubungan negatif antara prokrastinasi akademik (variabel X) dan prestasi belajar (variabel Y). Artinya, semakin tinggi prokrastinasi seorang siswa, semakin rendah prestasi belajarnya. Sebaliknya, siswa dengan tingkat prokrastinasi rendah cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih tinggi.

Uji korelasi menghasilkan nilai signifikansi sebesar $0,005 < 0,05$ yang

menandakan adanya keterikatan yang bermakna. Tingkat kekuatan hubungan variabel ini menurut kriteria Guilford (1956) adalah $-0,393$, yang dikategorikan sebagai hubungan rendah namun tetap signifikan. Hasil uji menunjukkan bahwa r hitung ($0,393$) lebih besar daripada r tabel ($0,279$), sehingga H_a diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

2.5.3. Hubungan Kecanduan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik

Menurut Griffiths dkk (2014) menjelaskan bahwa kecanduan media sosial merupakan bentuk perilaku adiktif yang ditandai oleh enam komponen utama, yaitu *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *withdrawal*, *conflict*, dan *relapse*. Individu yang mengalami kecanduan media sosial cenderung menghabiskan waktu secara berlebihan untuk mengakses media sosial sehingga mengabaikan tanggung jawab akademik. Kondisi ini menyebabkan terganggunya pengelolaan waktu serta menurunnya kemampuan regulasi diri, yang pada akhirnya meningkatkan kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik.

Selanjutnya, Santrock dkk (2008) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai perilaku penundaan belajar yang dilakukan siswa, misalnya menunda persiapan menghadapi ujian hingga menit terakhir, kemudian menyalahkan keterbatasan waktu sebagai penyebab kegagalan. Perilaku ini berfungsi sebagai mekanisme pertahanan diri untuk mengalihkan perhatian dari kemungkinan kurangnya kompetensi akademik yang dimiliki individu. Dalam konteks penggunaan media sosial, distraksi yang ditimbulkan oleh akses media sosial secara berlebihan semakin memperkuat kecenderungan siswa untuk melakukan penundaan akademik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nadya dkk (2024) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kecanduan media sosial dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Negeri Padang. Hasil analisis *regresi* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,464$ dengan kontribusi sebesar $21,5\%$, yang mengindikasikan bahwa kecanduan media sosial memberikan sumbangan yang bermakna terhadap meningkatnya perilaku prokrastinasi akademik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kecanduan media sosial berperan dalam meningkatkan prokrastinasi akademik melalui gangguan regulasi diri, pengelolaan waktu, serta kecenderungan individu untuk menghindari tuntutan akademik yang dianggap menantang. Semakin tinggi tingkat kecanduan media sosial, maka semakin tinggi pula perilaku prokrastinasi akademik yang ditunjukkan oleh siswa atau mahasiswa.

2.5.4. Hubungan Kecanduan Media Sosial, Prokrastinasi Akademik dan Prestasi Akademik

Menurut Griffiths dkk (2014) menjelaskan bahwa kecanduan media sosial merupakan bentuk perilaku adiktif yang ditandai dengan penggunaan kompulsif, kesulitan mengontrol durasi penggunaan, serta munculnya rasa tidak nyaman ketika individu tidak dapat mengakses media sosial. Kondisi ini menyebabkan individu lebih memprioritaskan aktivitas daring dibandingkan kewajiban lain yang lebih penting, termasuk aktivitas akademik. Dalam konteks pendidikan, kecanduan media sosial berpotensi mengganggu konsentrasi belajar dan pengelolaan waktu siswa, sehingga berdampak pada penurunan prestasi akademik.

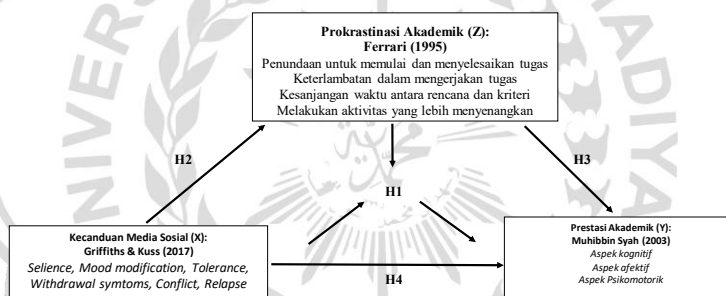
Selanjutnya, Steel (2007) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik berkaitan erat dengan kegagalan regulasi diri, di mana individu cenderung memilih aktivitas yang memberikan kesenangan jangka pendek dibandingkan tugas akademik yang menuntut usaha dan konsentrasi. Salah satu bentuk distraksi utama yang memicu perilaku tersebut adalah penggunaan media sosial secara berlebihan. Ketika siswa mengalami kecanduan media sosial, kemampuan mengendalikan diri dalam menyelesaikan tugas akademik menjadi menurun, sehingga kecenderungan untuk menunda pekerjaan akademik semakin meningkat.

Lebih lanjut, Ferrari dkk (1995) ohnsonmengemukakan bahwa prokrastinasi akademik memiliki dampak negatif terhadap performa akademik, seperti menurunnya kualitas tugas, rendahnya capaian nilai, serta meningkatnya tingkat stres dan kecemasan pada siswa. Dampak tersebut menunjukkan bahwa prokrastinasi bukan sekadar kebiasaan menunda, tetapi

merupakan perilaku maladaptif yang secara langsung memengaruhi prestasi akademik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Caratiquit dkk (2023) menemukan bahwa kecanduan media sosial berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik melalui prokrastinasi akademik sebagai variabel mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan media sosial, semakin tinggi pula prokrastinasi akademik siswa, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan prestasi akademik. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa prokrastinasi akademik berperan sebagai mekanisme psikologis yang menjembatani hubungan antara kecanduan media sosial dan prestasi akademik.

2.6. Kerangka Konseptual



2.7. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka berpikir diatas maka jawaban sementara atau hipotesis yang diajukan adalah:

H0 : Tidak ada pengaruh antara kecanduan media sosial (x) terhadap prestasi akademik (y) dengan mediasi prokrastinasi akademik (z).

H1 : Terdapat pengaruh antara kecanduan media sosial (x) terhadap prestasi akademik (y) dengan mediasi prokrastinasi akademik (z).

H2 : Terdapat pengaruh antara kecanduan media sosial (x) terhadap prokrastinasi akademik (z).

H3 : Terdapat pengaruh antara prokrastinasi akademik (z) terhadap prestasi akademik (y).

H4 : Terdapat pengaruh kecanduan media sosial (x) terhadap prestasi akademik (y)