

**PENGARUH *SMARTPHONE ADDICTION* DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA N 1 NALUMSARI
JEPARA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

EMBUN BUNGA HARUM CENDANA

NIM. 2004046045

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG
2024**

**PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION DAN MOTIVASI BELAJAR TERHADAP
PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA SMA N 1 NALUMSARI
JEPARA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1

Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora

Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi



Oleh:

EMBUN BUNGA HARUM CENDANA

NIM. 2004046045

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**

SEMARANG

2024

DEKLARASI KEASLIAN

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Embun Bunga Harum Cendana

NIM : 2004046045

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap
Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari

Dengan penuh tanggung jawab, menyatakan bahwa skripsi ini seluruhnya merupakan murni hasil karya penulis sendiri dan tidak berisi pemikiran-pemikiran orang, terkecuali penulis sertakan sumber di dalamnya.

Semarang, 12 Oktober 2024



Embun Bunga Harum Cendana

NIM. 2004046070

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo Semarang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya, maka kami menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Embun Bunga Harum Cendana

NIM : 2004046045

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Jurusan : Tasawuf dan Psikoterapi

Judul Skripsi : Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari

Dengan ini telah kami setuju dan segera untuk diujikan, demikian atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, 12 Oktober 2024

Disetujui oleh:

Pembimbing,



Ernawati M. Stat

NIP.199310062019032025

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Skripsi saudara : Embun Bunga Harum Cendana
NIM : 2004046045
Judul : Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap
Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1
Nalumsari Jepara

Telah dimunaqasyahkan oleh dewan penguji Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dan dinyatakan **LULUS** pada tanggal
28 Oktober 2024 dan dapat diterima sebagai syarat guna memperoleh gelar Sarjana
Strata I tahun akademik 2024/2025.

Semarang, 28 Oktober 2024

Sekretaris Sidang


Ketua Sidang
Rahmatulloh, M. Psi.T
NIP. 198812192018011001



Komari, M. Si

NIP.198703082019031002

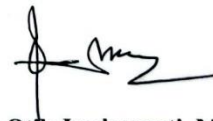
Penguji Utama I



Bahroon Ansori, M. Ag.

NIP. 197505032006041001

Penguji Utama II



Oti Jembarwati, M.A

NIP. 197505082005012001

Dosen Pembimbing



Ernawati, M. Stat

NIP. 199310062019032025

MOTTO

وَأَن لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

“Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah diusahakannya.”

- QS. An-Najm:39 -

TRANSLITERASI

Transliterasi merupakan sebuah usaha dalam penyalinan huruf abjad bahwa satu dengan bahasa yang lainnya. Transliterasi huruf Arab kedalam huruf latin yang digunakan didalam penulisan skripsi ini berlandaskan kepada Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor : 158/1987 dan 05936/UI/1987.

1. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan arab dilambangkan dengan huruf, dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf dan sebagian dilambangkan dengan tanda, dan sebagian lain lagi dengan huruf dan tanda sekaligus.

Di bawah ini daftar huruf Arab itu dan transliterasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	-	-
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	Es (menggunakan titik diatas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	Ha
خ	Kha	Kh	Ka dan Ha
د	Dal	D	De

ذ	Zal	Ẓ	Zet (menggunakan titik diatas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es dan Ye
ص	Sad	ṣ	Es (menggunakan titik diatas)
ض	Dad	ḍ	De (menggunakan titik diatas)
ظ	Ta	ṭ	Te (menggunakan titik diatas)
ظ	Za	ẓ	Zet (menggunakan titik diatas)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik (didas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef

ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	La	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	‘	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Sistem transliterasi ini tidak berlaku jika:

- Pada kosa kata Arab yang biasa digunakan didalam Bahasa Indonesia serta yang tercantum didalam Kamus Umum Bahasa Indonesia, seperti: AlQur'an, hadits, mazhab, syariat dan lafaz.
- Pada judul buku yang memakai kata kasa Bahasa Arab, akan tetapi telah dilatinkan oleh penerbit, misalnya judul dari buku Al-Hijab.
- Pada nama pengarang yang memakai nama Arab, namun berasal dari sebuah negara yang memakai huruf latin, seperti Quraish Shihab, Ahmad Syukri Soleh. Pada nama penerbit yang ada di Indonesia yang memakai kata Arab, seperti Toko Hidayah, Mizan.

2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

a. Vokal Tunggal

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ	Fathah	A	a
ِ	Kasrah	I	i
ُ	Dhammah	U	u

b. Vokal Rangkap

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu :

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ ... ي	fathah dan ya	Ai	a dan i
َ ... و	fathah dan wau	Au	a dan u

Kataba	كَتَبَ	-	yazhabu	يَذْهَبُ
Fa'ala	فَعَلَ	-	su'ila	سُعِلَ
Zukira	ذَكَرَ	-	kaifa	كَيْفَ

3. Maddah

Maddah atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu :

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
َ ... ا ... ي	Fathah	Ā	a
ِ ... ي	Kasrah	Ī	i
ُ ... و	Dhammah	Ū	u

Qāla	-	قال
Ramā	-	رما
Qīla	-	قيل
Yaqūlu	-	يقول

4. Ta Marbutah

Transliterasi untuk ta marbutah ada dua:

a. Ta marbutah hidup

Ta marbutah yang hidup atau mendapat harakat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah /t/

Contoh: روضة - rauḍatu

b. Ta marbutah mati

Ta marbutah mati atau mendapatkan karakter sukun, transliterasinya adalah /h/

Contoh: روضة - rauḍah

5. Syaddah (Tasydid)

Syaddah atau tasydid yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda syaddah atau tasydid, dalam transliterasi ini tanda syaddah tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu.

Contoh : رَبَّن - rabbana
 الْبِرِّ - al-birr
 نَعَمْ - na'ama

6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf ال namun dalam transliterasi ini kata sandang dibedakan atas kata sandang yang diikuti huruf syamsiah dan kata sandang yang diikuti huruf qamariah.

a. Kata sandang yang diikuti huruf syamsiah

Kata sandang yang diikuti huruf syamsiah ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandang itu.

- b. Kata sandang diikuti huruf qamariah Kata sandang yang diikuti huruf qamariah ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan di depan dan sesuai pula dengan bunyinya. Baik diikuti oleh huruf syamsiah maupun huruf qamariah, kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikuti dan dihubungkan dengan kata sandang.

Contoh: الرّحمن - ar-rahman
 الشّمس - asy-syamsu
 القمر - al-qamaru

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa Alif.

Contoh: تأخذون - ta'khudzūna
 شيء - syai'un
 أمّرت - umirtu

8. Penulisan Kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim, maupun harf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya diragukan dirangkaikan dengan kata lain, karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh: وإنّ الله لهو خير الرازقين Wa innallāha lahuwa khairurrāziqīn
 مناسطع اليه سبيلا Manistatā'a ilaihi sabīlā

9. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya : huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama

diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh: وما محمد إلا رسول Wa mā Muhammadun illā rasūl

10. Tajwid

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian yang tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu, peresmian pedoman transliterasi Arab-Latin (Versi Internasional) ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, berkat limpahan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Skripsi berjudul “Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara” disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S. 1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, saran-saran dan arahan dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Orang tua penulis, yang telah memberikan dukungan, motivasi dan doa untuk memperlancar proses penelitian ini
2. Bapak Dr. H. Moh. Sya’roni, M. Ag., selaku Dekan di Fakultas Ushuludin dan Hunaniora UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Sri Rejeki, S. Sos.I., M. Si., selaku Ketua Jurusan Tasawuf & Psikoterapi serta Bapak Royanullah, M. Psi.T., selaku Sekretaris Jurusan Tasawuf & Psikoterapi yang telah menyetujui dan mengarahkan dalam proses penulisan skripsi ini.
4. Bapak Ulin Ni’am Masruri, Lc. MA., selaku wali dosen yang telah memberikan kemudahan dalam proses penyelesaian tugas akhir.
5. Ibu Ernawati, M. Stat., selaku dosen pembimbing yang telah senantiasa memberikan bimbingan, dukungan dan arahan dalam proses penulisan skripsi ini.
6. Seluruh dosen pengajar di lingkungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai ilmu pengetahuan, sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
7. Anugrah Bintang Ramadhan selaku adik penulis yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis.
8. Wahid Aliana yang senantiasa memberikan dukungan dan menjadi tempat ternyaman penulis untuk berbagi cerita dan keluh kesah serta memberikan saran dan masukan pada setiap kesulitan yang dihadapi penulis.

9. Adina Novi dan Maulida naura selaku teman penulis yang telah banyak membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
10. Keluarga Kopi NaDi yang bersedia memberikan waktu dan tempat bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
11. Teman-teman Kos Wismasari Evi, Pritti, Fadel dan Dinu yang banyak membantu penulis.
12. Pihak SMA N 1 Nalumsari yang bersedia menjadi tempat penelitian sehingga penulis dapat melaksanakan penelitian untuk penyusunan skripsi.
13. Seluruh teman penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
14. Berbagai pihak yang secara langsung maupun tidak langsung telah membantu, baik dukungan maupun material dalam proses penyusunan skripsi.
15. Diri pribadi penulis, terimakasih Embun sudah berjuang sampai titik ini dan tetap bertahan sampai saat ini.

Terimakasih atas dukungan dan kebaikan Bapak/Ibu, Saudara/i dalam penelitian maupun selama perkuliahan. Penulis berharap semua dukungan dan kebaikan yang diberikan akan dibalas oleh Allah SWT.

Pada akhirnya penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya dan para pembaca pada umumnya.

Semarang, 15 Oktober 2024

Penulis,



Embun Bunga Harum Cendana

NIM. 2004046045

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan penuh rasa syukur, saya persembahkan karya ini kepada kedua orang tua saya tercinta, Ibu Widiawati dan Bapak Mukhoifin, serta adik saya tersayang Anugrah Bintang Ramadhan yang telah memberikan segala dukungan, kasih sayang, dan pengorbanan yang tiada henti. Terima kasih atas bimbingan dan motivasi yang telah membuat saya mampu mencapai impian ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
DEKLARASI KEASLIAN.....	iii
NOTA PEMBIMBING	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	v
TRANSLITERASI.....	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	xiv
PERSEMBAHAN.....	xvi
DAFTAR ISI.....	xvii
ABSTRAK.....	xx
ABSTRACT.....	xxi
DAFTAR TABEL	xxii
DAFTAR LAMPIRAN	xxiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
D. Kajian Pustaka	9
E. Sistematika Penulisan	15
BAB II LANDASAN TEORI.....	16
A. Prokrastinasi Akademik	16
1. Pengertian Prokrastinasi Akademik	16
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik	19

3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....	23
4. Prokrastinasi (Menunda Pekerjaan) dalam Perspektif Islam.....	25
B. <i>Smartphone Addiction</i>	27
1. Pengertian <i>Smartphone Addiction</i>	27
2. Aspek-Aspek <i>Smartphone Addiction</i>	31
3. <i>Smartphone Addiction</i> dalam Perspektif Islam	33
C. Motivasi Belajar.....	35
1. Pengertian Motivasi Belajar	35
2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar	37
3. Motivasi Belajar Perspektif Islam	38
D. Dampak <i>Smartphone Addiction</i> dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik	41
E. Kerangka Teori.....	43
F. Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	44
A. Jenis Penelitian.....	44
B. Identitas Variabel	44
C. Definisi Operasional Variabel	45
1. Prokrastinasi Akademik.....	45
2. <i>Smartphone Addiction</i>	46
3. Motivasi Belajar	46
D. Populasi dan Sampel.....	47
1. Populasi	47
2. Sampel.....	48
E. Metode Pengambilan Data.....	49
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	53

1. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik.....	53
2. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Smartphone Addiction</i>	55
3. Uji Validitas dan Reliabilitas Motivasi Belajar	56
G. Teknik Analisa Data	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	59
A. Kancan Penelitian	59
B. Hasil Penelitian	60
C. Hasil Analisis Data Regresi Linier Berganda	65
D. Pembahasan.....	72
BAB V PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan	78
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN-LAMPIRAN	88
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	115

ABSTRAK

Perilaku prokrastinasi akademik saat ini tengah menjadi fenomena yang menarik perhatian, terlebih lagi karena banyak terjadi di kalangan remaja. Perilaku prokrastinasi ini ditandai dengan kebiasaan seseorang yang seringkali menunda-nunda dalam memulai dan menyelesaikan suatu pekerjaan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 280 siswa di SMA N 1 Nalumsari. Metode yang digunakan dalam penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan mencakup tiga skala, yaitu skala *smartphone addiction*, skala motivasi belajar dan skala perilaku prokrastinasi akademik. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik dengan pengaruh sebesar 0,373 dengan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Motivasi belajar berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik dengan pengaruh sebesar -0,790 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Kemudian *smartphone addiction* dan motivasi belajar secara stimulan berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik dengan presentase pengaruh sebesar 0,402 atau setara 40,2% dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh signifikan dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.

Kata kunci: *Smartphone addiction*, motivasi belajar dan perilaku prokrastinasi akademik

ABSTRACT

This study examines the impact of smartphone addiction and learning motivation on the academic procrastination behavior of high school students at SMA N 1 Nalumsari, Jepara. Academic procrastination, characterized by the habitual delay in initiating and completing tasks, has emerged as a significant phenomenon among adolescents. The research aims to empirically assess the relationships between smartphone addiction, learning motivation, and academic procrastination. The sample comprises 280 students from SMA N 1 Nalumsari, and a quantitative research methodology is employed, utilizing accidental sampling techniques. The measurement tools include three scales: the Smartphone Addiction Scale, the Learning Motivation Scale, and the Academic Procrastination Behavior Scale. Data analysis is performed using multiple linear regression analysis. Results indicate a significant effect of smartphone addiction on academic procrastination behavior, with a coefficient of 0.373 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). Additionally, learning motivation is found to negatively influence academic procrastination behavior, with a coefficient of -0.790 and a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). The combined influence of smartphone addiction and learning motivation accounts for 40.2% of the variance in academic procrastination behavior, with a significance level of 0.000 ($p < 0.05$). In conclusion, the findings suggest that both smartphone addiction and learning motivation have a significant impact on academic procrastination behavior among students at SMA N 1 Nalumsari, Jepara.

Keywords: Smartphone addiction, learning motivation, academic procrastination behavior

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kajian Pustaka.....	9
Tabel 3.1 Data Jumlah Keseluruhan Siswa.....	47
Tabel 3.2 Skor Skala <i>Likert</i>	50
Tabel 3.3 Blue Print Prokrastinasi Akademik	50
Tabel 3.4 Blue Print <i>Smartphone Addiction</i>	51
Tabel 3.5 Blue Print Motivasi Belajar.....	52
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik (Y)	54
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas <i>Smartphone Addiction</i> (X1).....	56
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Motivasi Belajar (X2)	56
Tabel 4.1 Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	62
Tabel 4.2 Rentang Skor Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik	62
Tabel 4.3 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik	63
Tabel 4.4 Rentang Skor Kategorisasi Variabel <i>Smartphone Addiction</i>	63
Tabel 4.5 Kategorisasi Variabel <i>Smartphone Addiction</i>	64
Tabel 4.6 Rentang Skor Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar.....	64
Tabel 4.7 Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar.....	65
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas	66
Tabel 4.9 Hasil Uji Autokorelasi.....	67
Tabel 4.10 Hasil Uji Heteroskedastitas	68
Tabel 4.11 Hasil Uji Multikolinieritas	69
Tabel 4.12 Hasil Uji F	69
Tabel 4.13 Hasil Uji T	70
Tabel 4.14 Hasil Uji Koefisien Determinasi	70

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	89
Lampiran 2	92
Lampiran 3	103
Lampiran 4	108
Lampiran 5	110
Lampiran 6	113

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Era globalisasi saat ini memberikan dampak yang besar dalam berbagai aspek kehidupan. Sehingga memunculkan tantangan baru yang perlu dihadapi. Salah satu tantangan nyata yang ada adalah tuntutan pada bidang pendidikan. Pada dasarnya, pendidikan adalah proses belajar guna memperoleh ilmu pengetahuan yang terjadi selama seumur hidup yang dapat dilakukan di berbagai tempat sehingga kemudian dapat memberikan pengaruh positif pada pertumbuhan individu¹.

Seperti halnya ilmu pengetahuan yang terus berkembang, sistem pendidikan juga terus berkembang menyesuaikan situasi dan mengikuti perkembangan zaman. Melihat perkembangan zaman yang terjadi, saat ini muncul banyak budaya dan hal baru yang ditemukan di tengah kehidupan masyarakat. Salah satunya adalah temuan teknologi baru berupa *smartphone*. *Smartphone* secara umum dapat diartikan sebagai telepon genggam yang dilengkapi dengan fitur mutakhir dengan kemampuan yang canggih layaknya komputer². Salah satu keunggulannya adalah sebagai media komunikasi dan akses informasi yang mudah serta dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun tanpa batasan ruang dan waktu.

Hadirnya *smartphone* sebagai media pembelajaran tentu sangat membantu khususnya untuk para siswa. Pemanfaatan *smartphone* sebagai media pembelajaran memungkinkan siswa belajar lebih mendalam karena dengan menggunakan *smartphone* mereka dapat memperoleh informasi lebih mendalam melalui penelusuran informasi dari internet³. Selain itu, fitur-fitur canggih yang tersedia juga dapat menjadi sumber referensi baru guna menambah wawasan. Hal lain yang dapat diperoleh selain

¹ Dwi Annisa, 'Jurnal Pendidikan Dan Konseling', *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4.1980 (2022), 1349–58.

² Desy Purnama Putri, Muhammad Yuliansyah, and Eka Sri Handayani, 'Adiksi Game Online Dan Smartphone Terhadap Prokratinasi Akademik Di SMKN Martapura', *Open Journal System*, 17.1978 (2023), 1213–24.

³ Wildaya Senge, 'Pemanfaatan Smartphone Sebagai Media Pembelajaran Mandiri Pada Anak Di Kabupaten Kupang', *PENSOS: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Pendidikan Sosiologi*, 1.1 (2023), 1–7 <<https://doi.org/10.59098/pensos.v1i1.942>>.

sebagai media pembelajaran adalah kemudahan dalam memperoleh hiburan. Banyaknya hiburan yang mudah diakses seperti *game online* hingga berbagai macam sosial media seringkali dimanfaatkan siswa sebagai wadah untuk melepas penat dan beristirahat sejenak dari rasa bosan.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2022 sebanyak 67,88% penduduk Indonesia yang berusia 5 tahun ke atas sudah memiliki ponsel. Dibanding tahun 2021 presentase tersebut mengalami peningkatan dari yang sebelumnya sebanyak 65,87%. Jika dilihat dari satu dekade terakhir data pada tahun 2022 ini menjadi yang tertinggi dibanding tahun-tahun sebelumnya⁴. Ini menunjukkan bahwasannya *smartphone* adalah hal yang populer di kalangan masyarakat. Penelitian lain menunjukkan bahwasannya sebanyak 43% remaja aktif menggunakan *smartphone* setiap harinya⁵.

Dengan banyaknya manfaat dan kemudahan yang diperoleh dari penggunaan *smartphone* tidak menjadikannya terlepas begitu saja dari permasalahan. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini tentu bukan hal yang baik. Terlebih apabila terjadi pada kalangan remaja. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan tanpa pengendalian diri yang baik tentu akan menimbulkan dampak negatif bagi penggunanya. Salah satu dampak yang muncul dan banyak dialami adalah *smartphone addiction*. *Smartphone addiction* dapat berdampak pada beberapa aspek diantaranya aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek sosial, dan aspek akademik⁶. Pada aspek kesehatan *smartphone addiction* mengakibatkan seseorang memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik sehingga berpengaruh pada kecenderungan pola hidup yang tidak sehat. Pada aspek psikologis *smartphone addiction* dapat berdampak pada terjadinya gangguan kecemasan, meningkatkan resiko depresi, sulit fokus bahkan memicu sifat agresif dan perilaku bermasalah lainnya⁷.

⁴ Badan Pusat Statistik and others, '67 % Penduduk Indonesia Punya Handphone Pada 2022 , Ini Sebarannya', 8 Maret 2023, 2022–23.

⁵ Taupik Abdullah, Teuku Nanda, and Dian Ayuningtyas, 'Perilaku Generasi Muda Terhadap Penggunaan Ponsel Pintar', *JURNAL HURRIAH: Jurnal Evaluasi Pendidikan Dan Penelitian*, 1.1 (2020), 22–27 <<https://doi.org/10.56806/jh.v1i1.6>>.

⁶ Dwi Kurnia Hidayanto and others, 'Pengaruh Kecanduan Telpn Pintar (Smartphone) Pada Remaja (Literature Review)', *Jurnal Publisitas*, 8.1 (2021), 73–79 <<https://doi.org/10.37858/publisitas.v8i1.67>>.

⁷ Kadek Nopi Arisanti, 'Yuk Antisipasi Dampak Negatif Gadget Bagi Anak', *KEMENTERIAN KESEHATAN DIREKTORAT JENDERAL PELAYANAN KESEHATAN*, 2023 <https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2518/yuk-antisipasi-dampak-negatif-gadget-bagi-

Para remaja ini seringkali merasa tidak sadar bahwa mereka mengalami ketergantungan terhadap *smartphone*. Mereka cenderung asyik sendiri hingga lupa waktu saat sedang sibuk dengan *smartphonenya*. Karena terlalu sibuk dengan *smartphone* akhirnya mereka lebih menikmati interaksi di dunia maya sehingga berdampak pada sulitnya berbaur dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Usia remaja umumnya berada pada usia sekolah dimana mereka berperan sebagai siswa di sekolah. Belajar sudah menjadi salah satu kewajiban yang harus dilakukan. Namun saat sudah terlalu asyik dengan *smartphone* mereka cenderung terbawa suasana hingga menghabiskan waktu untuk bermain *game online* atau berselancar di sosial media hingga akhirnya memilih untuk menunda dalam mengerjakan tugas.

Adiksi yang berlebihan pada *smartphone* juga akan berdampak pada munculnya perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas dan kewajiban. Penundaan ini apabila dilakukan terus menerus tanpa penanganan yang baik tentu akan berdampak buruk pada kemampuan akademik siswa seperti kurang maksimal dalam menyerap pelajaran yang disampaikan oleh guru hingga menurunnya prestasi belajar. Kebiasaan menunda-nunda ini biasa dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Salah satu bentuk prokrastinasi yang umum terjadi dalam dunia pendidikan adalah di mana para siswa sengaja menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan di sekolah di mana hal itu disebut dengan prokrastinasi akademik⁸. Padahal, dalam dunia pendidikan tugas merupakan salah satu metode pembelajaran untuk membentuk sikap tanggung jawab para siswa. Banyaknya mata pelajaran dan tugas yang ada dengan *deadline* yang berdekatan merupakan salah satu alasan mengapa siswa memilih menunda dalam menyelesaikan tugas.

Siswa sering kali menunggu sampai saat terakhir batas pengumpulan untuk memulai mengerjakan tugas dan sering mencari alasan menyelesaikan pekerjaan. Hal itu, dibuktikan dengan kajian literatur yang menyatakan bahwa tidak sedikit siswa yang melakukan prokrastinasi. Menunda waktu dengan kegiatan yang tidak bermanfaat mengakibatkan kesempatan berlalu begitu saja tanpa ada hasil dan penyelesaian tugas

anak#:~:text=Kecanduan gadget memicu efek samping,bisa memicu sifat agresif anak.> [accessed 8 January 2024].

⁸ Nuril Hidayati, Fakultas Psikologi Universitas, and Yudharta Pauruan, 'Flow Akademik Dan Prokrastinasi Akademik Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia 2)', *Jurnal Psikologi*, 6.2 (2019), 128–44.

yang kurang optimal, sehingga berpotensi menimbulkan hambatan yang buruk pada prestasi mahasiswa. Bentuk prokrastinasi yang seringkali dilakukan oleh para siswa ini diantaranya seperti keterlambatan dalam mengumpulkan tugas, menunggu hasil pekerjaan teman (menyontek), keyakinan mampu menyelesaikan tugas dalam waktu singkat, lemah dalam regulasi waktu dan tidak merasa cocok dengan guru mata pelajaran⁹.

Sebuah penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok mahasiswa menunjukkan hasil sebesar 81% mahasiswa bimbingan dan konseling mengalami prokrastinasi akademik¹⁰. Angka tersebut menunjukkan bahwasannya tingkat prokrastinasi yang terjadi pada mahasiswa berada pada tingkat persentase yang tinggi. Selain itu, penelitian lain terhadap siswa SMK mengalami prokrastinasi akademik dengan persentase sebesar 57% yang mana angka tersebut berada pada kategori tinggi¹¹. Kemudian penelitian terhadap siswa SMP, akibat dari *smartphone addiction* mengalami prokrastinasi akademik yang tinggi yakni sebesar 71%¹².

Melihat fakta yang ada tentu hal ini perlu menjadi perhatian. Maraknya fenomena prokrastinasi akademik di dunia pendidikan tentu tidak bisa dibiarkan begitu saja. Perlu dilakukan perubahan sikap terhadap prokrastinasi akademik yang dimiliki para siswa. Permasalahan ini perlu untuk segera diselesaikan karena sesuai dengan apa yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa kebiasaan menunda-nunda dapat berpengaruh terhadap prestasi¹³. Beberapa cara yang dapat dilakukan dalam upaya agar terhindar dari kebiasaan menunda diantaranya dengan belajar manajemen waktu, membuat jadwal

⁹ Muhammad Ilyas and Suryadi, 'Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Islam Terpadu (It) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta', *Jurnal An-Nida*, 41.1 (2017), 71–82 <<http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Anida/article/view/4638>>.

¹⁰ Siti Muyana, 'Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling', *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8.1 (2018), 45 <<https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>>.

¹¹ Sri Indah Rahmawati, 'The Effect of Goal Setting and Self-Control on Academic Procrastination in Class Xi Students At Smkn 4 Banjarmasin', *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4.2 (2021), 127–37 <<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/index>>.

¹² Syifa Syafira and Sulisworo Kusdiyati, 'Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Di Kota Bandung Yang Mengalami Kecanduan Smartphone', *Prosiding Psikologi*, 5.2 (2019), 1–6 <<https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/17694>>.

¹³ Dinda Miranti Putri and Damajanti Kusuma Dewi, 'Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh', *Penelitian Psikologi*, 8.8 (2021), 72–82.

tugas sehingga siswa dapat menetapkan target dan mengutamakan prioritas guna mencapai hasil yang diinginkan¹⁴.

Solusi lain yang dapat dilakukan adalah dengan cara meningkatkan motivasi belajar pada siswa. Motivasi merupakan ketertarikan yang dirasakan siswa terhadap hal-hal tertentu yang kemudian menimbulkan semangat dalam melakukan aktivitas tersebut¹⁵. Motivasi belajar muncul karena adanya kekuatan (*power motivation*) dan daya pendiring (*driving force*) yang ada dalam diri seseorang dimana kedua hal tersebut saling berkalitan untuk membangun keinginan dan kesediaan untuk melakukan tindakan dalam mencapai sebuah tujuan¹⁶. Motivasi ini umumnya tumbuh dari dalam diri namun bisa juga dirangsang oleh faktor dari luar. Motivasi belajar dipengaruhi oleh adanya dorongan mental yang berupa keinginan, kemauan dan cita-cita yang muncul dari dalam diri kemudian berguna untuk menggerakkan mengerahkan dan meyalurkan sikap dan perilaku dalam bentuk belajar.

Seorang siswa tentu akan belajar dengan baik dan sungguh-sungguh apabila memiliki motivasi belajar yang tinggi. Sehingga mereka akan lebih banyak meluangkan waktu, lebih giat dan tekun kemudian terdorong untuk melakukan kegiatan atas kemauannya sendiri termasuk dalam hal menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan tidak mudah menyerah saat menghadapi kesulitan dalam mengerjakan tugas¹⁷. Sebuah penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara motivasi belajar dan prokrastinasi akademik dan hasilnya menunjukkan tingkat motivasi belajar siswa sebesar 89,5%¹⁸. Penelitian lain menunjukkan pada siswa SMA yang memiliki tingkat motivasi belajar sebesar 69,20% atau berada pada kategori sedang.

Keterkaitan antara motivasi belajar dan prokrastinasi akademik adalah semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa maka semakin rendah tingkat prokrastinasi

¹⁴ Rinda Sindhi Margareta and Agus Wahyudin, 'Pengaruh Motivasi Belajar, Perfeksionisme Dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating', *Economic Education Analysis Journal*, 8.1 (2019), 18–23 <<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/29762>>.

¹⁵ Margareta and Wahyudin.

¹⁶ Putri and Dewi.

¹⁷ Eros Sundaroh, Teti Sobari, and Rima Irmayanti, 'Hubungan Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Pada Siswa Kelas Viii Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut', *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3.5 (2020), 171 <<https://doi.org/10.22460/fokus.v3i5.5641>>.

¹⁸ Putri and Dewi.

yang dimiliki¹⁹. Itulah mengapa siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi cenderung akan segera menyelesaikan tugas yang ada dengan tidak menunda-nunda dalam memulai serta lebih mengutamakan menyelesaikan tugas dibanding keperluan lain yang tidak lebih penting. Sehingga motivasi belajar ini dapat dikatakan sebagai salah satu hal yang berpengaruh terhadap terjadinya prokrastinasi akademik kalangan siswa selain *smartphone addiction*.

Maraknya fenomena prokrastinasi akademik yang terjadi di kalangan siswa ini menarik minat peneliti untuk mengkaji lebih dalam, mengingat tindakan prokrastinasi apabila tidak ditangani dengan baik kedepannya akan memberikan dampak buruk terhadap pencapaian prestasi akademik siswa. Sebuah observasi dilakukan pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara. Dari hasil observasi dan wawancara dengan salah satu guru yakni Bapak Wiji selaku guru bimbingan konseling ditemukan fakta bahwa kebijakan sekolah ini memang memperbolehkan para siswanya untuk membawa *smartphone* ke dalam lingkungan sekolah dan menggunakannya sebagai media pembelajaran. Salah satunya adalah penggunaan *smartphone* untuk melaksanakan kegiatan ujian semester, sehingga para siswa sudah tidak perlu lagi menggunakan kertas untuk menuliskan jawaban dari pertanyaan yang ada.

Wawancara dengan Bapak Wiji pada tanggal 13 Februari 2024

*“kalau bawa HP itu memang sudah diperbolehkan sejak lama, terus kan sekarang semuanya sudah serba online, bapak ibu guru juga beberapa ada yang sistem tugasnya itu pakai online juga, sekarang kalau UTS, UAS juga sudah online, nggak pakai kertas lagi, jadi sehari-hari ya memang siswa itu pada bawa HP, itu nggak papa.”*²⁰

Di sisi lain juga diperoleh data yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki motivasi belajar yang rendah. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya beberapa siswa yang kurang memperhatikan ketika guru sedang menjelaskan materi di depan kelas. Kejadian lain yang ditemukan adalah ketika para siswa kedatangan bermain *game* pada saat jam pelajaran sehingga mau tidak mau mereka harus menerima resiko dari

¹⁹ Muhammad Irawan and Arifin Budiono, 'MOTIVASI BELAJAR DAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA', 4632.06 (2023), 2023.

²⁰ Wawancara pada tanggal 13 Februari 2024 dengan Bapak Wiji selaku Guru Bimbingan Konseling di SMA N 1 Nalumsari Jepara

perbuatannya yaitu menerima sanksi dan hukuman. Kemudian terkait tugas-tugas yang seringkali terlambat dikumpulkan. Lalu mencontek ketika sedang melaksanakan ujian. Selain itu juga pada beberapa siswa yang kedapatan membolos saat jam pelajaran berlangsung.

Wawancara dengan Bapak Wiji pada tanggal 13 Februari 2024:

“ya namanya siswa, murid itu kan anak-anak juga, nakal-nakal itu ada pasti, kalau pas pelajaran kan memang ngga boleh main hp, kecuali memang diperlukan, kalau secara diam-diam terus ketahuan ya langsung diminta saja, nanti biar orang tua yang mengambil.”

“kalau membolos ada jugatapi biasanya pada ke kantin itu, izinnya ke kamar mandi tapi sekalian jajan, gitu itu ya ada, kalau yang sampai keluar gitu udah nggk ada, nggk bisa mereka, tembok belakang samping itu kan sudah ditinggikan, gerbang depan juga satpam stand by.”²¹

Kecenderungan *smartphone addiction* terlihat dari beberapa siswa yang tidak bisa lepas dari ponselnya bahkan di saat jam pelajaran sedang berlangsung. Ditambah lagi motivasi belajar yang masih rendah. Keduanya merupakan hal-hal yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya prokrastinasi akademik di kalangan siswa. Berdasarkan pada latar belakang tersebut, peneliti tertarik mengkaji lebih dalam terkait masalah tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara”**.

B. Rumusan Masalah

Bertolak pada latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh dari *smartphone addiction* terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara?
2. Adakah pengaruh dari motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara?

²¹ Wawancara pada tanggal 13 Februari 2024 dengan Bapak Wiji selaku Guru Bimbingan Konseling di SMA N 1 Nalumsari Jepara

3. Adakah pengaruh dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah untuk:

- a. Untuk menguji secara empiris pengaruh dari *smartphone addiction* terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.
- b. Untuk menguji secara empiris pengaruh dari motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara
- c. Untuk menguji secara empiris pengaruh dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi sumbangsih ilmiah berupa wawasan dan ilmu pengetahuan yang mengkaji tentang pengaruh *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk meningkatkan mutu pendidikan yang berkaitan dengan kebijakan mengenai penggunaan *smartphone* di lingkungan sekolah, selain itu juga dalam penerapan sistem pembelajaran yang menarik sehingga dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa.

2) Bagi Siswa

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadikan para siswa lebih bijak dalam mengendalikan diri dalam menggunakan *smartphone* sehingga motivasi belajar tetap terjaga.

3) Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan baru dan menambah wawasan serta dapat menjadi literatur dalam melakukan penelitian baru di waktu yang akan datang.

4) Bagi Peneliti

Dengan melakukan penelitian ini diharapkan peneliti dapat menghasilkan kajian akademik terbaru khususnya mengenai pengaruh dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka merupakan langkah untuk menghimpun, mengkaji dan meninjau teori atau pustaka yang berkaitan dengan suatu penelitian. Kajian pustaka ini berisi referensi dari kajian teoritis yang sesuai dengan kajian yang diteliti. Dengan adanya kajian pustaka peneliti dapat mengkaji penelitian yang sudah ada untuk dijadikan sebagai bahan rujukan. Beberapa peneliti terdahulu telah mengkaji tentang prokrastinasi akademik dengan berbagai macam variabel. Diantara banyaknya penelitian tersebut penulis mengkaji beberapa penelitian yang dianggap cukup relevan dengan penelitian yang sedang dilakukan dan dapat menjadi alat pengukuhan pada penelitian ini. Beberapa kajian pustaka tersebut diantaranya adalah:

Tabel 2.1

Kajian Pustaka

No	Penulis	Judul	Metode	Hasil
1.	Nabilah Alda Arisanti	Pengaruh Kecanduan <i>Smartphone</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik di	Kuantitatif	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pada variabel kecanduan <i>smartphone</i> (X) memiliki pengaruh positif dan signifikan berdasarkan dari hasil uji t. Adapun hasil dari koefisien determinasi

		SMP Negeri 2 Pamekasan		(R ²) dari nilai R <i>square</i> sebesar 0,883 atau 88,3%. Artinya kontribusi dari variabel X terhadap variabel Y sangat kuat sebesar 88,3% ²² .
2.	Trivaldo Roberto Sitorus	Hubungan Ketergantungan <i>Smartphone</i> dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta Barat	Kuantitatif	Hasil analisis yang dilakukan diperoleh dalam penelitian ini adalah ketergantungan <i>smartphone</i> dengan prokrastinasi akademik terdapat hubungan yang signifikan pada taraf sedang dengan arah hubungan positif, terlihat dari nilai Pearson Correlation sebesar 0,418 dan positif searah ²³ .
3.	Syifa Syafira, Sulisworo Kusdiyati	Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP di Kota Bandung yang Mengalami Kecanduan <i>Smartphone</i>	Kuantitatif	Sebanyak 354 siswa yang menjadi responden, seluruhnya mengalami kecanduan <i>smartphone</i> pada kategori tingkat tinggi. Kemudian tingkat prokrastinasi akademik juga berada pada kategori tingkat tinggi dengan jumlah 251

²² Nabilah Alda Arisanti, 'Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMP Negeri 2 Pamekasan', *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 2.2 (2023), 12353–59 <<https://doi.org/10.36420/dawa.v2i2.216>>.

²³ Trivaldo Roberto Sitorus, 'Hubungan Smartphone Addiction Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta Barat', *Wacana*, 14.1 (2022), 57 <<https://doi.org/10.20961/wacana.v14i1.55511>>.

				siswa atau sebesar 71%. Sedangkan sebanyak 103 siswa atau sebesar 29% berada pada tingkat prokrastinasi yang rendah ²⁴ .
4.	Indira Yuliansari, Rasimin, Hera Wahyuni	Pengaruh Kecanduan <i>Smartphone</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik di SMA Negeri 8 Muaro Jambi	Kuantitatif	Hasilnya menunjukkan bahwa pada variabel kecanduan <i>smartphone</i> yang dialami siswa berada pada kategori tinggi sebesar 66,31%. Kemudian pada variabel prokrastinasi akademik juga berada pada kategori tinggi sebesar 64,17%. Adapun pengaruh dari kecanduan <i>smartphone</i> terhadap prokrastinasi akademik memiliki pengaruh yang cukup kuat berada pada rentang (0,17-0,49) ²⁵ .
5.	Rommy Purwanto Bakri	Pengaruh Stres Akademik dan Kecanduan <i>Smartphone</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik	Kuantitatif	Berdasarkan pada uji regresi ditemukan hasil bahwa kecanduan <i>smartphone</i> memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Artinya, semakin tinggi

²⁴ Syafira and Kusdiyati.

²⁵ Indira Yulianasari, Rasimin, and Hera Wahyuni, 'Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Di SMA Negeri 8 Muaro Jambi', *Jurnal on Education*, 5.4 (2023), 12353–59 <<https://doi.org/prefix 10.31004>>.

				kecanduan <i>smartphone</i> , makin semakin tinggi pula prokrastinasi akademik. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kecanduan <i>smartphone</i> , semakin rendah pula prokrastinasi akademik ²⁶ .
6.	Muhammad Fery Irawan, Arifin Nur Budiono, Yurike Kinanthi Karamoy	Motivasi Belajar dan Prokrastinasi Akademik Siswa	Kuantitatif	Berdasarkan analisis yang telah dilakukan hasil yang diperoleh adalah motivasi belajar dan prokrastinasi akademik pada siswa kelas X Madrasah Aliyah Jember termasuk dalam kategori sedang yaitu sebesar 52% dan 61%. Kemudian nilai koefisien yang diperoleh adalah sebesar -0.477 dimana artinya terdapat hubungan yang cukup diantara kedua variabel. Hubungan tersebut bersifat negatif yang artinya semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah

²⁶ Rommy Purwanto Bakri, 'Pengaruh Stres Akademik Dan Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9.3 (2021), 578
<<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6501>>.

				tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki ²⁷ .
7.	Abbel Febriyant, Christiana Hari Soetjningsih	Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Rantau Universitas Kristen Satya Wacana	Kuantitatif	Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, diperoleh hasil keefisien korelasi sebesar -0.392 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) artinya terhadap hubungan negatif yang signifikan diantara kedua variabel ²⁸ .
8.	Eros Sundaroh, Teti Sobari, Rima Irmayanti	Hubungan Motivasi Belajar dan Prokrastinasi pada Siswa Kelas VIII SMPN 2 Kadungora Kabupaten Garut	Kuantitatif	Dari hasil penelitian diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,348 dengan signifikansi 0,000 yang berada pada kategori sedang. Motivasi belajar memiliki hubungan yang signifikan dan negatif dengan prokrastinasi akademik pada siswa ²⁹ .
9.	Dinda Miranti Putri, Damajanti Kusuma Dewi	Hubungan Antara Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik saat	Kuantitatif	Berdasarkan pada hasil uji hipotesis yang telah dilakukan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,348 dan signifikansi 0,000. Berdasarkan kriteria

²⁷ Irawan and Budiono.

²⁸ Abbel Febriyant and Christiana Hari Soetjningsih, 'MOTIVASI BELAJAR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA RANTAU UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA', *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4.7 (2023), 89.

²⁹ Sundaroh, Sobari, and Irmayanti.

		Pembelajaran Jarak Jauh		koefisien korelasi yang telah ditentukan dapat diketahui bahwa antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik memiliki korelasi yang tergolong lemah ³⁰ .
10.	Dewi Sari Usop, Amelia Dwi Astuti	Pengaruh <i>Self-Regulated Learning</i> , Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Motivasi Belajar terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa	Kuantitatif	Berdasarkan hasil perhitungan, menunjukkan bahwa pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik dengan taraf signifikansi sebesar 5%, dapat diketahui t hitung sebesar 2.299 dengan nilai signifikansi (p) <0,05, maka berdasarkan pada hipotesis yang berbunyi “Terdapat pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa” dapat diterima ³¹

Berdasarkan pada beberapa beberapa kajian pustaka yang dijadikan sebagai rujukan, unsur keterbaruan dalam penelitian ini adalah adanya penggabungan antara variabel *smartphone addiction* dan variabel motivasi belajar yang sekaligus menjadi variabel moderator.

³⁰ Putri and Dewi.

³¹ Dwi Sari Usop and Amelia Dwi Astuti, ‘Pengaruh Self-Regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa’, *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7.3c (2022), 1782–90 <<https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.839>>.

E. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah pembahasan dalam penelitian maka penulis menyusun sistematika penulisan, pada penelitian ini sistematika penulisan dibagi menjadi 3 bagian sebagai berikut:

1. Bagian Depan

Bagian depan dalam skripsi ini terdiri dari halaman sampul, halaman judul, deklarasi keaslian, persetujuan pembimbing, pengesahan, motto, ucapan terimakasih, halaman persembahan, daftar isi, abstrak, daftar tabel, dan daftar lampiran.

2. Bagian Isi

Bagian isi terdiri dari beberapa bab, dengan masing-masing bab terdiri dari beberapa sub bab dengan susunan sebagai berikut:

Bab pertama, memuat pendahuluan dengan berisi tentang uraian dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka serta sistematika penulisan.

Bab kedua, memuat kerangka berpikir teoritis penelitian yang berisi tentang landasan teori yang menjadi dasar penelitian, pada bab ini juga terdapat kerangka berpikir yang menjelaskan hubungan antar variabel dan hipotesis.

Bab ketiga, memuat metode penelitian pada bab ini membahas mengenai jenis penelitian, identitas variabel dan indikator penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, metode pengambilan data, uji coba instrumen penelitian serta teknik analisis data.

Bab keempat, terdiri dari hasil penelitian dan pembahasan, pada bab ini berisi tentang kancan penelitian, memaparkan hasil penelitian dan membahas lebih mendalam apa yang telah diuraikan dalam analisis hasil penelitian.

Bab kelima, merupakan penutup yang berisi mengenai kesimpulan dari apa yang telah diperoleh dari hasil penelitian, saran dari penulis yang bermanfaat untuk pihak-pihak terkait dan penelitian selanjutnya.

3. Bagian Akhir

Bagian akhir berisi pelengkap berupa daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang membantu selama proses penyusunan skripsi.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Prokrastinasi Akademik

1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi berasal dari bahasa latin *procrastinare*. *Procrastinare* ini merupakan gabungan dari dua akar kata yakni *pro* yang berarti maju, ke depan, bergerak maju atau mendorong maju dan *crastinus* yang berarti besok atau keputusan hari esok. Sehingga keduanya apabila digabungkan berarti menangguhkan atau menunda untuk hari berikutnya. Prokrastinasi adalah lebih suka melakukan pekerjaan di hari esok³². Prokrastinasi juga dapat diartikan sebagai menghindar dari tugas, penghindaran ini adalah akibat dari perasaan ketidaksenangan terhadap tugas serta takut akan kegagalan dalam mengerjakan tugas³³. Secara harfiah prokrastinasi merupakan tindakan penundaan terhadap pekerjaan dan lebih memilih melakukan atau menyelesaikan pekerjaan besok. Adapun sebutan untuk orang yang melakukan prokrastinasi dapat disebut sebagai prokrastinator.

Sebenarnya penghindaran atau penundaan dalam melakukan pekerjaan yang selanjutnya disebut prokrastinasi ini tidak senantiasa diartikan seperti dalam perspektif bahasa dan budaya manusia. Misalnya adalah di zaman dulu bangsa Mesir Kuno mengartikan prokrastinasi menjadi dua arti, yakni menunjukkan suatu kebiasaan agar terhindar dari melakukan pekerjaan atau usaha yang bersifat spontan Arti lain menunjukkan akibat yang berbahaya apabila melakukan tindakan kemalasan dalam menyelesaikan suatu tugas penting untuk mencukupi kebutuhan hidup. Sehingga dulu prokrastinasi memiliki makna positif apabila penundaan yang dilakukan adalah sebagai bentuk menghindari dari membuat keputusan secara impulsif tanpa pertimbangan yang

³² Nur Asiyah and Fatah Syukur, 'Internal Locus of Control, Self-Efficacy, Self-Esteem, Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PAI FITK UIN Walisongo Semarang', *Journal of Islamic Studies and Humanities*, 4.1 (2019), 127–55 <<https://doi.org/10.21580/jish.41.4796>>.

³³ A Said Hasan Basri, 'A. Said Hasan Basri', *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas*, 14.2 (2017), 54.

matang, dan bermakna negatif apabila dilakukan sebagai bentuk kemalasan tanpa tujuan yang pasti.³⁴

Ghufron dan Risnawati dalam Teori-Teori Psikologi telah mengutip beberapa pendapat yang dikemukakan para ahli tentang pengertian prokrastinasi, antara lain³⁵:

- a. Istilah prokrastinasi dikalangan ilmuwan digunakan untuk menggambarkan suatu kecenderungan menunda sebuah pekerjaan atau tugas. Tanpa mempedulikan apakah penundaan yang dilakukan memiliki alasan atau tidak (Brown dan Holzman).
- b. Prokrastinasi berkaitan erat dengan sindrom-sindrom psikiatri. Seorang pelaku prokrastinasi cenderung memiliki pola tidur yang tidak sehat, mengidap depresi kronis, stress, dan berbagai penyimpangan lainnya (Glenn).
- c. Prokrastinator biasanya mempunyai sifat ketergantungan dan sulit dalam membuat keputusan. Mereka cenderung menentang, melawan kontrol, takut gagal dan takut pada tugas yang diberikan (Watson).
- d. Pelaku prokrastinasi bukan dengan sengaja menghindar atau acuh terhadap tugas yang dihadapi, tetapi hanya ingin menunda untuk mengerjakan sehingga menghabiskan waktu yang diperlukan untuk menyelesaikannya. Dengan begitu mereka akan kehilangan kesempatan untuk dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu (Silver).
- e. Prokrastinasi adalah bentuk penundaan tanpa tujuan yang jelas dan tidak perlu dilakukan. Hal tersebut dilakukan hanya karena takut menghadapi kegagalan dan merasa bahwa setiap pekerjaan harus dilakukan dengan benar. Penundaan yang menjadi kebiasaan atau respons ini disebut sebagai *trait* prokrastinasi (Ellis dan Knaus).
- f. Adanya aspek irasional yang dimiliki prokrastinator yang beranggapan bahwa tugas yang ada harus diselesaikan dengan sempurna. Dengan begitu dirasa akan lebih aman apabila tidak langsung menyelesaikannya. Karena apabila tugas segera diselesaikan, maka hasilnya tidak akan maksimal. Prokrastinator sebenarnya

³⁴ GHUFRON, and Prof. Dr. Bimo Walgito. *Hubungan Kontrol Diri Dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik*. [Yogyakarta]: Universitas Gadjah Mada, 2003.

³⁵ M Nur Ghufron and Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, 2010.

menhyadari bahwa yang dihadapi adalah tugas-tugas penting. Tetapi dengan sengaja berkali-kali memilih untuk menunda hingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas dan muncul perasaan bersalah dari dirinya (Burka dan Yuen).

- g. Prokrastinasi merupakan perilaku spesifik yang meliputi (1) suatu sikap yang mengaitkan faktor penundaan, baik ketika akan mengawali ataupun menuntaskan tugas serta aktivitas; (2) munculnya konsekuensi yang lebih kompleks, seperti terlambat dan gagal dalam menghadapi tugas; (3) tugas yang ada dianggap sebagai suatu tugas yang krusial oleh prokrastinator; (4) muncul kondisi emosional yang kurang menyenangkan, misalnya perasaan takut, gelisah, bersalah, panik, marah dan lain sebagainya (Millgram).
- h. Definisi prokrastinasi dapat dilihat dari berbagai batasan, seperti (1) suatu penundaan disebut sebagai prokrastinasi apabila dilakukan tanpa tujuan atau alasan yang jelas; (2) prokrastinasi sebagai sebuah pola perilaku atau kebiasaan mengarah pada *trait*. Penundaan sebagai sebuah respons yang terus-menerus dilakukan karena adanya keyakinan irrasional; (3) prokrastinasi sebagai *trait* kepribadian tidak hanya sekedar perilaku penundaan, tetapi juga berupa kumpulan komponen atau struktur mental yang saling berkaitan dan dapat diketahui baik secara langsung maupun tidak langsung (Ferrari, dkk).

Prokrastinasi biasanya dibedakan menjadi prokrastinasi akademik dan prokrastinasi non-akademik. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, akademik memiliki arti yang sama dengan akademis³⁶. Akademik berkaitan erat dengan pendidikan yang mengarah pada penguasaan ilmu pengetahuan. Prokrastinasi akademik menjadi suatu jenis penundaan yang banyak dilakukan terutama terhadap jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik seperti tugas sekolah atau tugas kursus³⁷. Pada lingkup akademik, prokrastinasi diartikan sebagai perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas akademis. Perilaku prokrastinasi dicirikan dari keterlambatan respon individu yang menjadi kebiasaan.

Menurut Solomon dan Rothblum terdapat enam jenis tugas yang biasanya menjadi target prokrastinasi akademik oleh pelajar, yaitu tugas membaca, mengarang,

³⁶ 'KAMUS BESAR BAHASA INDONESIA (KBBI)' <<https://kbbi.web.id/akademik>>.

³⁷ Ghufroon and S.

menghadiri pertemuan, kerja administratif, menghadapi ujian, dan kinerja akademik secara keseluruhan. Contoh tugas mengarang meliputi tugas menulis, misal menulis makalah, mengarang, tugas laporan dan lain sebagainya. Tugas belajar menghadapi ujian mencakup penundaan saat akan menghadapi ulangan, ujian tengah semester atau ujian akhir semester. Tugas membaca mencakup penundaan terhadap tugas membaca buku atau referensi yang berkaitan dengan tugas akademik yang diwajibkan. Pada kerja administratif misalnya, menyalin catatan, daftar peserta praktikum, mendaftar pada presensi kehadiran dan lain sebagainya. Sedangkan menghadiri pertemuan biasanya berupa keterlambatan masuk kelas, praktikum, dan pertemuan yang lainnya. Terakhir adalah penundaan terhadap kinerja akademik secara keseluruhan yaitu dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas akademik secara keseluruhan³⁸.

Berdasarkan pada pemaparan diatas, prokrastinasi akademik dapat didefinisikan sebagai perilaku menunda-nunda yang dilakukan dengan sadar dan terus menerus hingga muncul perasaan tidak nyaman akibat dari melakukan kegiatan lain yang tidak penting dan mengesampingkan tugas yang lebih penting, dalam hal ini adalah tugas akademik hingga akhirnya berdampak pada tugas yang tidak terselesaikan dengan baik.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Munculnya prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan tentu bukan tanpa alasan. Adapun terbentuknya tingkah laku prokrastinasi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor. Termasuk didalamnya adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor yang muncul dari individu itu sendiri, faktor internal ini berkaitan dengan kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Sedangkan faktor eksternal dipengaruhi pola pengasuhan orang tua dan kondisi tempat tinggal tumbuh³⁹. Kondisi lingkungan dengan tingkat pengawasan rendah cenderung menimbulkan perilaku prokrastinasi yang lebih tinggi dibanding kondisi lingkungan dengan pengawasan yang ketat.

³⁸ Laura J. Solomon and Esther D. Rothblum, 'Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates', *Journal of Counseling Psychology*, 31.4 (1984), 503–9
<<https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>>.

³⁹ Islachul Alimatil Amanah, 'HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN FEAR OF FAILURE DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS UNGGULAN TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS DI SIDOARJO' (UIN Sunan Ampel surabaya, 2018).

Prokrastinasi dapat dibentuk oleh konsep diri, keyakinan, tanggung jawab serta kecemasan dalam menghadapi tugas⁴⁰.

Lebih rinci Steel menjabarkan faktor-faktor individu melakukan prokrastinasi disebabkan beberapa hal berikut⁴¹:

a. Fenomenologi prokrastinasi

Seorang prokrastinator umumnya tidak berniat untuk menunda. Ia tentu berniat mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugasnya, hanya saja pada akhirnya memilih untuk menunda dengan alasan merasa cemas karena performanya. Sehingga kemudian memilih menunda dengan harapan dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan maksimal.

b. Karakteristik tugas

Karakteristik tugas terbagi menjadi dua, yakni (1) waktu pemberian *reward* dan *punishment*, ketika *deadline* semakin dekat maka kecemasan paling besar akan muncul dan menimbulkan kesan yang kuat sehingga prokrastinasi akan menurun; (2) *task aversiveness*, adalah kondisi saat individu menghindari tugasnya karena merasa tugas tidak lagi menyenangkan.

c. Perbedaan individual

Terdapat lima tipe kepribadian manusia yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness*, *Openness to experience*, dan *Conscientiousness*. Dari kelima tipe kepribadian *extraversion* dianggap sebagai tipe kepribadian dengan peluang paling besar dalam melakukan prokrastinasi.

d. Demografi

Demografi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi selain dari sifat dan kepribadian. Semakin matang usia dan banyaknya pengalaman seseorang, maka intensitas perilaku prokrastinasinya akan semakin menurun.

⁴⁰ Burka Jane B and Lenora M Yuen. *Procrastination: Why You Do It What to Do About It Now*. Rev. ed. Da Capo Press 2008. *INSERT-MISSING-DATABASE-NAME* <http://public.eblib.com/choice/publicfullrecord.aspx?p=903521>. Accessed 15 Jan. 2024.

⁴¹ Tamara, 'Pengaruh Fear of Failure Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswi Kelas XI MA Tajul Ulum Banat Grobogan', 2022.

Selain itu, Bernard mengungkapkan adanya sepuluh wilayah magnetis yang dapat menjadi faktor-faktor dilakukannya prokrastinasi, yaitu⁴²:

a. Kecemasan (*anxiety*)

Kecemasan yang dirasakan individu kemudian akan menjadi daya magnetik yang berlawanan sehingga pada akhirnya tugas-tugas yang diharapkan dapat diselesaikan justru malah berperang dengan kecemasan tingkat tinggi, sehingga akibatnya pelaku memilih untuk menunda tugas tersebut.

b. Pencelaan terhadap diri sendiri (*self-depreciation*)

Perasaan rendah diri yang dirasakan seseorang berakibat pada penyelaan dan kecenderungan menyalahkan diri sendiri atas terjadinya kegagalan dan selalu merasa pesimis akan masa depan yang cerah

c. Toleransi yang rendah terhadap ketidaknyamanan (*low discomfort tolerance*)

Adanya kesukaran yang dihadapi menjadikan seseorang sulit untuk toleran terhadap perasaan cemas dan frustrasi, sehingga muncul upaya pengalihan diri terhadap tugas-tugas untuk mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan.

d. Pencari kesenangan (*pleasure-seeking*)

Kecenderungan orang yang hanya mementingkan kesenangan adalah sulit untuk terlepas dari situasi tersebut. Akibatnya mereka akan memiliki kemauan yang besar untuk bersenang-senang dan memiliki kontrol impuls yang rendah.

e. Tidak teraturnya waktu (*time disorganization*)

Seseorang yang mampu mengatur waktu berarti dapat memprediksi berapa lama waktu yang diperlukan untuk menyelesaikan suatu pekerjaan. Sulit untuk menentukan skala prioritas suatu tugas juga merupakan aspek lain dari lemahnya pengaturan waktu. Munculnya kesulitan untuk menentukan apa yang harus dikerjakan terlebih dahulu karena merasa bahwa semua pekerjaan terlihat sangat penting.

f. Tidak teraturnya lingkungan (*environmental disorganization*)

Kenyataan bahwa kondisi lingkungan sekitar yang tidak teratur dan berantakan juga termasuk salah satu faktor prokrastinasi. Hal tersebut bisa jadi adalah kesalahan

⁴² Lidya Catrunada and Ira Puspitawati, 'Prokrastinasi Task Differences on Thesis Introvert and Extrovert Personality', 001 (2008), 1–20 <<http://www.gunadarma.ac.id>>.

dari individu itu sendiri. Lingkungan yang tidak teratur dapat berupa kurangnya privasi, interupsi dari orang lain, kondisi sekitar yang tidak kondusif, kertas yang bertebaran hingga keterbatasan peralatan dalam menyelesaikan suatu pekerjaan. Banyaknya gangguan disekitar pekerjaan akan menjadikan seseorang sulit untuk berkonsentrasi sehingga pekerjaan tidak dapat selesai tepat waktu.

g. Pendekatan yang lemah terhadap tugas (*poor task approach*)

Kemungkinan seseorang akan meletakkan kembali pekerjaannya saat akan memulai suatu pekerjaan karena tidak tahu harus memulai pekerjaan tersebut dari mana, sehingga pekerjaan tersebut jadi tertahan karena ketidaktahuan bagaimana harus memulai dan menyelesaikan suatu pekerjaan.

h. Kurangnya ketegasan dalam memberikan pertanyaan (*lack of assertion*)

Seseorang terkadang merasa sulit untuk menolak suatu permintaan kepada dirinya, sedangkan terdapat hal lain yang lebih penting untuk dikerjakan. Hal tersebut bisa saja terjadi karena kurangnya komitmen dan rasa tanggung jawab dari dirinya sendiri.

i. Permusuhan terhadap orang lain (*hostility with others*)

Amarah yang berkepanjangan berakibat pada munculnya dendam dan sikap bermusuhan sehingga bisa menuju pada penolakan hingga menentang apapun yang dikatakan orang tersebut.

j. Perasaan tertekan dan kelelahan (*stress and fatigue*)

Munculnya stress adalah akibat dari serangkaian tuntutan negatif yang intens ditambah lagi dengan gaya hidup dan kemampuan dalam mengatasi masalah. Banyaknya tuntutan, gaya hidup yang kurang baik dan lemahnya kemampuan dalam memecahkan masalah mengakibatkan seseorang memiliki tingkat stress yang tinggi.

3. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Tuckman menjelaskan mengenai aspek-aspek prokrastinasi akademik sebagai berikut⁴³:

a. Kecenderungan menunda dalam melakukan sesuatu

Terlihat dari perilaku membuang-buang waktu dalam menyelesaikan tugas yang seharusnya menjadi prioritas justru malah dikesampingkan demi melakukan hal lain yang kurang penting.

b. Kesulitan dan sikap menghindari sesuatu yang tidak disukai

Prokrastinator akan cenderung merasa keberatan untuk mengerjakan tugas yang tidak disukai dan jika memungkinkan mereka akan menghindari hal-hal tersebut yang dirasa akan mendatangkan perasaan tidak nyaman.

c. Kecenderungan menyalahkan orang lain

Perilaku ini terlihat dari kecenderungan prokrastinator yang akan menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dirasakan sebagai dampak dari menunda pekerjaannya.

Menurut Ferrari, Johnson dan McCown, terdapat beberapa aspek dalam perilaku prokrastinasi. Beberapa aspek tersebut adalah sebagai berikut:

a. Adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas

Seorang pelaku prokrastinasi hakikatnya mengetahui bahwa tugas yang sedang dihadapi harus segera dikerjakan, akan tetapi mereka justru memilih untuk menunda mulai mengerjakan atau menunda untuk menyelesaikan saat sudah mengerjakannya.

b. Lamban dalam mengerjakan tugas

Pelaku prokrastinasi sering kali menghabiskan banyak waktu untuk mempersiapkan diri secara berlebihan atau melakukan aktivitas lain yang kurang penting, tanpa memperhatikan waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tugas.

⁴³ Yudha Mahardhika, 'HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GAME ONLINE TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA YOGYAKARTA' (Universitas Islam Indonesia, 2018).

c. Kesenjangan antara rencana dan aktualisasi kinerja

Pelaku prokrastinasi cenderung kesulitan menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Mereka sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi tenggat waktu, baik yang ditetapkan oleh diri sendiri maupun oleh orang lain..

d. Melakukan aktivitas lain daripada menyelesaikan tugas

Seorang prokrastinator cenderung akan menunda untuk mulai mengerjakan tugas dan memilih untuk melakukan kegiatan lain yang dirasa lebih menyenangkan dan bersifat menghibur.

Menurut Millgram, Sloroff dan Rosenbau, terdapat dua aspek prokrastinasi akademik, yaitu⁴⁴:

a. Kemampuan dalam mengatur jadwal (*schedule setting*)

Seorang pelaku prokrastinasi biasanya akan mengalami kesulitan dalam mengatur, membuat dan melakukan penjadwalan mengenai tugas-tugas yang harus dikerjakan. Misalnya seseorang yang terbiasa bangun terlambat dengan orang yang biasa bangun subuh, dimana keduanya sama-sama berangkat sekolah jam tujuh, maka orang pertama akan memiliki kemungkinan yang lebih kecil untuk dapat hadir tepat waktu daripada orang kedua.

b. Kepatuhan atau ketaatan terhadap jadwal (*adherence*)

Kepatuhan disini maksudnya adalah kemampuan seseorang untuk patuh terhadap jadwal dan tugas yang ada. Penundaan yang dilakukan adalah dampak dari ketidakmampuan seseorang untuk patuh dalam melaksanakan sebuah perencanaan. Pelaku prokrastinasi akan kesulitan untuk konsisten melakukan jadwal yang ditentukan. Misalnya saat seorang siswa mengatur *alarm* di jam lima pagi agar bangun lebih awal namun tetap terlambat masuk kelas. Hal tersebut dapat terjadi karena saat *alarm*nya berdering, ia tidak langsung bangun melainkan hanya mematikannya.

⁴⁴ Lisa Laurensia Br. Tarigan, 'MOTIVASI BERPRESTASI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI' (Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019).

Berdasarkan penjelasan mengenai pengertian, faktor, dan aspek prokrastinasi akademik, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi bermula dari pola pikir individu. Proses kognitif yang dialami oleh para prokrastinator menunjukkan bahwa mereka cenderung membuat hipotesis negatif mengenai kemampuan mereka untuk menyelesaikan pekerjaan dengan baik, yang dipengaruhi oleh konsep diri dan ekspektasi yang buruk. Selain itu, pemikiran optimistis yang tidak realistis juga berkontribusi pada perilaku prokrastinasi. Sehingga timbul perasaan negatif yang memperkuat munculnya prokrastinasi sebagai dampak dari proses-proses kognitif tersebut.

Merujuk pada teori-teori yang telah dijelaskan, peneliti akan menggunakan aspek-aspek prokrastinasi akademik menurut teori Ferrari, Johnson, dan McCown sebagai alat ukur untuk variabel prokrastinasi akademik. Aspek-aspek tersebut meliputi penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, lambatnya penyelesaian tugas, kesenjangan antara rencana dan realisasi, serta melakukan aktivitas lain ketimbang menyelesaikan tugas. Aspek-aspek ini dipilih karena relevansinya dengan konteks penelitian ini.

4. Prokrastinasi (Menunda Pekerjaan) dalam Perspektif Islam

Menunda pekerjaan merupakan hal yang diperhatikan dalam ajaran Islam. Umat Islam diajarkan untuk segera melakukan kebaikan dan tidak menunda-nunda, serta segera bertaubat dari perbuatan buruk. Hal ini dikarenakan manusia tidak tahu apa yang akan terjadi pada dirinya di masa depan. Allah SWT berfirman:

وَسَارِعُوا إِلَىٰ مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمُوتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ

Artinya:

“Dan bersegeralah kamu menuju ampunan Tuhanmu dan surga (yang) luasnya (seperti) langit dan bumi yang disediakan bagi orang-orang yang bertakwa.” (Q.S. Ali Imran:133)⁴⁵.

⁴⁵ Al-Qur'an, surat Ali Imran ayat 133.

Hal ini sejalan dengan hadist Rasulullah SAW:

حَدَّثَنِي يَحْيَى بْنُ أَيُّوبَ، وَقُتَيْبَةُ، وَابْنُ، حُجْرٍ جَمِيعًا عَنْ إِسْمَاعِيلَ بْنِ جَعْفَرٍ، - قَالَ ابْنُ
أَيُّوبَ حَدَّثَنَا إِسْمَاعِيلُ، - قَالَ أَخْبَرَنِي الْعَلَاءُ، عَنْ أَبِيهِ، عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى
اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ " بَادِرُوا بِالْأَعْمَالِ فِتْنًا كَقِطْعِ اللَّيْلِ الْمُظْلِمِ يُصْبِحُ الرَّجُلُ مُؤْمِنًا وَيُمْسِي
كَافِرًا أَوْ يُمْسِي مُؤْمِنًا وَيُصْبِحُ كَافِرًا يَبِيعُ دِينَهُ بِعَرَضٍ مِنَ الدُّنْيَا " .

Artinya:

“Yahya ibn Ayyub, Qutaiba, dan Ibnu Hajar menceritakan kepadaku tentang Isma'il ibn Ja'far, - Ibnu Ayyub menceritakan kepada kita tentang Ismail, - Dia mengatakan Al-'Ala memberitahuku, dari ayahnya, dari Abu Hurayrah, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: Bersegeralah kamu sekalian melakukan amal-amal yang shalih, karena akan terjadi suatu bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita, di mana ada seseorang yang pada waktu pagi Ia beriman tetapi pada waktu sore ia kafir, pada waktu sore Ia beriman tetapi pada waktu pagi Ia kafir, Ia rela menukar agamanya dengan suatu kesenangan dunia.” (HR Muslim No. 118).

Berdasarkan penjelasan di atas, terdapat beberapa alasan yang menjelaskan larangan terhadap perilaku menunda-nunda. Pertama, kita tidak dapat menjamin bagaimana kehidupan kita di hari esok. Kedua, tidak ada kepastian bahwa kita akan masih merasakan kenikmatan, kesehatan, atau memiliki waktu luang di hari esok. Ketiga, menunda pekerjaan dapat membentuk kebiasaan buruk yang sulit dihilangkan. Waktu terus berjalan sesuai dengan ketentuan Allah, detik menjadi menit, menit menjadi jam, dan seterusnya. Siang dan malam pun datang bergantian. Perilaku menunda ini dianggap tercela karena merupakan bentuk ketidaksyukuran terhadap nikmat waktu yang diberikan oleh Allah SWT, Sang Pemilik Waktu⁴⁶.

⁴⁶ Harmalis Harmalis, 'Prokrastinasi Akademik Dalam Perspektif Islam', *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2.1 (2021), 83–91 <<https://doi.org/10.32939/ijcd.v2i01.876>>.

B. *Smartphone Addiction*

1. Pengertian *Smartphone Addiction*

Smartphone adalah telepon yang menggabungkan berbagai kemampuan yang canggih, berfungsi sebagai *Wireless Mobile Device (WMD)* yang dapat menyerupai komputer yang dilengkapi dengan fitur-fitur canggih seperti akses internet, *e-mail*, *Personal Digital Assistant (PDA)*, *Global Positioning System (GPS)* dan lain-lain. *Smartphone* merupakan suatu perangkat yang dapat membantu dalam berkomunikasi yang juga memiliki kemampuan selayaknya komputer. *Smartphone* sebagai alat komunikasi yang dilengkapi dengan aplikasi dan fitur canggih dengan berbagai fungsi dan mendorong dalam produktifitas⁴⁷. *Smartphone* termasuk salah satu penemuan yang inovatif karena merupakan kombinasi dari fungsi *handphone* dan komputer dalam satu perangkat dengan ukuran yang relatif kecil yang dilengkapi berbagai macam fitur seperti kamera, *game*, album foto, pemutar musik, buku elektronik, *translator*, aplikasi kesehatan, *e-wallet* dan banyak fitur lainnya⁴⁸.

Addiction (adiksi)/ kecanduan/ ketergantungan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia kecanduan berarti kejangkitan terhadap suatu kegemaran sehingga lupa dengan hal lain⁴⁹. Adiksi didefinisikan sebagai keadaan seseorang yang ketergantungan obat bius. Adiksi inilah yang menjadikan individu terus-menerus menggunakan obat bius tersebut tanpa menoleransi perubahan fisik dan psikologis sehingga dapat berdampak pada sikap menjauhkan diri dari masyarakat⁵⁰. Adiksi adalah keinginan yang sangat kuat dari dalam diri individu untuk memenuhi hasrat atau kemauan diri terhadap makanan, obat-obatan bahkan emosi⁵¹. *Addiction* atau adiksi adalah suatu kondisi pada regulasi diri seseorang yang ditandai dengan kurangnya kemampuan

⁴⁷ Muhamad Isvandar, 'HUBUNGAN KECENDERUNGAN SMARTPHONE ADDICTION DENGAN PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UIN AR-RANIRY BANDA ACEH' (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY, 2021).

⁴⁸ Shania Salsabila Sandy, 'Hubungan Antara Smartphone Addiction Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau', *Skripsi*, 2021, 76 <<https://repository.uir.ac.id/8839/>>.

⁴⁹ Dinda Arindra Putri, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Kualitas Komunikasi Keluarga Di Kelapa Gading'.

⁵⁰ Chaplin J.P.; Kartini Kartono. *Kamus Lengkap Psikologi* / J.P. Chaplin, Penerjemah: Dr. Kartini Kartono. 2011

⁵¹ Suci Maharani Putri, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Empati Pada Generasi Milenial', *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru*, 2019, 51–69.

dalam pengendalian emosi, perawatan diri, harga diri dan hubungan. Dalam ”*The Heart of Addiction*” terdapat dua jenis adiksi yaitu adiksi fisik dan non-fisik. Adiksi fisik merupakan jenis adiksi yang berkaitan dengan obat-obatan, alkohol, dan zat psikotropika lainnya. Lalu pada jenis adiksi non-fisik kaitannya adalah *smartphone addiction*, *internet addiction*, *game addiction* dan lain-lain⁵².

Istilah *smartphone addiction* atau kecanduan telepon pintar merujuk pada jenis kecanduan baru yang muncul akibat perkembangan pesat media, termasuk internet dan *smartphone* dalam industri komunikasi. Kecanduan ini ditandai oleh ketertarikan yang berlebihan terhadap *smartphone*, yang dapat mengakibatkan masalah sosial, seperti penarikan diri dan kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, serta gangguan kontrol impuls. *Smartphone addiction* dianggap sebagai ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan perangkat, meskipun dampak negatifnya sudah terasa. Cha dan Seo menyatakan bahwa penggunaan *smartphone* tidak hanya memberikan kesenangan dan mengurangi stres, tetapi juga dapat menyebabkan kesulitan dalam mengontrol frekuensi penggunaannya, meskipun ada konsekuensi berbahaya yang signifikan dalam aspek fisik, psikis, keuangan, dan sosial⁵³.

Adapun menurut buku panduan PPDGJ, kriteria ketergantungan didefinisikan sebagai berikut⁵⁴:

F1x.1 Penggunaan Yang Merugikan

Pedoman Diagnostik

- Adanya penggunaan zat psikoaktif yang merusak kesehatan, yang dapat berupa fisik (seperti pada kasus hepatitis karena menggunakan obat melalui suntikan diri sendiri) atau mental (misalnya episode gangguan depresi sekunder karena konsumsi berat alkohol).
- Pola penggunaan yang merugikan sering dikecam oleh pihak lain dan seringkali disertai berbagai konsekuensi sosial yang diinginkan.

⁵² Sandy.

⁵³ Dinda Arindra Putri.

⁵⁴ PPDGJ III, 'Pedoman Penggolongan Dan Diagnosis Gangguan Jiwa Di Indonesia III (PPDGJ-III)', Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 1993, 1–408.

- Tidak ada sindrom ketergantungan (F1x.2), gangguan psikotik (F1x.5) atau bentuk spesifik lain dari gangguan yang berkaitan dengan penggunaan alkohol dan obat.

F1x.2 Sindrom Ketergantungan

Pedoman Diagnostik

- Diagnosis ketergantungan yang pasti ditegakkan jika ditemukan 3 atau lebih gejala dibawah ini dialami dalam masa 1 tahun sebelumnya :
 - a) adanya keinginan yang kuat atau dorongan yang memaksa (kompulsi) untuk menggunakan zat psikoaktif;
 - b) kesulitan dalam mengendalikan perilaku menggunakan zat, termasuk sejak mulainya, usaha pengehentian, atau pada tingkat sedang menggunakan;
 - c) keadaan putus zat secara fisiologis (lihat F1x.3 atau F1x.4) ketika penggunaan zat atau pengurangan, terbukti dengan adanya gejala putus zat atau golongan zat yang sejenis dengan tujuan untuk menghilangkan atau menghindari terjadinya gejala putus zat;
 - d) terbukti adanya toleransi, berupa peningkatan dosis yang psikoaktif yang diperlukan guna memperoleh efek yang sama yang biasanya diperoleh dengan dosis lebih rendah (contoh yang jelas dapat ditemukan pada individu dengan ketergantungan alkohol dan opiate yang dosis hariannya dapat mencapai taraf yang dapat membuat tak berdaya atau mematikan bagi pengguna pemula;
 - e) secara progresif mengabaikan menikmati kesenangan atau minat lain disebabkan penggunaan zat psikoaktif, meningkatnya jumlah waktu yang diperlukan untuk mendapatkan atau menggunakan zat atau untuk pulih dari akibatnya;
 - f) tetap menggunakan zat meskipun ia menyadari adanya akibat yang merugikan kesehatannya, seperti gangguan fungsi hati karena minum alkohol berlebihan, keadaan depresi sebagai akibat dari suatu periode penggunaan zat yang berat, atau hendaya fungsi berkaitan dengan penggunaan zat; upaya perlu diadakan untuk memastikan bahwa pengguna

zat sungguh-sungguh, atau dapat diandalkan, sadar akan hakekat dan besarnya bahaya.

Diagnosis sindrom ketergantungan dapat ditentukan lebih lanjut dengan kode lima karakter berikut :

F1x.20 Kini abstinen

F1x.21 Kini abstinen, tetapi dalam suatu lingkungan yang terlindung (seperti dalam rumah sakit, komunitas terapeutik, lembaga pemasyarakatan)

F1x.22 Kini dalam pengawasan klinis dengan terapi pemeliharaan atau dengan Pengobatan zat pengganti (ketergantungan terkendali) (misalnya dengan Methadone, penggunaan “nicotine gum” atau “nicotine patch”)

F1x.23 Kini abstinen, tetapi sedang dalam terapi obat aversif atau penyekat (misalnya naltrexone atau disulfiram)

F1x.24 Kini sedang menggunakan zat (ketergantungan aktif)

F1x.25 Penggunaan berkelanjutan F1x.26 Penggunaan episodic (dipsomania)

F1x.3 Keadaan Putus Zat

Pedoman Diagnostik

- Keadaan putus zat merupakan salah satu indikator dari sindrom ketergantungan (lihat F1x.2) dan diagnosis sindrom ketergantungan zat harus turut dipertimbangkan
- Keadaan putus zat hendaknya dicatat sebagai diagnosis utama, bila hal ini merupakan alasan rujukan dan cukup parah sampai memerlukan perhatian medis secara khusus.
- Gejala fisik bervariasi sesuai dengan zat yang digunakan. Gangguan psikologis (misalnya ansietas, depresi dan gangguan tidur) merupakan gambaran umum dari keadaan putus zat ini. Yang khas ialah pasien akan melaporkan bahwa gejala putus zat akan mereda dengan meneruskan penggunaan zat.

Diagnosis keadaan putus zat dapat ditentukan lebih lanjut dengan menggunakan kode lima karakter berikut:

F1x.30 Tanpa komplikasi

F1x.31 Dengan konvulsi

Konsep kecanduan terhadap *smartphone* memang belum diklasifikasikan secara spesifik sebagai diagnosis dalam PPDGJ maupun DSM-V. Pada keduanya konsep kecanduan masih dikaitkan dengan kecanduan terhadap zat-zat psikoaktif. Namun paparan *gadget (smartphone)* secara terus-menerus dalam jangka waktu yang panjang akan merubah sirkuit otak, sehingga yang terjadi berikutnya adalah ketergantungan seperti yang terjadi pada pecandu obat-obatan atau alkohol⁵⁵.

Berdasarkan pada beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa *smartphone addiction* adalah gangguan kontrol impuls atau kondisi dimana seseorang tidak mampu mengendalikan dan meregulasi diri secara fisik dan emosi terhadap intensitas penggunaan *smartphone* secara berlebihan yang berakibat pada munculnya perilaku ketergantungan dan berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari.

2. Aspek-Aspek *Smartphone Addiction*

Kwon, dkk menjelaskan aspek-aspek *smartphone addiction* meliputi⁵⁶:

a. Terganggunya aktivitas sehari-hari (*daily life disturbance*)

Efek yang paling mungkin dirasakan akibat kecanduan *smartphone* adalah terganggunya ritme atau pola tidur, yang selanjutnya dapat berdampak pada terlewatnya pekerjaan yang telah direncanakan. Hal ini juga dapat menyebabkan kesulitan dalam menjaga perhatian atau berkonsentrasi, baik di dalam kelas maupun saat bekerja. Selain itu, kesehatan pengguna dapat menurun, ditandai dengan gejala seperti pusing, penglihatan kabur, serta nyeri pada leher dan pergelangan tangan..

b. Mengalami penarikan (*withdrawal*)

Penarikan yang terjadi akibat kecanduan *smartphone* biasanya ditandai dengan perilaku yang tidak sabar, kurang mampu mentoleransi, dan merasa gelisah saat tidak menggunakan perangkat tersebut. Tanpa *smartphone*, individu dapat mengalami perubahan suasana hati, kekhawatiran, dan ketidakstabilan emosional..

c. Keterkaitan dengan dunia maya (*cyberspace oriented-relationship*)

⁵⁵ Larasati Aurora Arifin and Farid Agung Rahmadi, 'Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Prestasi Belajar Usia 10-11 Tahun', *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6.2 (2017), 728–36.

⁵⁶ Sandy.

Akibat dari *smartphone addiction* pada individu adalah munculnya perasaan lebih dekat dengan teman-teman di dunia maya dibandingkan kehidupan nyata, sehingga pada saat tidak menggunakan *smartphone* mereka akan merasa cemas, kesepian hingga merasa kehilangan.

d. Penggunaan yang berlebihan (*overuse*)

Kurangnya kontrol dalam penggunaan *smartphone* membuat seseorang terus-menerus menggunakannya, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Mereka cenderung memilih mencari informasi melalui *smartphone* daripada meminta bantuan secara langsung dari orang lain..

e. Toleransi (*tolerance*)

Seseorang yang mengalami ketergantungan sejatinya berusaha untuk mengendalikan waktu agar tidak terus-menerus bergantung pada penggunaan *smartphone* tapi pada akhirnya mereka gagal melakukannya.

f. Antisipasi positif (*positive anticipation*)

Pengguna *smartphone* merasa senang ketika dapat meredakan stres melalui perangkat tersebut, tetapi merasa kesepian saat tidak menggunakannya.. Hal tersebut karena kecenderungan para pengguna *smartphone* selain menjadikannya sebagai alat komunikasi juga sebagai teman yang menyenangkan, membuat mereka merasa aman dan dapat membantu mengurangi rasa lelah dan resah.

Pendapat lain dari Leung mengenai aspek-aspek *mobile phone addict* atau *smartphone addiction* adalah⁵⁷:

a. Kurang kontrol (*inability to control craving*)

Individu cenderung tidak mampu mengontrol keinginan dalam menggunakan *smartphone*.

b. Kecemasan dan perasaan kehilangan (*anxiety and feeling lost*)

Merasa cemas dan kehilangan saat tidak menggunakan *smartphone*, serta mengalami kesulitan untuk melepaskan diri dari perangkat tersebut.

c. Penarikan dan melarikan diri (*withdrawal and escape*)

Individu cenderung menggunakan ponsel sebagai sarana pelarian saat sedang menghadapi suatu masalah.

⁵⁷ Suci Maharani Putri.

d. Kehilangan produktivitas (*productivity lost*)

Hilangnya produktivitas akibat dari intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi.

Merujuk pada teori-teori yang telah dijelaskan, peneliti akan menggunakan teori dari Leung yaitu kurang kontrol (*inability to control craving*), kecemasan dan perasaan kehilangan (*anxiety and feeling lost*), penarikan dan melarikan diri (*withdrawal and escape*) dan kehilangan produktivitas (*productivity lost*). Dimana teori tersebut digunakan sebagai alat ukur pada variabel *smartphone addiction*. Aspek ini dipilih karena sesuai dengan konteks penelitian ini.

3. *Smartphone Addiction* dalam Perspektif Islam

Addiction atau adiksi dapat diartikan sebagai kondisi ketika seseorang tergantung pada suatu hal dengan sangat berlebihan. *Smartphone addiction* adalah salah satu gambaran adiksi dimana menjadikan penggunaannya menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Penggunaan *smartphone* apabila pada pemakaiannya sudah melebihi dari batas dan justru akan menjadi hal buruk bagi dirinya. Seperti apa yang telah disampaikan dalam Al-Qur'an, yang berbunyi:

قُلْ يَا أَهْلَ الْكِتَابِ لَا تَغْلُوا فِي دِينِكُمْ غَيْرَ الْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعُوا أَهْوَاءَ قَوْمٍ قَدْ ضَلُّوا مِنْ قَبْلُ

وَأَضَلُّوا كَثِيرًا وَضَلُّوا عَنْ سَوَاءِ السَّبِيلِ

Artinya:

“Hai Ahli Kitab, janganlah kamu berlebih-lebihan (melampaui batas) dengan cara yang tidak benar dalam agamamu. Dan janganlah kamu mengikuti hawa nafsu orang-orang yang telah sesat dahulunya (sebelum kedatangan Muhammad) dan mereka telah menyesatkan kebanyakan (manusia), dan mereka tersesat dari jalan yang lurus.” (Q.S. Al-Maidah: 77)⁵⁸.

Ayat tersebut cukup menjelaskan bahwasannya melakukan sesuatu yang berlebih-lebihan bukanlah hal yang baik. Terlebih lagi dalam hal duniawi. Allah SWT

⁵⁸ Al-Qur'an, surat Al-Maidah ayat 77.

memerintahkan hambanya untuk menyeimbangkan antara perkara dunia dan akhirat. Apabila dirasa sudah mulai berlebihan umat muslim diminta untuk menerapkan sikap zuhud. Zuhud adalah membatasi diri dari perkara duniawi, dan merupakan salah satu sikap terpuji dalam Islam.

Rasulullah SAW bersabda:

اعن عبد الله بن مسعود قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: «هَلَكَ الْمُتَنَطِّعُونَ»

قَالَهَا ثَلَاثًا.

Artinya:

“Abdullah bin Mas'ūd -radīyallāhu 'anhu- meriwayatkan, ia berkata, Rasulullah ﷺ bersabda, "Binasalah orang-orang yang berlebih-lebihan." Beliau mengucapkannya tiga kali". HR. Muslim 2670

Nabi mengabarkan tentang kerugian orang-orang yang berlebihan tidak di atas petunjuk dan ilmu dalam agama dan dunia mereka, serta dalam ucapan dan perbuatan mereka, yaitu orang-orang yang melampaui batas syariat yang dibawa oleh Nabi. Dalam hadist tersebut, Rasulullah memerintahkan ummatnya untuk tidak berlebih-lebihan terhadap sesuatu, terlebih lagi terhadap hal yang berkaitan dengan duniawi yang mana hal tersebut juga tidak ada manfaat yang diperoleh.

Termasuk didalamnya adalah adiksi atau kecanduan terhadap *smartphone*. Seseorang yang sudah terlanjur kecanduan cenderung akan menghabiskan waktunya hanya untuk terus-terusan sibuk dengan ponselnya, akibatnya mereka cenderung akan lalai terhadap tugas dan kewajiban lainnya. Kebiasaan tersebut kemudian akan memberikan dampak buruk terhadap kondisi kesehatan, sikap maupun perilaku seseorang.

C. Motivasi Belajar

1. Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi berasal dari kata "motiv," yang mengandung arti dorongan, alasan, kehendak, atau keinginan. Dengan demikian, motivasi dapat dipahami sebagai kekuatan yang mendorong individu untuk bertindak. Meskipun bukan berupa perilaku itu sendiri, motivasi adalah kondisi internal yang kompleks dan tidak dapat diamati secara langsung, namun dapat memengaruhi tindakan seseorang. Motivasi diartikan sebagai dorongan yang menyebabkan munculnya perilaku dan tindakan. Ini juga merupakan proses yang mengubah motif menjadi tindakan atau perilaku untuk mencapai kepuasan. Menurut Nur Hidayah, motif adalah kondisi yang ada dalam diri individu yang siap untuk memulai dan mendorong serangkaian perilaku. McDonald berpendapat bahwa motivasi merupakan perubahan energi dalam diri yang ditandai dengan munculnya perasaan dan reaksi, yang dipicu oleh adanya tujuan. Beberapa psikolog menyatakan bahwa motivasi adalah konstruk hipotesis yang menjelaskan kebutuhan, keinginan, arah, intensitas, dan konsistensi perilaku yang terarah pada tujuan⁵⁹. Jadi motivasi adalah upaya atau dorongan dari dalam diri untuk melakukan sesuatu agar dapat mencapai tujuan yang diinginkan.

Menurut Drs. Slameto belajar merupakan sebuah proses usaha yang dilakukan individu guna memperoleh perubahan perilaku yang baru secara menyeluruh sebagai hasil dari pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Belajar juga dapat diartikan sebagai kegiatan jiwa raga untuk memperoleh pengalaman dengan melibatkan kognitif, sketif dan psikomotorik⁶⁰. Wingkel menyatakan bahwa belajar adalah aktivitas mental atau psikis yang terjadi dalam interaksi dengan lingkungan, yang menghasilkan perubahan dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan sikap. Proses belajar ini direncanakan secara sadar dan diatur untuk menciptakan perubahan perilaku yang positif. Aktivitas belajar dapat berlangsung secara psikologis maupun fisiologis. Aktivitas psikologis mencakup proses mental seperti berpikir, menyimak, memahami, menelaah, membandingkan, menganalisis,

⁵⁹ Syarifan Nurjan, *Psikologi Belajar*, ed. by Wahyudi Setiawan (Ponorogo: CV. Wade Group, 2016).

⁶⁰ Nur Afifah, 'PENGARUH LATAR BELAKANG PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 GABUS GROBOGAN' (UIN Walisongo, 2023).

menyimpulkan, dan mengungkapkan. Sementara itu, aktivitas fisiologis berhubungan dengan praktik atau penerapan, seperti melakukan percobaan atau eksperimen, latihan, dan menciptakan produk serta apresiasi.⁶¹

Mc. Donald menyatakan bahwa motivasi belajar adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai oleh timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Clayton Aldefer berpendapat bahwa motivasi belajar adalah kecenderungan siswa untuk belajar yang didorong oleh keinginan untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Sementara itu, Abraham Maslow mengatakan bahwa motivasi belajar mencakup kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan diri secara maksimal, sehingga individu dapat berbuat baik, kreatif, dan berprestasi. Dengan demikian, motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal yang mendorong seseorang untuk bertindak demi mencapai tujuan, sehingga perubahan perilaku pada siswa dapat terjadi. Secara keseluruhan, motivasi belajar dapat diartikan sebagai kondisi psikologis siswa yang mendorong mereka untuk belajar dengan serius, yang kemudian membentuk cara belajar yang sistematis dan fokus, sehingga dapat membantu mereka dalam memilih kegiatan yang dilakukan⁶².

Hakikat motivasi belajar adalah dorongan internal dan eksternal yang dirasakan siswa untuk mencapai perubahan perilaku. Umumnya, motivasi ini didukung oleh beberapa indikator dan unsur yang berperan penting dalam menentukan keberhasilan proses belajar. Indikator motivasi belajar dapat dijelaskan sebagai berikut: (1) adanya keinginan dan hasrat untuk meraih keberhasilan; (2) adanya dorongan dan kebutuhan untuk belajar; (3) adanya cita-cita dan harapan untuk masa depan; (4) adanya penghargaan dalam proses belajar; (5) adanya kegiatan yang menarik selama belajar; dan (6) adanya lingkungan belajar yang kondusif, yang memungkinkan siswa untuk belajar dengan baik⁶³.

⁶¹ Shilphy A. Octavia, *MOTIVASI BELAJAR DALAM PERKEMBANGAN REMAJA*, ed. by Herlambang Rhmadhani and Titis Yuliyanti (Yogyakarta: CV. BUDI UTAMA, 2020).

⁶² Muhammad Uyun and Idi Warsah, *Psikologi Pendidikan*, ed. by Dwi Novidiantoko, Gofur Diah Ayu, and Avinda Yuda Wati (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2021).

⁶³ Hamzah B Uno, *TEORI MOTIVASI DAN PENGUKURANNYA Analisis Di Bidang Pendidikan* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2016).

2. Aspek-Aspek Motivasi Belajar

Menurut Dimiyati, terdapat tiga aspek atau komponen utama dalam motivasi, yakni sebagai berikut⁶⁴:

- a. Kebutuhan, muncul ketika seseorang merasakan ketidaksesuaian antara apa yang dimiliki dan apa yang diharapkan.
- b. Dorongan, sebagai kekuatan mental yang mendorong individu untuk melakukan aktivitas demi memenuhi harapan dan mencapai tujuan.
- c. Tujuan, sebagai suatu hal yang ingin dicapai.

Printich dan Groot, memaparkan mengenai aspek-aspek motivasi belajar sebagai berikut⁶⁵:

- a. Komponen nilai (*value component*)

Komponen nilai berkaitan dengan cara siswa memandang alasan keterlibatan mereka dalam pembelajaran, seperti tantangan, penguasaan, kinerja, penghargaan, rasa ingin tahu, evaluasi orang lain, serta seberapa penting, menarik, dan bermanfaatnya tugas yang dikerjakan (*task value*).

- b. Komponen harapan (*expentancy component*)

Komponen harapan berorientasi pada keyakinan siswa bahwa proses belajar akan memberikan hasil yang positif. Terdapat dua bagian dalam komponen harapan ini, (1) *Control of learning being*, keyakinan bahwa hasil belajar bergantung pada usaha sendiri, berbeda dengan faktor eksternal seperti guru. Apabila siswa yakin bahwa usaha mereka akan memberikan hasil, maka mereka akan lebih giat belajar dan menggunakan strategi yang lebih efektif; (2) *Self efficacy for learning and perfomance*, penilaian terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas serta keyakinan akan keterampilan untuk melakukan tugas tersebut.

- c. Komponen afeksi (*affective component*)

⁶⁴ Kompri, *MOTIVASI DAN PEMBELAJARAN PERSPEKTIF GURU DAN SISWA*, ed. by Adriyani Kamsyach (Bandung: PT. REMAJA ROSDAKARYA, 2016).

⁶⁵ Ahmad Farihin and others, 'Motivasi Belajar Lansia Dalam Mengikuti Pengajian Rutin Ahadan Di Majelis Taklim Darussalam Kunir', *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4.02 (2021), 439 <<https://doi.org/10.30868/im.v4i02.1550>>.

Komponen afeksi dapat diukur melalui tes kecemasan, yang terdiri dari dua bagian: kekhawatiran, yaitu pikiran negatif siswa yang mengganggu kinerja, dan emosionalitas, yang merujuk pada aspek gairah afektif dan respons fisiologis terhadap kecemasan..

Terdapat dua aspek dalam teori motivasi belajar yang dikemukakan oleh Santrock⁶⁶:

- a. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan untuk melakukan sesuatu demi mendapatkan sesuatu yang lain, seperti mencapai tujuan. Motivasi ini dipengaruhi oleh insentif internal, seperti *reward* atau *punishment*. Misalnya, seorang siswa belajar giat untuk meraih nilai baik di ujian. Hadiah memiliki dua fungsi: pertama, sebagai insentif untuk mendorong siswa mengerjakan tugas, dan kedua, untuk memberikan informasi tentang penguasaan keterampilan.
- b. Motivasi intrinsik, motivasi internal untuk melakukan sesuatu demi sesuatu itu sendiri (tujuan itu sendiri). Seperti saat seorang siswa belajar karena ketertarikan pada mata pelajaran, motivasi muncul ketika mereka diberi pilihan, menikmati tantangan yang sesuai kemampuan, dan menerima imbalan informasional, seperti pujian dari guru, tanpa merasa tertekan. Terdapat dua jenis motivasi intrinsik: (1) motivasi berdasarkan determinasi diri, di mana siswa belajar atas dasar kemauan sendiri, bukan karena imbalan eksternal; minat ini meningkat jika mereka memiliki tanggung jawab dalam pembelajaran; (2) motivasi berdasarkan pengalaman optimal, yang terjadi saat seseorang dapat berkonsentrasi penuh dan terlibat dalam tantangan yang seimbang antara terlalu mudah dan terlalu sulit. Berdasarkan penjelasan aspek-aspek motivasi belajar diatas, peneliti menggunakan teori yang dikemukakan oleh Dimiyati, yakni kebutuhan, dorongan dan tujuan sebagai alat ukur pada variabel motivasi belajar. Aspek ini dipilih karena sesuai dengan konteks penelitian.

3. Motivasi Belajar Perspektif Islam

Motivasi belajar merupakan perubahan energi dari dalam diri seseorang yang ditandai oleh munculnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Selain itu, motivasi belajar juga menjadi kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan diri

⁶⁶ Kompri.

secara optimal, sehingga individu dapat mengendalikan diri, berprestasi, dan berperilaku kreatif.

Dalam perspektif Islam, terdapat penjelasan mengenai motivasi belajar di dalam Al-Qur'an, yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ
انْشُرُوا فَانْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya:

“Wahai orang-orang yang beriman, apabila dikatakan kepadamu “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Apabila dikatakan,” Berdirilah,” (kamu) berdirilah. Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Maha Teliti terhadap apa yang kamu kerjakan (Q.S Al-Mujadalah: 11)⁶⁷.

Ayat di atas menunjukkan bahwa Allah akan mengangkat derajat orang yang beriman dan berilmu, menegaskan bahwa menuntut ilmu adalah perintah-Nya dan merupakan kewajiban, terutama dalam ilmu agama. Selain itu, mereka yang menuntut ilmu harus dapat mengingatkan orang lain yang kurang memahami agama, serta menjaga diri agar tidak terjerumus dalam hal-hal buruk.

⁶⁷ Al-Qur'an, surat Al-Mujadalah ayat 11.

Seperti hadist Rasulullah SAW, yang berbunyi:

عن أبي الدرداء رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَبْتَغِي فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ، وَإِنَّ الْمَلَائِكَةَ لَتَضَعُ أجنحتها لطالب العلم رضا بما يصنع، وَإِنَّ الْعَالَمَ لَيَسْتَغْفِرُ لَهُ مَنْ فِي السَّمَاوَاتِ وَمَنْ فِي الْأَرْضِ حَتَّى الْحَيَاتَانِ فِي الْمَاءِ، وَفَضْلُ الْعَالَمِ عَلَى الْعَابِدِ كَفَضْلِ الْقَمَرِ عَلَى سَائِرِ الْكَوَاكِبِ، وَإِنَّ الْعُلَمَاءَ وَرَثَةُ الْأَنْبِيَاءِ، وَإِنَّ الْأَنْبِيَاءَ لَمْ يُوَرِّثُوا دِينَارًا وَلَا دِرْهَمًا وَإِنَّمَا وَرَّثُوا الْعِلْمَ، فَمَنْ أَخَذَهُ أَخَذَ بِحِطِّ وَافِرٍ».

Artinya:

“Dari Abu Dardā` -radīyallāhu 'anhu-, dari Nabi -ṣallallāhu 'alāhi wa sallam-, beliau bersabda, "Siapa menempuh jalan untuk mencari ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju Surga. Dan sungguh para malaikat akan meletakkan sayap-sayapnya untuk penuntut ilmu karena senang dengan perbuatannya. Sesungguhnya orang berilmu itu akan dimintakan ampunan oleh (makhluk) yang berada di langit dan di bumi hingga ikan di air. Keutamaan orang yang berilmu atas ahli ibadah laksana keutamaan rembulan atas seluruh bintang. Sesungguhnya ulama adalah pewaris para Nabi dan sesungguhnya para Nabi tidak mewariskan dinar dan dirham, namun mereka hanya mewariskan ilmu, maka siapa yang mengambilnya berarti ia telah mengambil bagian yang melimpah.” (HR. Muslim)

Pada hadist tersebut berisi penjelasan bahwa Allah SWT akan memberi kemudahan pada hambanya yang menuntut ilmu dan mempelajarinya. Kemudian Allah mudahkan baginya untuk dalam belajar mengenai ibadah yang benar. Allah mudahkan baginya akhlah yang baik ditengah-tengah masyarakat yang majemuk. Lalu Allah memudahkannya untuk mengamalkan dan menyampaikan ilmu tersebut⁶⁸.

⁶⁸ Afifah.

D. Dampak *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi bermaksud pada perilaku seseorang yang senang menunda-nunda dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas dan memilih melakukan pekerjaan lain dengan skala prioritas yang lebih rendah. Prokrastinasi akademik merujuk pada penundaan terhadap tugas-tugas akademik. Prokrastinasi adalah bentuk penundaan tanpa tujuan yang jelas dan tidak perlu dilakukan. Hal tersebut dilakukan hanya karena takut gagal dan merasa bahwa setiap pekerjaan harus dilakukan dengan benar. Menurut Ellis dan Knaus penundaan yang dilakukan sudah menjadi kebiasaan atau respons ini disebut sebagai trait prokrastinasi⁶⁹. Bernard menyebutkan faktor-faktor penyebab dari seseorang melakukan tindakan prokrastinasi diantaranya *anxiety, self-depreciation, low discomfort tolerance, pleasure-seeking, time disorganization, environmental disorganization, poor task approach, lack of assertion, hostility with others* dan *stress and fatigue*⁷⁰.

Selain pada faktor-faktor yang telah disebutkan, penyebab lain yang dapat menjadikan seseorang melakukan prokrastinasi adalah kecenderungan mengalami *smartphone addiction*). *Smartphone addiction* dianggap sebagai ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan *smartphone*, meski menimbulkan efek negatif pada penggunaannya. Cha dan Seo mengemukakan pendapat mengenai penggunaan *smartphone* tidak hanya memberikan kesenangan dan mengurangi rasa sakit serta stres, tetapi di sisi lain juga membawa dampak negatif berupa ketidakmampuan untuk mengontrol tingkat penggunaannya, yang mana hal tersebut memiliki konsekuensi berbahaya yang signifikan dalam aspek fisik, psikologis, keuangan, dan sosial kehidupan.⁷¹ Sayangnya, kebanyakan orang tidak sadar bahwa dirinya mengalami *smartphone addiction*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nabilah Alda Arisanti, hasilnya menunjukkan pada variabel kecanduan *smartphone* (X) berpengaruh positif dan signifikan berdasarkan dari hasil uji t. Artinya semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone* yang dialami, maka semakin tinggi pula prokrastinasi yang akan dilakukan⁷².

⁶⁹ Ghufroon and S.

⁷⁰ Catrunada and Puspitawati.

⁷¹ Dinda Arindra Putri.

⁷² Nabilah Alda Arisanti.

Selain *smartphone addiction*, faktor lain yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa. Motivasi belajar adalah dorongan yang muncul dari dalam diri dan dirasakan siswa untuk belajar dengan sungguh-sungguh dalam mencapai apa yang menjadi tujuan mereka. Motivasi belajar juga berperan dalam mempengaruhi perilaku siswa, membantu mereka dalam mengatasi kesulitan, tantangan dan mengelola resiko selama masa pembelajaran⁷³. Motivasi belajar yang tinggi inilah nantinya yang akan mencegah siswa dari melakukan prokrastinasi akademik. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Fery Irawan, dkk menunjukkan hubungan signifikan yang bersifat negatif yang artinya semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki siswa maka akan semakin rendah tingkat prokrastinasi akademik yang dimiliki⁷⁴.

Tuckman mengemukakan adanya hubungan antara motivasi dengan prokrastinasi. Motivasi intrinsik yang rendah terkait dengan kecenderungan prokrastinasi yang lebih tinggi. Individu yang kurang termotivasi atau tidak memiliki tujuan yang jelas dalam belajar cenderung menunda-nunda pekerjaan mereka. Sebaliknya motivasi yang tinggi berhubungan dengan pengurangan prokrastinasi, dimana mereka yang lebih fokus pada penhindaran kegagalan atau kecemasan cenderung terhindar dari perilaku menunda-nunda⁷⁵.

Dampak dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik juga dapat dilihat dari aspek-aspek yang ada. Pada *smartphone addiction* terdapat aspek *inability to control craving* (kurangnya kontrol) sehingga berpengaruh terhadap aspek prokrastinasi akademik yaitu terjadinya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas. Kemudian aspek lain yakni *productivity lost* (kehilangan produktivitas) berpengaruh terhadap aspek melakukan kegiatan lain daripada menyelesaikan tugas. Kemudian untuk aspek motivasi belajar yakni dorongan yang kurang dapat berpengaruh pada aspek kelambanan dalam menyelesaikan tugas. Lalu aspek lain yakni kebutuhan yang muncul akibat ketidaksesuaian antara yang dimiliki dengan yang

⁷³ Sunarti Rahman, 'Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar', *Merdeka Belajar*, November, 2021, 289–302.

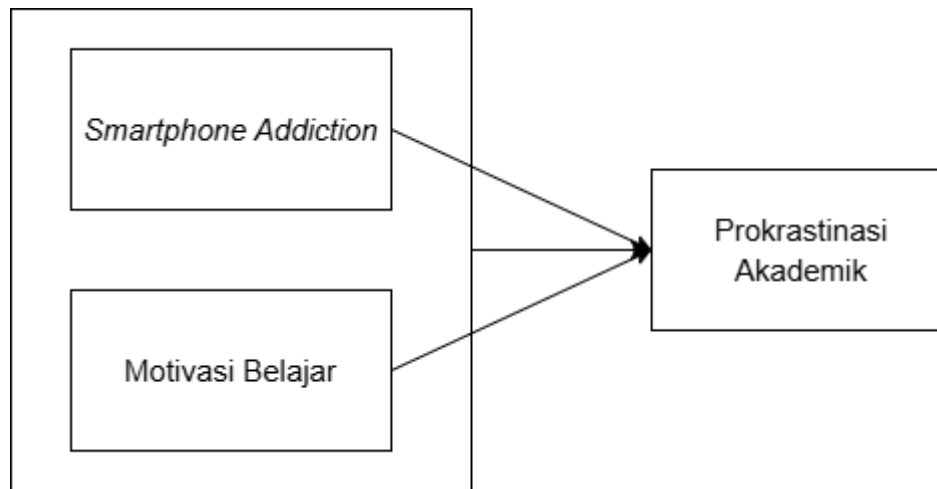
⁷⁴ Irawan and Budiono.

⁷⁵ Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>

diharapkan berpengaruh terhadap aspek kesenjangan antara rencana dengan aktualisasi kerja yang dihadapi.

Jadi, berdasarkan pada uraian diatas dapat disimpulkan bahwa munculnya fenomena perilaku prokrastinasi akademik yang terjadi dikalangan siswa disebabkan karena adanya pengaruh dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar.

E. Kerangka Teori



F. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir diatas, maka hipotesis penelitian yang dapat dirumuskan adalah sebagai berikut:

- H₀ : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa
- H₁ : Ada pengaruh yang signifikan antara *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menekankan fokus analisisnya pada data-data numerik (angka) yang kemudian diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, tujuan dari pendekatan ini adalah untuk menguji hipotesis. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan variabel yang diteliti⁷⁶. Penelitian kuantitatif bersifat sistematis, terstruktur, terencana dan jelas urutannya dari awal hingga akhir penelitian serta tidak mudah terpengaruh oleh keadaan di lapangan⁷⁷.

Adapun jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis kausalitas. Jenis penelitian dengan pendekatan kausalitas adalah bertujuan untuk meneliti adanya kemungkinan hubungan sebab-akibat antar variabel. Dalam pendekatan kausalitas ini biasanya hubungan sebab-akibat sudah dapat diprediksi oleh peneliti, sehingga peneliti dapat menyatakan klasifikasi variabel penyebab, variabel antara, variabel terikat atau tergantung⁷⁸. Kemudian untuk analisis yang dilakukan dalam adalah analisis regresi linier berganda, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari variabel *independen* terhadap variabel *dependen*.

B. Identitas Variabel

Menurut Shone variabel merupakan sesuatu yang bervariasi di sepanjang waktu dan subjek, serta bervariasi dalam setiap penelitian. Lalu menurut Brown, variabel diartikan sebagai “*something that may vary or differ*”. Kemudian lebih detail, Davis mengatakan variabel “*is simply symbol or a concept that can assume any one of a set of values*”. Sedangkan menurut *Australian Bureau of Statistics* variabel merupakan gambaran dari karakteristik, kuantitas atau jumlah yang dapat dihitung atau diukur. Variabel juga dapat

⁷⁶ Muchammad Fauzi, *METODE PENELITIAN KUANTITATIF SEBUAH PENGANTAR*, ed. by Mohammad Nor Ichwan, 1st edn (Semarang: Walisongo Press, 2009).

⁷⁷ Hardani and others, *METODE PENELITIAN KUALITATIF & KUANTITATIF*, ed. by Husnu Abadi (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group, 2022).

⁷⁸ Prof. Ma'ruf Abdullah, *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*, ed. by Agung Istiadi and Igbal, Aswaja Pressindo, 1st edn (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015).

disebut item data, seperti nilai, jenis kelamin, usia, warna mata, negara kelahiran, jenis kendaraan, pendapatan dan pengeluaran bisnis dan lain sebagainya. Disebut variabel karena nilai yang dapat bervariasi antar unit data dalam suatu populasi, dan dapat berubah nilainya dari waktu ke waktu⁷⁹.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang terdiri dari satu variabel *dependen* (Y) dan dua variabel *indeoenden* (X), yakni sebagai berikut:

- a. Variabel *Dependen*/Terikat (Y)

Variabel (Y) : Prokrastinasi Akademik

- b. Variabel *Independen*/Bebas

Variabel (X₁) : *Smartphone Addiction*

Variabel (X₂) : Motivasi Belajar

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional merupakan definisi yang berdasar pada karakteristik dari apa yang dapat diamati dan apa yang sedang didefinisikan. Definisi operasional menggambarkan perilaku yang dapat diamati, diuji dan ditentukan sifatnya. Adapun dalam penelitian ini, definisi operasional dari masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

1. Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan tindakan menunda-nunda yang dilakukan individu dalam mengerjakan atau menyelesaikan sebuah tugas. Dalam lingkup akademik prokrastinasi yang biasa dilakukan adalah bentuk penundaan terhadap tugas-tugas akademik. Penundaan yang dilakukan bisa disebabkan karena kurangnya kemampuan dalam manajemen waktu dan kurang konsisten dalam melaksanakan jadwal yang telah ditentukan. Vriabel prokrastinasi akademik diukur dengan skala yang mencakup empat aspek: penundaan dalam memulai dan menyelesaikan tugas, lambatnya penyelesaian tugas, kesenjangan antara rencana dan realisasi, serta memilih aktivitas lain daripada menyelesaikan tugas. Hasil dari pengukuran akan menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang dialami siswa. Apabila skor yang diperoleh tinggi, maka tingkat

⁷⁹ Jonathan Sarwono, *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF MENGGUNAKAN SPSS*, ed. by Turiyanto, 1st edn (Yogyakarta: GAVA MEDIA, 2022).

prokrastinasi akademik yang dialami juga tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat prokrastinasi akademik yang dialami juga rendah.

2. *Smartphone Addiction*

Smartphone addiction didefinisikan sebagai suatu bentuk adiksi/ kecanduan/ ketergantungan yang dialami seseorang terhadap penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Bentuk adiksi yang berlebihan ini akan menjadikan seseorang menjadi sulit terlepas dari *smartphonenya* sehingga kemudian akan berdampak pada kehidupan sehari-hari. Variabel *smartphone addiction* diukur menggunakan skala yang terdiri dari empat aspek yaitu ketidakmampuan mengendalikan keinginan (*inability to control craving*), kecemasan dan perasaan kehilangan (*anxiety and feeling lost*), penarikan dan melarikan diri (*withdrawal and escape*) dan kehilangan produktivitas (*productivity lost*). Hasil dari pengukuran akan menunjukkan tingkat *smartphone addiction* yang dialami siswa. Apabila skor yang diperoleh tinggi, maka tingkat *smartphone addiction* yang dialami juga tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat *smartphone addiction* yang dialami juga rendah.

3. Motivasi Belajar

Motivasi belajar adalah suatu dorongan kuat baik dari dalam maupun dari luar yang mendorong seseorang untuk belajar sungguh-sungguh guna memperoleh hasil belajar dan prestasi yang memuaskan. Motivasi belajar juga merupakan kebutuhan dalam mendukung pengembangan kemampuan diri seseorang secara maksimal sehingga mampu berbuat baik. Variabel motivasi belajar diukur dengan menggunakan skala yang terdiri dari tiga aspek yaitu kebutuhan, dorongan, dan tujuan. Hasil dari pengukuran akan menunjukkan tingkat motivasi belajar yang dialami siswa. Apabila skor yang diperoleh tinggi, maka tingkat motivasi belajar yang dialami juga tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka tingkat motivasi belajar yang dialami juga rendah.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Nazir, populasi adalah sekumpulan individu dengan kualitas serta ciri-ciri yang telah ditetapkan. Sugiyono mengatakan populasi sebagai suatu wilayah yang terdiri dari sekumpulan objek atau subjek dengan karakteristik tertentu dan dapat diukur kuantitasnya sehingga kemudian dapat ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Kemudian menurut Singarimbun dan Effendi populasi terdiri dari sejumlah keseluruhan dari unit analisis yang ciri-cirinya akan diduga⁸⁰. Dalam penelitian populasi bertujuan agar peneliti dapat menentukan sampel yang akan diambil dari sebagian jumlah populasi dan membatasi berlakunya daerah generalisasi⁸¹. Adapun dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara tahun ajaran 2024/2025, dengan jumlah sebagai berikut:

Tabel 3.1

Data Jumlah Keseluruhan Siswa

Kelas X	Kelas XI	Kelas XII
X E1 : 36	XI F1 : 36	XII F1 : 34
X E2 : 36	XI F2 : 36	XII F2 : 36
X E3 : 36	XI F3 : 36	XII F3 : 33
X E4 : 36	XI F4 : 36	XII F4 : 36
X E5 : 36	XI F5 : 36	XII F5 : 36
X E6 : 36	XI F6 : 36	XII F6 : 36
X E7 : 36	XI F7 : 36	XII F7 : 34
X E8 : 36	XI F8 : 36	XII F8 : 34
X E9 : 36	XI F9 : 36	
324	322	279
Jumlah keseluruhan : 925		

⁸⁰ Lijan P. Sinambela, *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF: TEORETIK DAN PRAKTIK*, ed. by Monalisa, 2nd edn (Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA, 2022).

⁸¹ Achmad Alfian Afandi, 'PENGARUH UJUB TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 SUMBERREJO KABUPATEN BOJONEGORO', *UIN Walisong Semarang* (UIN Walisongo Semarang, 2022) <www.aging-us.com>.

2. Sampel

Sampel merupakan suatu prosedur dalam proses pengambilan data melalui sebagian dari jumlah populasi yang digunakan untuk menentukan karakteristik yang dikehendaki dari suatu populasi⁸². Sampel merupakan sebagian dari populasi yang dipilih dengan prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasi tersebut. Dalam menentukan sampel dilakukan teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel mana saja yang akan digunakan dalam penelitian.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah teknik *accidental sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang berdasarkan pada kebetulan, artinya setiap siapapun yang bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel asal dianggap sesuai dengan kriteria dari sumber data yang telah ditentukan.. Lalu pada perhitungan sampel menggunakan rumus slovin. Adapun rumusnya adalah

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

sebagai berikut:

n : jumlah responden

N : jumlah populasi

e : presentase kelonggaran ketelitian kesalahan pengambilan sampel yang masih bisa di tolelir

Adapun dalam penelitian ini jumul sampel yang diperoleh adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{925}{1+925 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{925}{1+2,3125}$$

$$n = \frac{925}{3,3125}$$

⁸² Syofian Siregar, *METODE PENELITIAN KUANTITATIF: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, ed. by Tambra and Suwito, 1st edn (Jakarta: PT Fajar Interpretama Mandiri, 2015).

$$n = 279,2$$

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan rumus slovin diatas, dari populasi siswa SMA N 1 Nalumsari sebanyak 925 siswa diperoleh hasil untuk jumlah sampel sebanyak 279,2 atau dibulatkan menjadi 280 siswa.

E. Metode Pengambilan Data

Metode pengambilan data merupakan salah satu instrumen penting dalam penelitian yang akan menentukan berhasil atau tidaknya sebuah penelitian. Pada penelitian ini metode pengambilan data yang digunakan adalah angket atau kuisisioner. Kuisisioner tersebut berisi beberapa daftar pertanyaan yang diberikan kepada sampel yang menjadi responden sehingga mereka dapat memberikan respon sesuai dengan permintaan pengguna. Tujuannya adalah untuk mencari masalah yang dialami oleh responden.

Dalam penelitian ini peneliti memilih pengambilan data dengan menggunakan kuisisioner skala *Likert*. Skala *Likert* dapat digunakan untuk mengukur pendapat, sikap, dan persepsi seseorang atau sekelompok mengenai fenomena sosial⁸³. Kuisisioner ini berisi daftar pertanyaan tertutup dimana responden hanya memiliki kesempatan untuk memberikan jawaban dari pilihan yang telah disediakan. Setelah itu hasilnya akan dianalisa oleh peneliti.

Dalam skala *Likert* ini peneliti menggunakan empat tingkatan jawaban dari tingkatan terendah ke tingkatan tertinggi. Yakni: sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju. Peneliti tidak menggunakan opsi jawaban netral atau kadang-kadang karena ingin mengetahui kecenderungan dari responden mengenai pertanyaan yang ditanyakan. Pada pernyataan dalam skala terdapat dua pernyataan yaitu *favourable* yang berisi pernyataan positif dan mendukung objek sikap dan pernyataan *unfavourable* yang berisi pernyataan negatif atau kontra terhadap objek sikap yang ditanyakan.

Alternatif jawaban yang tersedia pada skala berupa Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Dalam memberikan jawaban subjek diminta untuk memberikan pernyataan setuju atau tidak setuju terhadap isi pernyataan. Untuk pernyataan *favorable* penilaian bergerak dari nilai 4 menuju 1. Sedangkan pada

⁸³ Siregar.

pernyataan unfavorable penilaian bergerak dari angka 1 menuju 4. Kategorinya sebagai berikut:

Tabel 3.2
Skor Skala *Likert*

Jawaban	Skor Favourable	Skor Unfavourable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Berikut adalah Blue Print skala prokrastinasi akademik berdasarkan teori Millgram, Sloroff dan Rosenbau yang diadaptasi dari skripsi dengan judul Pengaruh *Self Efficacy* dan *Time Management* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Musyrif/ah Ma'had Sunan Ampel Al-Aly universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang oleh Kunti Novitasari :

Tabel 3.3
Blue Print Prokrastinasi Akademik

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
Prokrastinasi akademik	Adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda dalam memulai mengerjakan tugas sampai selesai	2,3,6	1,4,7	6
	Lamban dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan tugas	8,12,13,22	9,14	6

	Kesenjangan antara rencana dan aktualisasi kerja	Ketidaksesuaian antara niat dengan realita dalam penyelesaian tugas	5,20	15,16,17	5
	Melakukan aktivitas lain daripada menyelesaikan tugas	Mengesampingkan tugas untuk melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan	10,11,19	18,21,23	6
		Jumlah	12	11	23

Berikut adalah Blue Print skala *smartphone addiction* berdasarkan teori Leung yang diadaptasi dari skripsi dengan judul Hubungan Antara Kontrol Diri dan Kesepian terhadap kecanduan *Smartphone* pada Remaja (Mahasiswa tahun Pertama) oleh Marina Sitorus:

Tabel 3.4
Blue Print *Smartphone Addiction*

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
<i>Samrtphone addiction</i>	<i>Inability to control craving</i>	Kurangnya kemampuan untuk mengontrol penggunaan <i>smartphone</i>	2,4,6,7,9	1,3,5,8	9
	<i>Anxiety and feeling lost</i>	Merasa cemas dan gelisah saat tidak	11,12,13,14	10,15,16	7

		menggunakan <i>smartphone</i>			
	<i>Withdrawal and escape</i>	Menjadikan <i>smartphone</i> sebagai media pengalihan saat menghadapi masalah	17,19,20	18,21	5
	<i>Productivity lost</i>	Produktivitas menurun	22,23,24,25	26,27,28	7
		Jumlah	16	12	28

Berikut adalah Blue Print skala motivasi belajar berdasarkan teori Dimiyati:

Tabel 3.5
Blue Print Motivasi Belajar

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
Motivasi belajar	Kebutuhan	Adanya rasa ingin tahu perihal sesuatu yang belum diketahui secara jelas	1,4,6	2,3,5	6
	Dorongan	Adanya hasrat dan keinginan	8,10,11,13	7,9,12	7

		untuk berhasil			
	Tujuan	Adanya cita-cita di masa depan	16,17,19	14,15,18	6
		Jumlah	10	9	19

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas merupakan uji ketepatan atau kecermatan sebuah alat ukur untuk mengukur apa saja yang sedang ingin diukur⁸⁴. Uji validitas juga akan menunjukkan bahwa variabel yang akan diukur adalah benar-benar variabel yang hendak diteliti oleh peneliti. Sebuah instrumen dinyatakan dikatakan valid apabila memiliki nilai Sig (nilai kesalahan) sebesar $< 0,05$. Pada penelitian ini aplikasi pengolah data yang digunakan peneliti untuk mengolah data adalah SPSS versi 24.

Sedangkan uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui kestabilan suatu alat ukur sejauh mana hasil pengukuran dari instrumen tersebut dapat dipercaya dan dapat digunakan secara berulang untuk mengukur objek yang sama dengan hasil yang konsisten. Hasil pengukuran harus reliabel, artinya harus memiliki konsistensi dan kemantapan. Reliabilitas merupakan konsistensi dari sebuah atau serangkaian alat ukur⁸⁵. Dalam penelitian ini metode yang digunakan untuk uji reliabilitas adalah dengan menggunakan metode Alpha Cronbach's diukur berdasarkan skala *Alpha Cronbach's* 0 sampai 1. Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila koefisien reabilitas *Alpha Cronbach's* diantara > 0.60 ⁸⁶.

1. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Prokrastinasi Akademik

Alat ukur penelitian ini menggunakan teori Millgram, Sloroff dan Rosenbau yang diadaptasi dari skripsi milik Kunti Novitasari. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas

⁸⁴ Dian Ayunita, 'Modul Uji Validitas Dan Reliabilitas', *Statistika Terapan*, October, 2018
<https://www.researchgate.net/publication/328600462_Modul_Uji_Validitas_dan_Reliabilitas>.

⁸⁵ Musrifah Mardiani Sanaky, 'Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah', *Jurnal Simetrik*, 11.1 (2021), 432–39
<<https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>>.

⁸⁶ Yusup Febrianawati, 'UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN PENELITIAN KUANTITATIF', *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 7.1 (2018), 22–23
<<https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i1.12884>>.

yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat 21 dari 23 item yang lolos dengan nilai $\text{Sig} < 0,05$. Adapun hasil dari uji validitas dari variabel prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut:

Tabel 3.6
Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik (Y)

No Item	<i>Pearson Correlation</i>	Sig.
Item 1	0,298	0,078
Item 2	,371 [*]	0,026
Item 3	-,456 ^{**}	0,005
Item 4	,433 ^{**}	0,008
Item 5	,530 ^{**}	0,001
Item 6	,558 ^{**}	0,000
Item 7	-,518 ^{**}	0,001
Item 8	,362 [*]	0,030
Item 9	,378 [*]	0,023
Item 10	,684 ^{**}	0,000
Item 11	,701 ^{**}	0,000
Item 12	0,244	0,001
Item 13	,616 ^{**}	0,000
Item 14	,449 ^{**}	0,006
Item 15	,568 ^{**}	0,000
Item 16	,380 [*]	0,022
Item 17	,628 ^{**}	0,000
Item 18	,684 ^{**}	0,000
Item 19	,686 ^{**}	0,000
Item 20	,498 ^{**}	0,002
Item 21	,609 ^{**}	0,000
Item 22	-0,283	0,094

Item 23	,598**	0,000
---------	--------	-------

Sedangkan untuk uji reliabilitas menunjukkan keseluruhan item reliabel atau konsisten dengan hasil menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* sebesar 0,857.

2. Uji Validitas dan Reliabilitas *Smartphone Addiction*

Alat ukur penelitian ini berdasarkan teori Leung yang diadaptasi dari skripsi oleh Marina Sitorus. Setelah melakukan uji validitas diperoleh hasil bahwasannya terdapat 19 dari 28 item yang lolos dengan nilai $\text{Sig} < 0,05$. Adapun hasil dari uji validitas dari variabel *smartphoe addiction* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7
Hasil Uji Validitas *Smartphone Addiction* (X1)

No Item	<i>Pearson Correlation</i>	Sig.
Item 1	0,303	0,072
Item 2	,343*	0,040
Item 3	0,292	0,084
Item 4	,582**	0,000
Item 5	-0,159	0,355
Item 6	,394*	0,017
Item 7	,414*	0,012
Item 8	,423*	0,010
Item 9	,722**	0,000
Item 10	0,197	0,249
Item 11	,421*	0,011
Item 12	,691**	0,000
Item 13	,626**	0,000
Item 14	,712**	0,000
Item 15	-0,304	0,072

Item 16	,519 ^{**}	0,001
Item 17	0,239	0,161
Item 18	,580 ^{**}	0,000
Item 19	,407 [*]	0,000
Item 20	,667 ^{**}	0,000
Item 21	-0,073	0,673
Item 22	,536 ^{**}	0,031
Item 23	,359 [*]	0,005
Item 24	,462 ^{**}	0,005
Item 25	,619 ^{**}	0,000
Item 26	0,298	0,078
Item 27	,616 ^{**}	0,000
Item 28	0,210	0,220

Sedangkan pada uji reliabilitas keseluruhan item menunjukkan hasil yang reliabel dengan *Alpha Cronbach's* sebesar 0,809.

3. Uji Validitas dan Reliabilitas Motivasi Belajar

Alat ukur penelitian ini berdasarkan teori Dimiyati yang kemudian dibuat sendiri oleh penulis. Kemudian setelah dilakukan uji validitas diperoleh hasil sebanyak 12 dari 19 item lolos dengan $\text{Sig} < 0,05$. Adapun hasil dari uji validitas dari variabel motivasi belajar adalah sebagai berikut:

Tabel 3.8
Hasil Uji Validitas Motivasi Belajar (X2)

No Item	<i>Pearson Correlation</i>	Sig.
Item 1	0,171	0,318
Item 2	0,093	0,589
Item 3	,372 [*]	0,025
Item 4	,372 [*]	0,026

Item 5	0,194	0,256
Item 6	0,317	0,060
Item 7	,405*	0,014
Item 8	,559**	0,000
Item 9	0,316	0,060
Item 10	0,320	0,057
Item 11	,485**	0,003
Item 12	,465**	0,004
Item 13	,601**	0,000
Item 14	,578**	0,000
Item 15	-0,318	0,059
Item 16	,423*	0,010
Item 17	-0,329	0,050
Item 18	,573**	0,000
Item 19	,471**	0,004

Kemudian pada uji reliabilitas setelah eliminasi item diperoleh hasil *Alpha Cronbach's* sebesar 0,655.

G. Teknik Analisa Data

Teknik analisis data adalah metode yang digunakan untuk memproses data dan mengubahnya menjadi informasi yang berguna. Data yang dikumpulkan perlu dianalisis terlebih dahulu agar dapat menarik kesimpulan dari pertanyaan yang diajukan. Proses analisis data melibatkan pencarian dan penyusunan data secara sistematis, sehingga data tersebut menjadi lebih mudah dipahami dan dapat dibagikan kepada orang lain.⁸⁷

Analisis data dalam penelitian bertujuan untuk menjawab rumusan masalah dan menguji hipotesis yang telah diajukan. Proses analisis ini penting untuk memperoleh hasil akhir dari penelitian. Dalam penelitian kuantitatif, analisis data dilakukan dengan

⁸⁷ Nur Aedi, 'Bahan Belajar Mandiri Metode Penelitian Pendidikan Pengolahan Dan Analisis Data Hasil Penelitian', *Fakultas Ilmu Pendidikan*, 2010, 1–30.

menggunakan metode statistik⁸⁸. Diharapkan hasil analisis dapat memberikan data yang dapat dipertanggungjawabkan, sehingga kesimpulan yang diambil akurat dan mendukung pengambilan keputusan yang tepat dalam penelitian ini. Teknik analisis data yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan analisis statistik, termasuk uji hipotesis dan uji regresi linier berganda. Untuk penghitungannya menggunakan SPSS (*Statistic Product and Service Solution*) versi 25.

⁸⁸ Hardani and others.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kancan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 25 Juli sampai 10 Agustus 2024 dengan SMA N 1 Nalumsari Jepara sebagai tempat penelitian. Adapun gambaran umum mengenai tempat penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

Alamat : Jl. Nalumsari No. 2 Jepara
Kode Pos : 50466
NPSN : 20330217
NSS : 301032006036
Akreditasi : A
Nomor Telpon : 0291-7512088
Email : nalum_satu_@yahoo.co.id
Status : Negeri
Situs : sman1nalumsari.sch.id

Visi dan Misi SMA N 1 Nalumsari Jepara

1. Visi

SMA N 1 Nalumsari memiliki visi yang berbunyi “Menghasilkan Lulusan yang Berakhlak Mulia, Menguasai IPTEK, Unggul dalam Prestasi dan Membudayakan Warga Sekolah dalam Penyelamatan Pelestarian Lingkungan Hidup”.

2. Misi

Dalam usaha mencapai visi tersebut, SMA N 1 Nalumsari mengembangkan misi sebagai berikut:

- a. Meningkatkan keimanan dan ketaqwaan, serta membina akhlak mulia.
- b. Meningkatkan prestasi siswa di bidang akademik dan non akademik.
- c. Meningkatkan penguasaan IPTEK dan keterampilan berbahasa.
- d. Melaksanakan proses pembelajaran dan pendidikan yang aktif, kreatif, inovatif, inspiratif dan efektif.
- e. Menciptakan kondisi yang kondusif dan menyenangkan dengan menekankan pada disiplin yang tinggi.

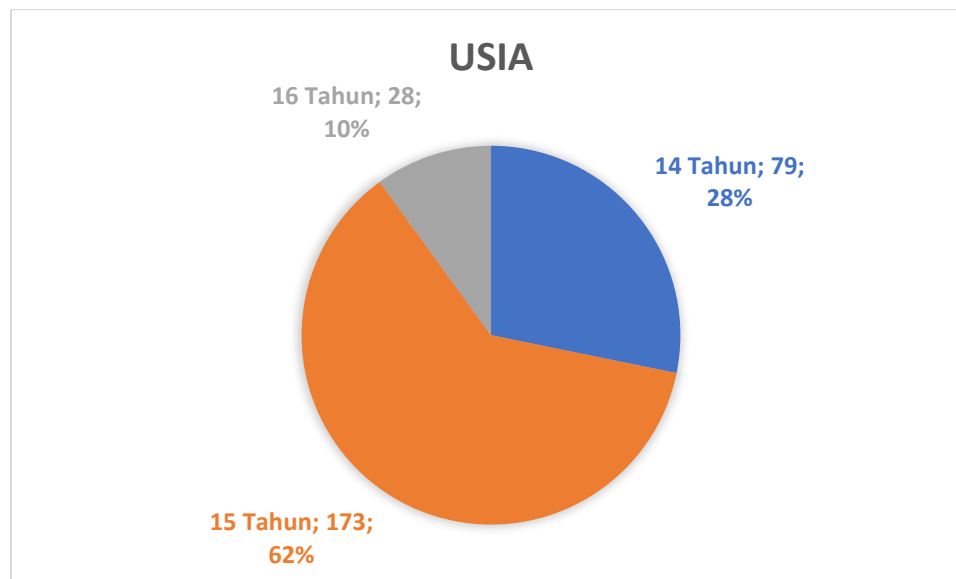
- f. Menumbuhkembangkan pendidikan yang berkarakter kebangsaan.
- g. Menyelenggarakan pendidikan keterampilan untuk bekal hidup mandiri.
- h. Melaksanakan kegiatan pencegahan dan pengendalian kerusakan lingkungan.
- i. Melaksanakan konservasi lingkungan dengan penghijauan dan 3R (*Reuse, Reduce, Recycle*).
- j. Mendorong warga sekolah beraktifitas dalam usaha-usaha mengembangkan, menyelamatkan dan melestarikan lingkungan hidup.

B. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

Subjek pada penelitian ini adalah siswa-siswi SMA N 1 Nalumsari Jepara. Penelitian ini melibatkan sebanyak 280 siswa dengan rentang usia 14-16 tahun sebagai subjek penelitian. Berikut adalah hasil gambaran data subjek penelitian berdasarkan usia dan jenis kelamin.

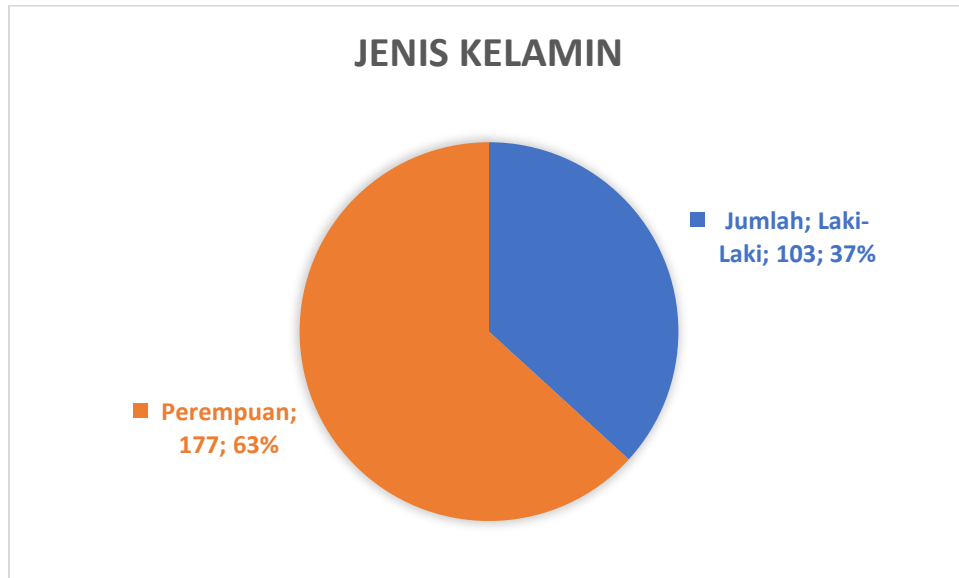
Gambar 4.1



Presentase Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan gambaran data responden terkait usia menunjukkan bahwa presentase subjek dengan usia 14 tahun sebesar 28% (79 subjek), usia 15 tahun sebesar 62% (173 subjek) dan pada usia 16 tahun sebesar 10% (28 subjek).

Gambar 4.2



Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan gambaran data responden terkait jenis kelamin menunjukkan bahwa presentase subjek dengan jenis kelamin laki-laki sebesar 37% (103 subjek) dan jenis kelamin perempuan sebesar 63% (177 subjek).

2. Deskripsi Data Penelitian

a. Deskripsi Variabel Penelitian

Pada penelitian terdapat tiga variabel penelitian yakni *smartphone addiction*, motivasi belajar dan prokrastinasi akademik. Setiap variabel diuji menggunakan sampel yang mewakili populasi, sehingga masing-masing variabel memiliki nilai tersendiri. Variabel-variabel tersebut kemudian dikategorisasikan untuk mendeskripsikan nilai minimum (nilai terendah), nilai maksimum (nilai tertinggi) dan simpangan baku (standar deviasi). proses kategorisasi ini dilakukan dengan bantuan SPSS “*Statistic Product and Service Solution*” versi 25 for windows, sehingga diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1
Deskripsi Data Variabel Penelitian

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Y	280	30,00	74,00	54,0643	6,30038
X1	280	26,00	67,00	45,4000	5,31421
X2	280	17,00	36,00	26,9107	3,87658
Valid N (listwise)	280				

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa untuk variabel Y (Prokrastinasi Akademik) memiliki nilai terendah 30, nilai tertinggi 74, rata-rata 54,06 dan standar deviasi 6,30. Lalu variabel X1 (*Smartphone Addiction*) memiliki nilai terendah 26, nilai tertinggi 67, rata-rata 45,40 dan standar deviasi sebesar 5,31. Sedangkan untuk variabel X2 (Motivasi Belajar) memiliki nilai terendah 17, nilai tertinggi 36, rata-rata 26,91 dan standar deviasi 3,87.

b. Kategorisasi Variabel Penelitian

Kategorisasi variabel penelitian digunakan untuk mengekomppokkan setiap variabel dalam sebuah penelitian dalam jenis rendah, sedang dan tinggi. Adapun kategori pada setiap variabel penelitian yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.2
Rentang Skor Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean-1SD)$	$X < 47,76$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$47,76 \leq X < 60,36$	Sedang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 60,36$	Tinggi

Berdasarkan pada rentang skor kategorisasi variabel prokrastinasi akademik di atas, dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki skor di bawah 47,76 ($p < 47,76$) termasuk dalam kategori rendah, siswa dengan skor antara 47,76 sampai 60,36 ($47,76 \leq X < 60,36$) termasuk dalam kategori sedang, dan siswa yang memiliki skor diatas 60,36 ($p \geq 60,36$) termasuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4.3
Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	35	12,5
	Sedang	210	75,0
	Tinggi	35	12,5
	Total	280	100,0

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa sebanyak 35 siswa dengan presentase sebesar 12,5% berada dalam kategori rendah, kemudian pada kategori sedang terdapat sebanyak 210 siswa dengan presentase sebesar 75% serta pada kategori tinggi terdapat 35 siswa dengan presentase sebesar 12,5%.

Tabel 4.4
Rentang Skor Kategorisasi Variabel *Smartphone Addiction*

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean-1SD)$	$X < 40,09$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$40,09 \leq X < 50,71$	Sedang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 50,71$	Tinggi

Berdasarkan pada rentang skor kategorisasi variabel prokrastinasi akademik di atas, dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki skor di bawah 40,09 ($p < 40,09$) termasuk dalam kategori rendah, siswa dengan skor antara 40,09 sampai 50,71 ($40,09 \leq X < 50,71$) termasuk dalam kategori sedang, dan siswa yang memiliki skor diatas 50,71 ($p \geq 50,71$) termasuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4.5
Kategorisasi Variabel *Smartphone Addiction*

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	43	15,4
	Sedang	194	69,3
	Tinggi	43	15,4
	Total	280	100,0

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa sebanyak 43 siswa dengan presentase sebesar 15,4% berada dalam kategori rendah, kemudian pada kategori sedang terdapat sebanyak 194 siswa dengan presentase sebesar 69,3% serta pada kategori tinggi terdapat 43 siswa dengan presentase sebesar 15,4%.

Tabel 4.6
Rentang Skor Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean-1SD)$	$X < 23,04$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$23,04 \leq X < 30,78$	Sedang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 30,78$	Tinggi

Berdasarkan pada rentang skor kategorisasi variabel prokrastinasi akademik di atas, dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki skor di bawah 23,04 ($p < 23,04$) termasuk dalam kategori rendah, siswa dengan skor antara 23,04 sampai 30,78 ($23,04 \leq X < 30,78$) termasuk dalam kategori sedang, dan siswa yang memiliki skor diatas 30,78 ($p \geq 30,78$) termasuk dalam kategori tinggi.

Tabel 4.7
Kategorisasi Variabel Motivasi Belajar

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	60	21,4
	Sedang	161	57,5
	Tinggi	59	21,1
	Total	280	100,0

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa sebanyak 60 siswa dengan presentase sebesar 21.4% berada dalam kategori rendah, kemudian pada kategori sedang terdapat sebanyak 161 siswa dengan presentase sebesar 57,5% serta pada kategori tinggi terdapat 59 siswa dengan presentase sebesar 21,1%.

C. Hasil Analisis Data Regresi Linier Berganda

1. Uji Asumsi Klasik (Uji Normalitas)

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui laju distribusi data dalam kondisi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah *Kolmogorov-Smirnov* dengan taraf signifikansi $> 0,05$ menggunakan SPSS versi 25. Data dapat dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Adapun hasil dari uji normalitas dapat dilihat dari tabel output berikut:

Tabel 4.8
Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		280
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,85042608
Most Extreme Differences	Absolute	,053
	Positive	,036
	Negative	-,053
Test Statistic		,053
Asymp. Sig. (2-tailed)		,053 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan hasil dari uji normalitas yang menggunakan metode *one sample Kolomogorov-Smirnov* di atas, pada penelitian ini diperoleh hasil dari nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,053 > 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data pada penelitian berdistribusi normal.

2. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi digunakan untuk mengetahui adanya korelasi antara kesalahan pengganggu pada periode t dengan kesalahan pada periode $t-1$ dalam model regresi. Uji autokorelasi dalam penelitian ini menggunakan uji Breusch-Godfrey dengan lagrange multiplier. Adapun untuk hasil uji autokorelasi pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.9
Hasil Uji Autokorelasi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-,107	3,664		-,029	,977
	X1	,002	,056	,002	,040	,968
	X2	,000	,077	,000	,003	,998
	Lag	,091	,060	,091	1,507	,133

a. Dependent Variable: Unstandardized Residual

Berdasarkan hasil pada uji autokorelasi yang dilakukan, dapat dilihat hasil regresi pada koefisien parameter untuk residual LAG memiliki nilai sig. 0,133 > 0,05. Sehingga dapat diartikan dalam penelitian tidak terdapat masalah autokorelasi.

3. Uji Heteroskedastistas

Uji heteroskedastistas dilakukann untuk mengetahui apakah terdapat ketidaksamaan viariance dari residual untuk keseluruhan pengamatan pada model regresi. Uji heteroskedastistas dalam penelitian ini dilakukan dengan uji korelasi Rank-Spearman. Adapun hasil uji heteroskedastistas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.10
Hasil Uji Heteroskedastistas

Correlations			X1	X2	Unstandardiz ed Residual
Spearman's rho	X1	Correlation Coefficient	1,000	-,196**	-,015
		Sig. (2-tailed)	.	,001	,804
		N	280	280	280
	X2	Correlation Coefficient	-,196**	1,000	,035
		Sig. (2-tailed)	,001	.	,559
		N	280	280	280
	Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-,015	,035	1,000
		Sig. (2-tailed)	,804	,559	.
		N	280	280	280

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil pada uji heterokedastistas yang dilakukan, dapat dilihat hasil koefisien variabel Y dengan variabel X1 dan X2 diperoleh nilai sig. X1 $0,804 > 0,05$ dan X2 $0,559 > 0,05$. Dengan demikian dapat diartikan model regresi tidak mengalami masalah heteroskedastistas.

4. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritasi adalah pengujian yang dilakukan untuk melihat korelasi antara variabel bebas dalam model regresi. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa variabel bebas dalam model regresi tidak saling berkorelasi. Uji multikolinieritas ini dapat diketahui dengan melihat nilai *tolerance* dan *variance-inflating factor* (VIF). Dalam uji ini dibantu menggunakan SPSS versi 25. Adapun hasil dari uji multikolinieritas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.11
Hasil Uji Multikolinieritas

Coefficients^a								
Model	Unstandardized Coefficients			Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error		Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	58,383	3,664		15,936	,000		
	X1	,373	,056	,315	6,618	,000	,947	1,056
	X2	-,790	,077	-,486	-10,220	,000	,947	1,056

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan hasil pengujian multikolinieritas yang dilakukan, dapat dilihat bahwa tidak terjadi gejala multikolonieritas pada variabel *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap variabel perilaku prokrastinasi akademik. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai *tolerance* $0,947 > 0,10$ dan nilai VIF $1,056 < 10$ Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat gejala multikolinieritas.

5. Uji Hipotesis

a. Uji Signifikansi Proporsi Varian (Uji F)

Uji F dilakukan untuk mengetahui pengaruh antar variabel akan dilakukan uji signifikansi stimulan atau uji F, adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.12
Hasil Uji F

ANOVA^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4510,912	3	1503,637	63,225	,000 ^b
	Residual	6563,931	276	23,782		
	Total	11074,843	279			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X1X2, X1, X2

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai F yang diperoleh adalah sebesar 63,225 yang artinya persamaan regresi di atas memenuhi kriteria linieritas. Karena nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_1 diterima dan H_0 ditolak, yang artinya variabel X1 dan X2 serta interaksi antara X1X2 secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel Y.

b. Uji Signifikansi Partial (Uji T)

Pengujian menggunakan uji T-test berfungsi untuk mengetahui model regresi berdasarkan rumus persamaan regresi.

Tabel 4.13

Hasil Uji T

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	58,383	3,664		15,936	,000
	X1	,373	,056	,315	6,618	,000
	X2	-,790	,077	-,486	-10,220	,000

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan pada tabel di atas, diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa pada variabel X1 dan X2 nilai sig yang diperoleh adalah sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya kedua variabel tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y.

c. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Tabel 4.14

Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,637 ^a	,406	,402	4,87347

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Berdasarkan pada tabel di atas menunjukkan nilai Adjusted R Square adalah 0,402 atau setara 40,2%. Ini menunjukkan bahwa *smartphone addiction* dan motivasi belajar memberikan kontribusi sebesar 40,2% terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Sementara itu 59,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

d. Hasil Persamaan Regresi

Berdasarkan pada uji T yang telah dilakukan, didapati nilai-nilai koefisien sebagai berikut: konstanta (α) = 58,383; koefisien $\beta_1 = 0,373$; koefisien $\beta_2 = -0,790$. Maka dari itu, persamaan regresi dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2$$

$$Y = 58,383 + 0,373 \text{Smartphone Addiction} - 0,790 \text{Motivasi Belajar}$$

Hasil tersebut dapat dijelaskan menggunakan model persamaan regresi berikut:

1) Konstanta $\alpha = 58,383$

Persamaan regresi ini memiliki nilai konstanta sebesar 58,838 yang menunjukkan hasil positif, menandakan bahwa variabel bebas memiliki pengaruh positif terhadap variabel terikat bersama-sama. Artinya apabila nilai suatu variabel bebas naik, maka nilai variabel terikat juga akan meningkat.

2) Koefisien $\beta_1 = 0,373$

Nilai koefisien regresi X_1 sebesar 0,373 menunjukkan nilai tersebut bernilai positif, sehingga diartikan jika terjadi kenaikan satuan dari *smartphone addiction* (X_1), maka nilai perilaku prokrastinasi akademik juga akan meningkat sebesar 0,373.

3) Koefisien $\beta_2 = -0,790$

Nilai koefisien regresi X_2 sebesar -0,790 menunjukkan nilai tersebut bernilai negatif, sehingga diartikan jika terjadi kenaikan satuan dari motivasi belajar (X_2), maka nilai perilaku prokrastinasi akademik akan mengalami penurunan sebesar 0,790.

D. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda dengan aplikasi SPSS *for windows versi 25.0* untuk menguji pengaruh *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara. Penelitian ini mengajukan tiga hipotesis, yaitu: pertama, meneliti pengaruh *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara; kedua, meneliti pengaruh motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara; dan ketiga, meneliti pengaruh *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.

Berdasarkan temuan analisis kategorisasi pada variabel *smartphone addiction* pada siswa SMA N 1 Nalumsari didapati bahwa sebanyak 43 siswa (15,4%) berada dalam kategori rendah, kemudian pada kategori sedang terdapat sebanyak 194 siswa (69,3%) serta pada kategori tinggi terdapat 43 siswa (15,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa cenderung memiliki tingkat *smartphone addiction* yang sedang, menandakan adanya konsekuensi sosial, penggunaan waktu yang berlebihan dan perasaan kompulsif yang dimiliki subjek dalam tingkat yang menengah.

Solomon dan Rothblom menyatakan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas secara terus-menerus, serta dengan sengaja melakukan aktivitas lain yang menghambat kinerja dan menyebabkan keterlambatan. Pendapat serupa juga diungkapkan oleh Ghufro dan Risnawati, yang menyebutkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan yang dilakukan secara sadar dan berulang, seringkali dengan mengganti tugas penting dengan kegiatan yang kurang berarti. Dengan demikian prokrastinasi mencerminkan perilaku di mana individu cenderung menunda pekerjaan dengan sengaja, mengalihkan perhatian mereka kepada aktivitas lain, sehingga menunda tugas-tugas yang seharusnya diselesaikan menjadi tertunda dan terabaikan⁸⁹.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini diterima dengan hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Ini menunjukkan bahwa variabel

⁸⁹ Ali Sya'ban M Habu, 'HUBUNGAN QUARTER-LIFE CRISIS DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR' (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO, 2020) <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/15256/1/1507016005_Ali_Sya_ban_M_Habu_Naskah_Lengkap_-_Ali_Sya_ban.pdf>.

smartphone addiction memiliki dampak signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Besarnya pengaruh *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik dapat dilihat dari nilai 0,373. Nilai menunjukkan bahwa tiap kenaikan sebesar 1% dalam *smartphone addiction* akan langsung berkontribusi pada peningkatan perilaku prokrastinasi akademik sebesar 0,373.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Selma Ghaida (2019) yang menemukan hubungan yang positif antara *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik⁹⁰. Dalam penelitiannya nilai p regresi yang diperoleh adalah 0, menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang dihasilkan lebih rendah dibandingkan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$). Selain itu, nilai F hitung yang dihasilkan adalah sebesar 26,914, lebih tinggi dibandingkan nilai F tabel.

Penelitian lain oleh Patricia dan Christiana (2022), juga menemukan positif dan signifikan antara *smartphone addiction* dan *academic procrastination* dengan korelasi positif dan signifikan ($r_{xy}=0,337$; Sig. 0,000 ($p < 0,05$))⁹¹. Keduanya selaras dengan penelitian oleh Desy, dkk (2023)⁹², hasil penelitian menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* berhubungan dengan prokrastinasi akademik, hal ini dibuktikan dari nilai $\text{sig } 0.001 < 0.05$, dengan tingkat hubungannya sebesar 0.430 atau dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *smartphone addiction* maka akan semakin tinggi pula *academic procrastination*.

Temuan dari penelitian ini selaras dengan teori Davis, Flett & Besser (2002) bahwa secara inheren, internet dianggap sebagai penggerak penundaan dan pengalih perhatian. Ini merujuk pada aspek *smartphone addiction* yakni *dailiy life disturbance* dan *productivity lost*, dimana adiksi yang berlebihan akan berakibat pada terganggunya aktivitas sehari-hari salah satunya adalah kecenderungan menunda pekerjaan dan akan berpengaruh pada berkurangnya produktivitas pada individu. Menurut Geng, Han, Gao, Jou, & Huang (2018) hal tersebut terjadi karena seseorang yang mengalami *smartphone addiction* cenderung

⁹⁰ Selma Ghaida, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta', *Skripsi*, 2019, 51–69.

⁹¹ Patricia Oriza Novalyne and Christiana Hari Soetjningsih, 'Fenomena Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung?', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10.3 (2022), 637
<<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8636>>.

⁹² Putri, Yuliansyah, and Handayani.

tidak dapat menolak daya tarik dari hiburan daring sehingga akan mengahbiskan lebih banyak waktu dan mengakibatkan penundaan tambahan⁹³.

Kemudian hipotesis kedua, pada penelitian ini diterima, dibuktikan dengan hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hal ini berarti variabel motivasi belajar memiliki pengaruh yang besar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Kemudian besarnya pengaruh motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik dapat dilihat dari nilai $-0,790$. Nilai menunjukkan bahwa tiap kenaikan sebesar 1% dalam motivasi belajar akan langsung berkontribusi pada peningkatan perilaku prokrastinasi akademik sebesar $-0,790$.

Hasil temuan peneliti ini senada dengan hasil penelitian Yoseph dan Maria (2022), berdasarkan pada hasil analisis korelasi diperoleh hasil adanya hubungan negatif yang signifikan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik pada siswa dengan koefisien korelasi sebesar $-0,373$ dan probabilitas kesalahan sebesar $0,012 < 0,05$. Hal ini berarti semakin tinggi motivasi belajar, maka semakin rendah prokrastinasi akademik siswa⁹⁴. Pada penelitian diperoleh hasil analisis kategorisasi pada variabel motivasi belajar pada siswa SMA N 1 Nalumsari sebanyak 60 siswa (21,4%) berada pada kategori rendah, kemudian pada kategori sedang terdapat sebanyak 161 siswa (57,5%) serta pada kategori tinggi terdapat 59 siswa (21,1%).

Pada penelitian lain oleh Liya, dkk (2024), menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Validitas dan reliabilitas instrumen penelitian ini terbukti tinggi, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.946 untuk motivasi belajar dan 0.918 untuk prokrastinasi akademik⁹⁵. Selain itu penelitian yang sama juga dilakukan oleh Monita (2023), sesuai dari hasil uji korelasi tersebut yang digunakan untuk membuktikan adanya hubungan antara variabel motivasi belajar dan prokrastinasi akademik, validitas dan reliabilitas instrumen penelitian ini

⁹³ Siti Hayani and others, 'Kecanduan Internet Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa', *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5.2 (2022), 177–208 <<https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i2.27441>>.

⁹⁴ Yoseph Pedhu and MARIA YULI INDRAWATI, 'Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Smp Santo Fransiskus Ii Jakarta', *Psiko Edukasi*, 20.2 (2022), 151–64 <<https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3839>>.

⁹⁵ Liya Izzathur Rohma and others, 'Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas PGRI Adi Buana Surabaya', *Prosiding Seminar& Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2024 PD ABKIN JATIM*, 2024, 35–42.

terbukti tinggi, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.946 untuk motivasi belajar dan 0.918 untuk prokrastinasi akademik⁹⁶.

McDonald menjelaskan motivasi belajar sebagai perubahan energi dalam diri individu, yang ditandai oleh munculnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Sementara itu, Clayton Alderfer berpendapat bahwa motivasi belajar adalah kecenderungan siswa untuk belajar yang didorong oleh keinginan meraih prestasi sebaik mungkin. Abraham Maslow juga menambahkan bahwa motivasi belajar berkaitan dengan kebutuhan untuk mengembangkan kemampuan diri secara optimal, sehingga individu dapat berbuat baik, kreatif, dan berprestasi. Secara keseluruhan, motivasi belajar mencakup dorongan internal dan eksternal yang mendorong seseorang untuk bertindak mencapai tujuan, sehingga memungkinkan terjadinya perubahan perilaku pada siswa. Dengan demikian, motivasi belajar dapat dipahami sebagai kondisi psikologis yang mendorong siswa untuk belajar dengan sungguh-sungguh, membentuk cara belajar yang sistematis dan fokus, serta membantu mereka dalam memilih aktivitas yang relevan.⁹⁷

Tuckman juga menjelaskan terkait hubungan dari motivasi intrinsik dan ekstrinsik terhadap prokrastinasi. Motivasi intrinsik merujuk pada dorongan internal seseorang karena kesenangan, minat atau kepuasan yang didapat dari aktivitas itu sendiri tanpa mengharapkan hadiah eksternal dari orang lain. Sedangkan motivasi ekstrinsik lebih mengandalkan faktor eksternal seperti hadiah ataupun pengakuan sosial. Seseorang dengan motivasi belajar yang tinggi biasanya memiliki tujuan penguasaan (*mastery goals*) mereka akan fokus pada pengembangan diri dan pemahaman materi. Hal ini terjadi karena mereka merasa terdorong menyelesaikan tugas untuk kepuasan pribadi atau peningkatan keterampilan. Motivasi belajar yang tinggi juga menjadikan seseorang lebih bisa menikmati proses belajar karena mereka merasa senang dengan tantangan ataupun tugas yang dihadapi meskipun hal tersebut sulit. Motivasi belajar yang tinggi juga terkait dengan penetapan tujuan yang jelas dan terukur. Mereka cenderung untuk melibatkan diri dalam kegiatan belajar secara konsisten sehingga terhindar dari prokrastinasi⁹⁸

⁹⁶ Monita Elivian Fadila, 'HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BELAJAR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG', *UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG* (UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG, 2023).

⁹⁷ Uyun and Warsah.

⁹⁸ Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwasannya sebagian besar motivasi belajar siswa berada pada kategori sedang. Hal ini tentu akan lebih baik apabila dapat ditingkatkan. Tentunya dalam upaya meningkatkan motivasi belajar ini yang diperlukan tentunya adalah kesadaran diri dari siswa itu sendiri (motivasi intrinsik), selain itu faktor lain seperti dukungan dari guru dan orang tua juga diperlukan guna meningkatkan semangat belajar dari dalam diri siswa (motivasi ekstrinsik). Motivasi belajar juga dapat menjadi penentu keberhasilan dalam proses belajar mengajar. Motivasi belajar juga berfungsi sebagai pendorong siswa untuk mencapai prestasi dan menentukan arah tujuannya. Dengan begitu siswa dapat menentukan hal apa saja yang perlu dilakukan untuk mencapai apa yang menjadi tujuannya⁹⁹.

Kemudian pada hipotesis ketiga diterima, dengan berdasar kepada hasil uji pada tabel ANOVA yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ menandakan adanya pengaruh dari variabel independen terhadap variabel dependen. Ini menunjukkan bahwa *smartphone addiction* dan motivasi belajar bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa di SMA N 1 Nalumsari. Kemudian pada *tabel summary* nilai *adjusted R square* menunjukkan nilai sebesar 0,402 yang atau 40,2%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel *smartphone addiction* dan motivasi belajar memiliki pengaruh sebesar 40,2% terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Sementara itu 59,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, tingkat prokrastinasi akademik yang dialami siswa dalam penelitian paling banyak berada pada taraf sedang yakni sebesar 75% dari keseluruhan populasi atau sebanyak 210 siswa. Kemudian pada taraf rendah dan tinggi masing-masing sebesar 12,5% atau sebanyak 35 siswa. Ini menunjukkan bahwasannya sebagian besar siswa memiliki kecenderungan untuk melakukan tindakan prokrastinasi. Seperti yang diketahui, prokrastinasi sendiri merupakan kecenderungan yang dilakukan individu untuk menunda dalam memulai dan menyelesaikan suatu pekerjaan.

Untuk menurunkan tingkat prokrastinasi, Burka dan Yuen (2008) menyarankan beberapa langkah yang bisa diambil individu. Salah satunya adalah dengan menetapkan

⁹⁹ Neni Fitriana Harahap, Dewi Anjani, and Nabsiah Sabrina, 'Analisis Artikel Metode Motivasi Dan Fungsi Motivasi Belajar Siswa', *Indonesian Journal of Intellectual Publication*, 1.3 (2021), 198–203 <<https://doi.org/10.51577/ijpublication.v1i3.121>>.

tujuan yang realistis dan memulai dari hal-hal kecil yang mudah diobservasi. Selain itu, penting juga untuk konsisten dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan sehingga hasil yang diperoleh dapat memuaskan, efektifitas dalam pengelolaan waktu juga penting untuk dilakukan guna mencegah terjadinya prokrastinasi, selebihnya untuk hasil akhir dapat juga dilakukan pemberian penghargaan setelah berhasil mencapai tujuan.¹⁰⁰.

Dengan demikian, maka dapat disimpulkan beberapa hal, yakni pertama, ada pengaruh *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara; kedua, ada pengaruh motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara; dan ketiga, ada pengaruh *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara. Sehingga pada penelitian ini hipotesis diterima seluruhnya.

Adapun alasan ditambahkannya variabel motivasi belajar adalah untuk mengetahui apakah prokrastinasi yang terjadi akibat dari *smartphone addiction* pada siswa dapat diatasi dengan meningkatkan motivasi belajar. Itulah mengapa pada awalnya penelitian ini hendak menjadikan variabel motivasi belajar sebagai variabel moderator. Namun setelah dilakukan uji multikolinieritas hasilnya menunjukkan nilai multikolinieritas yang tidak sesuai dengan standar sehingga identitas motivasi belajar sebagai variabel moderator diubah kembali menjadi variabel independen.

Penelitian ini mengkaji tiga variabel sekaligus: kecanduan *smartphone*, motivasi belajar, dan prokrastinasi akademik. Sedangkan pada penelitian lain sebelumnya hanya fokus pada hubungan antara *smartphone addiction* dengan prokrastinasi akademik, atau motivasi belajar dengan prokrastinasi akademik. Namun, di sisi lain penelitian ini memiliki keterbatasan, karena hanya mengkaji perilaku prokrastinasi akademik secara umum dan belum dapat mencakup semua faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi akademik siswa di SMA N 1 Nalumsari Jepara. Meski demikian, peneliti berharap studi ini dapat memberikan kontribusi dalam memahami *smartphone addiction*, motivasi belajar dan perilaku prokrastinasi akademik.

¹⁰⁰ Habu.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini berisi tentang pengaruh *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara. Merujuk pada hasil uji hipotesis penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hipotesis pertama diterima, terdapat pengaruh yang signifikan dari *smartphone addiction* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.
2. Hipotesis kedua diterima, terdapat pengaruh yang signifikan dari motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.
3. Hipotesis ketiga diterima, terdapat pengaruh yang signifikan secara bersama-sama dari *smartphone addiction* dan motivasi belajar terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara.

B. Saran

Peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait dengan penelitian ini yaitu :

1. Bagi Subjek Penelitian

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *smartphone addiction* dalam kategori sedang, maka siswa harus menurunkan penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan menggunakan dengan bijak untuk mengurangi perilaku prokrastinasi. Kemudian, penting bagi siswa untuk meningkatkan motivasi belajar karena berdasarkan hasil penelitian ini motivasi belajar siswa dalam kategori sedang, maka dari itu siswa perlu meningkatkan kembali motivasi dari dalam dirinya supaya dapat mencegah terjadinya perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, untuk perilaku prokrastinasi akademik dalam kategori sedang, maka siswa harus dapat menurunkan *smartphone addiction*nya dan meningkatkan motivasi belajar.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya dapat memperluas ruang lingkup responden, tidak hanya terbatas pada siswa dilingkungan sekolah tetapi memungkinkan untuk meneliti tingkat *smartphone addiction* pada ruang lingkup yang lebih luas. Kemudian diharapkan penelitian selanjutnya agar fokus penelitian lebih besar ditempatkan pada aspek-aspek yang dapat berpengaruh terhadap hasil penelitian, seperti menambahkan variabel lain yang mungkin berhubungan dengan *smartphone addiction*, motivasi belajar dan prokrastinasi akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Prof. Ma'ruf, *MRETODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*, ed. by Agung Istiadi and Igbal, *Aswaja Pressindo*, 1st edn (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2015)
- Abdullah, Taupik, Teuku Nanda, and Dian Ayuningtyas, 'Perilaku Generasi Muda Terhadap Penggunaan Ponsel Pintar', *JURNAL HURRIAH: Jurnal Evaluasi Pendidikan Dan Penelitian*, 1.1 (2020), 22–27
<<https://doi.org/10.56806/jh.v1i1.6>>
- Aedi, Nur, 'Bahan Belajar Mandiri Metode Penelitian Pendidikan Pengolahan Dan Analisis Data Hasil Penelitian', *Fakultas Ilmu Pendidikan*, 2010, 1–30
- Afandi, Achmad Alfian, 'PENGARUH UJUB TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 SUMBERREJO KABUPATEN BOJONEGORO', *UIN Walisong Semarang* (UIN Walisongo Semarang, 2022)
<www.aging-us.com>
- Afifah, Nur, 'PENGARUH LATAR BELAKANG PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP MOTIVASI BELAJAR PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DAN BUDI PEKERTI SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 GABUS GROBOGAN' (UIN Walisongo, 2023)
- Amanah, Islachul Alimatil, 'HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DAN FEAR OF FAILURE DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA SISWA KELAS UNGGULAN TINGKAT SEKOLAH MENENGAH ATAS DI SIDOARJO' (UIN Sunan Ampel surabaya, 2018)
- Annisa, Dwi, 'Jurnal Pendidikan Dan Konseling', *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4.1980 (2022), 1349–58
- Arifin, Larasati Aurora, and Farid Agung Rahmadi, 'Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Prestasi Belajar Usia 10-11 Tahun', *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6.2 (2017), 728–36
- Arisanti, Kadek Nopi, 'Yuk Antisipasi Dampak Negatif Gadget Bagi Anak',

KEMENTERIAN KESEHATAN DIREKTORAT JENDERAL PELAYANAN KESEHATAN, 2023 <[Arisanti, Nabilah Alda, 'Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMP Negeri 2 Pamekasan', *DA'WA: Jurnal Bimbingan Penyuluhan & Konseling Islam*, 2.2 \(2023\), 12353–59 <<https://doi.org/10.36420/dawa.v2i2.216>>](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2518/yuk-antisipasi-dampak-negatif-gadget-bagi-anak#:~:text=Kecanduan gadget memicu efek samping,bisa memicu sifat agresif anak.> [accessed 8 January 2024]</p></div><div data-bbox=)

Asiyah, Nur, and Fatah Syukur, 'Internal Locus of Control, Self-Efficacy, Self-Esteem, Dan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PAI FITK UIN Walisongo Semarang', *Journal of Islamic Studies and Humanities*, 4.1 (2019), 127–55 <<https://doi.org/10.21580/jish.41.4796>>

Ayunita, Dian, 'Modul Uji Validitas Dan Reliabilitas', *Statistika Terapan*, October, 2018 <https://www.researchgate.net/publication/328600462_Modul_Uji_Validitas_dan_Reliabilitas>

Bakri, Rommy Purwanto, 'Pengaruh Stres Akademik Dan Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9.3 (2021), 578 <<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6501>>

Basri, A Said Hasan, 'A. Said Hasan Basri', *Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Ditinjau Dari Religiusitas*, 14.2 (2017), 54

Burka Jane B and Lenora M Yuen. *Procrastination: Why You Do It What to Do About It Now*. Rev. ed. Rev. ed. Da Capo Press 2008. *INSERT-MISSING-DATABASE-NAME* <http://public.eblib.com/choice/publicfullrecord.aspx?p=903521>. Accessed 15 Jan. 2024.

Catrunada, Lidya, and Ira Puspitawati, 'Prokrastinasi Task Differences on Thesis Introvert and Extrovert Personality', 001 (2008), 1–20 <<http://www.gunadarma.ac.id>>

Chaplin J.P.; Kartini Kartono. *Kamus Lengkap Psikologi / J.P. Chaplin, Penerjemah: Dr. Kartini Kartono*. 2011

- Fadila, Monita Elivian, 'HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI BELAJAR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG', *UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG* (UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG, 2023)
- Farihin, Ahmad, Septian Eka Prahardik, Ahmad Dasuki, Riema Afriani Kusumadewi, and Putri Anggraeni, 'Motivasi Belajar Lansia Dalam Mengikuti Pengajian Rutin Ahadan Di Majelis Taklim Darussalam Kunir', *Islamic Management: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4.02 (2021), 439 <<https://doi.org/10.30868/im.v4i02.1550>>
- Fauzi, Muchammad, *METODE PENELITIAN KUANTITATIF SEBUAH PENGANTAR*, ed. by Mohammad Nor Ichwan, 1st edn (Semarang: Walisongo Press, 2009)
- Febrianawati, Yusup, 'UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN PENELITIAN KUANTITATIF', *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 7.1 (2018), 22–23 <<https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i1.12884>>
- Febriyant, Abbel, and Christiana Hari Soentjiningasih, 'MOTIVASI BELAJAR DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA RANTAU UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA', *Jurnal Inovasi Penelitian*, 4.7 (2023), 89
- Ghaida, Selma, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta', *Skripsi*, 2019, 51–69
- Ghufron, M Nur, and Rini Risnawita S, *Teori-Teori Psikologi*, 2010
- Habu, Ali Sya'ban M, 'HUBUNGAN QUARTER-LIFE CRISIS DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK SKRIPSI PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR' (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO, 2020) <[https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/15256/1/1507016005_Ali_Sya_ban_M_Habu_Naskah_Lengkap - Ali Sya_ban.pdf](https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/15256/1/1507016005_Ali_Sya_ban_M_Habu_Naskah_Lengkap_-_Ali_Sya_ban.pdf)>
- Harahap, Neni Fitriana, Dewi Anjani, and Nabsiah Sabrina, 'Analisis Artikel Metode Motivasi Dan Fungsi Motivasi Belajar Siswa', *Indonesian Journal of Intellectual*

- Publication*, 1.3 (2021), 198–203
<<https://doi.org/10.51577/ijpublication.v1i3.121>>
- Hardani, Nur Hikamatul Auliya, Helmina Andriani, Roushandy Asri Fardani, Jumari Ustiawaty, Evi Fatmi Utami, and others, *METODE PENELITIAN KUALITATIF & KUANTITATIF*, ed. by Husnu Abadi (Yogyakarta: Pustaka Ilmu Group, 2022)
- Harmalis, Harmalis, ‘Prokrastinasi Akademik Dalam Perspektif Islam’, *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2.1 (2021), 83–91
<<https://doi.org/10.32939/ijcd.v2i01.876>>
- Hayani, Siti, Dahlia Dahlia, Maya Khairani, and Zaujatul Amna, ‘Kecanduan Internet Dan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa’, *Seurune : Jurnal Psikologi Unsyiah*, 5.2 (2022), 177–208 <<https://doi.org/10.24815/s-jpu.v5i2.27441>>
- Hidayanto, Dwi Kurnia, Rosid Rosid, Anisa Hasna Nur Ajijah, and Yulia Khoerunnisa, ‘Pengaruh Kecanduan Telpun Pintar (Smartphone) Pada Remaja (Literature Review)’, *Jurnal Publisitas*, 8.1 (2021), 73–79
<<https://doi.org/10.37858/publisitas.v8i1.67>>
- Hidayati, Nuril, Fakultas Psikologi Universitas, and Yudharta Pauruan, ‘Flow Akademik Dan Prokrastinasi Akademik Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia 2)’, *Jurnal Psikologi*, 6.2 (2019), 128–44
- Ilyas, Muhammad, and Suryadi, ‘Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Di SMA Islam Terpadu (It) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta’, *Jurnal An-Nida*, 41.1 (2017), 71–82 <<http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Anida/article/view/4638>>
- Irawan, Muhammad, and Arifin Budiono, ‘MOTIVASI BELAJAR DAN PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA’, 4632.06 (2023), 2023
- Isvandar, Muhamad, ‘HUBUNGAN KECENDERUNGAN SMARTPHONE ADDICTION DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA UIN AR-RANIRY BANDA ACEH’ (UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY, 2021)

‘KAMUS BESAR BAHASA INDONESIA (KBBI)’ <<https://kbbi.web.id/akademik>>

Kompri, *MOTIVASI DAN PEMBELAJARAN PERSPEKTIF GURU DAN SISWA*, ed. by
Adriyani Kamsyach (Bandung: PT. REMAJA ROSDAKARYA, 2016)

Mahardhika, Yudha, ‘HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GAME ONLINE
TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA
YOGYAKARTA’ (Universitas Islam Indonesia, 2018)

Margareta, Rinda Sindhi, and Agus Wahyudin, ‘Pengaruh Motivasi Belajar,
Perfeksionisme Dan Keaktifan Berorganisasi Terhadap Prokrastinasi Akademik
Dengan Regulasi Diri Sebagai Variabel Moderating’, *Economic Education
Analysis Journal*, 8.1 (2019), 18–23
<<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/view/29762>>

Muyana, Siti, ‘Prokrastinasi Akademik Dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan
Dan Konseling’, *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8.1 (2018), 45
<<https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i1.1868>>

Novalyne, Patricia Oriza, and Christiana Hari Soetjningsih, ‘Fenomena Prokrastinasi
Akademik Pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya Dengan Kecanduan
Smartphone Saat Pandemi COVID-19 Berlangsung?’, *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah
Psikologi*, 10.3 (2022), 637 <<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8636>>

Nurjan, Syarifan, *Psikologi Belajar*, ed. by Wahyudi Setiawan (Ponorogo: CV. Wade
Group, 2016)

Octavia, Shilphy A., *MOTIVASI BELAJAR DALAM PERKEMBANGAN REMAJA*, ed. by
Herlambang Rhmadhani and Titis Yuliyanti (Yogyakarta: CV. BUDI UTAMA,
2020)

Pedhu, Yoseph, and MARIA YULI INDRAWATI, ‘Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi
Akademik Siswa Smp Santo Fransiskus Ii Jakarta’, *Psiko Edukasi*, 20.2 (2022),
151–64 <<https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3839>>

PPDGJ III, ‘Pedoman Penggolongan Dan Diagnosis Gangguan Jiwa Di Indonesia III
(PPDGJ-III)’, *Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia*, 1993, 1–408

- Putri, Desy Purnama, Muhammad Yuliansyah, and Eka Sri Handayani, 'Adiksi Game Online Dan Smartphone Terhadap Prokratinasi Akademik Di SMKN Martapura', *Open Journal System*, 17.1978 (2023), 1213–24
- Putri, Dinda Arindra, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Kualitas Komunikasi Keluarga Di Kelapa Gading'
- Putri, Dinda Miranti, and Damajanti Kusuma Dewi, 'Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Prokrastinasi Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh', *Penelitian Psikologi*, 8.8 (2021), 72–82
- Putri, Suci Maharani, 'Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Empati Pada Generasi Milenial', *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru*, 2019, 51–69
- Rahman, Sunarti, 'Pentingnya Motivasi Belajar Dalam Meningkatkan Hasil Belajar', *Merdeka Belajar*, November, 2021, 289–302
- Rahmawati, Sri Indah, 'The Effect of Goal Setting and Self-Control on Academic Procrastination in Class Xi Students At Smkn 4 Banjarmasin', *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4.2 (2021), 127–37
<<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpbk/index>>
- Rohma, Liya Izzathur, Elia Firda Mufidah, Farosi Illiyun Jauharah, Nina Rahmawati, and Chyba Aulindra Mawardiyah, 'Pengaruh Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Pgri Adi Buana Surabaya', *Prosiding Seminar& Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2024 PD ABKIN JATIM*, 2024, 35–42
- Sanaky, Musrifah Mardiani, 'Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah', *Jurnal Simetrik*, 11.1 (2021), 432–39 <<https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>>
- Sandy, Shania Salsabila, 'Hubungan Antara Smartphone Addiction Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau', *Skripsi*, 2021, 76
<<https://repository.uir.ac.id/8839/>>

- Sarwono, Jonathan, *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF MENGGUNAKAN SPSS*, ed. by Turiyanto, 1st edn (Yogyakarta: GAVA MEDIA, 2022)
- Senge, Wildaya, 'Pemanfaatan Smartphone Sebagai Media Pembelajaran Mandiri Pada Anak Di Kabupaten Kupang', *PENSOS: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Pendidikan Sosiologi*, 1.1 (2023), 1–7 <<https://doi.org/10.59098/pensos.v1i1.942>>
- Sinambela, Lijan P., *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF: TEORETIK DAN PRAKTIK*, ed. by Monalisa, 2nd edn (Jakarta: PT RAJAGRAFINDO PERSADA, 2022)
- Siregar, Syofian, *METODE PENELITIAN KUANTITATIF: Dilengkapi Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS*, ed. by Tambra and Suwito, 1st edn (Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri, 2015)
- Sitorus, Trivaldo Roberto, 'Hubungan Smartphone Addiction Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta Barat', *Wacana*, 14.1 (2022), 57 <<https://doi.org/10.20961/wacana.v14i1.55511>>
- Solomon, Laura J., and Esther D. Rothblum, 'Academic Procrastination: Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates', *Journal of Counseling Psychology*, 31.4 (1984), 503–9 <<https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>>
- Statistik, Badan Pusat, Provinsi Kalimantan Timur, Provinsi Papua, Kalimantan Timur, D K I Jakarta, Kalimantan Utara, and others, '67 % Penduduk Indonesia Punya Handphone Pada 2022 , Ini Sebarannya', *8 Maret 2023*, 2022, 2022–23
- Sundaroh, Eros, Teti Sobari, and Rima Irmayanti, 'Hubungan Motivasi Belajar Dan Prokrastinasi Pada Siswa Kelas Viii Smpn 2 Kadungora Kabupaten Garut', *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 3.5 (2020), 171 <<https://doi.org/10.22460/fokus.v3i5.5641>>
- Syafira, Syifa, and Sulisworo Kusdiyati, 'Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Di Kota Bandung Yang Mengalami Kecanduan Smartphone', *Prosiding Psikologi*, 5.2 (2019), 1–6 <<https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/17694>>

- Tamara, 'Pengaruh Fear of Failure Dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswi Kelas XI MA Tajul Ulum Banat Grobogan', 2022
- Tarigan, Lisa Laurensia Br., 'MOTIVASI BERPRESTASI DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PSIKOLOGI' (Universitas Mercu Buana Yogyakarta, 2019)
- Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- Uno, Hamzah B, *TEORI MOTIVASI DAN PENGUKURANNYA Analisis Di Bidang Pendidikan* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2016)
- Usop, Dwi Sari, and Amelia Dwi Astuti, 'Pengaruh Self-Regulated Learning, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Dan Motivasi Belajar Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa', *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7.3c (2022), 1782–90 <<https://doi.org/10.29303/jipp.v7i3c.839>>
- Uyun, Muhammad, and Idi Warsah, *Psikologi Pendidikan*, ed. by Dwi Novidiantoko, Gofur Diah Ayu, and Avinda Yuda Wati (Yogyakarta: CV Budi Utama, 2021)
- Wawancara pada tanggal 13 Februari 2024 dengan Bapak Wiji selaku Guru Bimbingan Konseling di SMA N 1 Nalumsari Jepara
- Yulianasari, Indira, Rasimin, and Hera Wahyuni, 'Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Di SMA Negeri 8 Muaro Jambi', *Jurnal on Education*, 5.4 (2023), 12353–59 <<https://doi.org/prefix 10.31004>>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1

Blueprint Pengaruh *Smartphone Addiction* dan Motivasi Belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara

a. *Blueprint* prokrastinasi akademik

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
Prokrastinasi akademik	Adanya penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda dalam memulai mengerjakan tugas sampai selesai	2,3,6	1,4,7	6
	Lamban dalam mengerjakan tugas	Membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikan tugas	8,12,13,22	9,14	6
	Kesenjangan antara rencana dan aktualisasi kerja	Ketidaksesuaian antara niat dengan realita dalam penyelesaian tugas	5,20	15,16,17	5
	Melakukan aktivitas lain daripada menyelesaikan tugas	Mengesampingkan tugas untuk melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan	10,11,19	18,21,23	6
		Jumlah	12	11	23

b. Blueprint smartphone addiction

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
Smartphone addiction	<i>Inability to control craving</i>	Kurangnya kemampuan untuk mengontrol penggunaan <i>smartphone</i>	2,4,6,7,9	1,3,5,8	9
	<i>Anxiety and feeling lost</i>	Merasa cemas dan gelisah saat tidak menggunakan <i>smartphone</i>	11,12,13,14	10,15,16	7
	<i>Withdrawal and escape</i>	Menjadikan <i>smartphone</i> sebagai media pengalihan saat menghadapi masalah	17,19,20	18,21	5
	<i>Productivity lost</i>	Produktivitas menurun	22,23,24,25	26,27,28	7
		Jumlah	16	12	28

c. *Blueprint* motivasi belajar

Variabel	Aspek	Indikator	Bulir item		Jumlah
			F	UF	
Motivasi belajar	Kebutuhan	Adanya rasa ingin tahu perihal sesuatu yang belum diketahui secara jelas	1,4,6	2,3,5	6
	Dorongan	Adanya hasrat dan keinginan untuk berhasil	8,10,11,13	7,9,12	7
	Tujuan	Adanya cita-cita di masa depan	16,17,19	14,15,18	6
		Jumlah	10	9	19

Lampiran 2

Skala Penelitian

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Perkenalkan saya Embun Bunga Harum Cendana (2004046045) mahasiswa program studi Tasawuf & Psikoterapi dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang yang sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan Tugas Akhir (Skripsi). Saya meminta bantuan kepada teman-teman untuk menjadi partisipan penelitian dalam rangka keperluan kelengkapan data penelitian.

Kriteria subjek penelitian yang dibutuhkan adalah siswa SMA N 1 Nalumsari kelas X, XI dan XII.

-PETUNJUK PENGISIAN-

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan. Pada setiap pernyataan di bawah ini, pilihlah salah satu jawaban pada salah satu pilihan berikut sebagai bentuk gambaran diri Anda. Pilihlah jawaban pada kuesioner ini menggunakan skala 1-4 dengan keterangan pengisian sebagai berikut:

1 = Sangat Setuju (SS), Jika Anda sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

2 = Setuju (S), Jika Anda setuju dengan pernyataan tersebut.

3 = Tidak Setuju (TS), Jika Anda tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

4 = Sangat Tidak Setuju (STS), Jika Anda sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Semua jawaban benar. Tidak ada jawaban yang salah. **Identitas dan jawaban dijamin kerahasiannya, sehingga dimohon untuk dapat mengisi dengan sejujurnya dan tidak ada yang terlewat.**

Segala identitas yang diminta serta hasil jawaban dari teman-teman akan dijamin kerahasiaannya dan sesuai dengan etika penelitian. Ketersediaan dan bantuan dari teman-teman akan sangat berarti dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Atas perhatian dan bantuan yang teman-teman berikan, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Hormat saya,

Embun Bunga Harum Cendana

a. Skala prokrastinasi akademik (uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa cemas dan resah apabila ada tugas yang belum diselesaikan				
2.	Saya akan segera mengerjakan tugas saat pulang sekolah				
3.	Saya mengerjakan tugas untuk memanfaatkan waktu luang				
4.	Saya mengerjakan tugas jauh-jauh hari sebelum waktu pengumpulan tiba				
5.	Saya sering mengatur jadwal untuk mengerjakan tugas, namun selalu gagal karena melakukan kegiatan lain				
6.	Saya akan merasa biasa saja saat mengetahui bahwa teman-teman yang lain juga belum menyelesaikan tugas				
7.	Saya akan segera menyelesaikan tugas sampai tuntas				
8.	Saya sering mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas, sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya				
9.	Saya tidak pernah terburu-buru dalam menyelesaikan tugas				
10.	Saya akan memilih untuk bermain <i>game</i> daripada mengerjakan tugas				
11.	Saya lebih tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler daripada mengerjakan tugas sekolah				
12.	Saya selalu terlambat menumpulkan tugas karena terlalu sibuk mengikuti kegiatan diluar kelas (ekstrakurikuler)				
13.	Saya membutuhkan waktu yang panjang untuk menyelesaikan sebuah tugas				
14.	Saya tidak merasa kesulitan menyelesaikan tugas meski waktunya terbatas				

15.	Agar tidak lupa, saya akan langsung mengerjakan tugas yang ada sampai selesai				
16.	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun teman saya mengajak berbincang-bincang				
17.	Saya menghindari bermain <i>smartphone</i> di sela-sela mengerjakan tugas				
18.	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum pergi bermain				
19.	Saya akan menunda mengerjakan tugas saat seseorang mengajak pergi bermain				
20.	Saya sering tertidur ketika hendak mengerjakan tugas				
21.	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu daripada menonton serial terbaru				
22.	Saya selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas sehingga tidak pernah terlambat dalam mengumpulkannya				
23.	Saya tidak terpengaruh teman yang sedang bermain <i>game</i> ketika sedang mengerjakan tugas				

b. Skala *smartphone addiction* (uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menyadari bahwa saya terlalu banyak menghabiskan waktu untuk menggunakan <i>smartphone</i>				
2.	Saya sering mendapat teguran dari orang sekitar akibat dari penggunaan <i>smartphone</i>				
3.	Saya berusaha agar tidak terlalu bergantung pada <i>smartphone</i>				
4.	Saya menggunakan <i>smartphone</i> lebih dari 4 jam dalam sehari				

5.	Saya mampu menahan diri untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang bersama orang lain				
6.	Saya sesekali mengecek <i>smartphone</i> ketika guru sedang belajar di kelas				
7.	Waktu tidur saya terganggu karena penggunaan <i>smartphone</i>				
8.	Saya berusaha meminimalisir penggunaan <i>smartphone</i>				
9.	Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang makan				
10.	Saya berusaha untuk tidak selalu menggunakan <i>smartphone</i>				
11.	Saya merasa tidak nyaman membeirikan <i>smartphone</i> saya mati				
12.	Saya merasa cemas saat tidak mengecek <i>smartphone</i>				
13.	Saya akan merasa gelisah apabila <i>smartphone</i> saya hilang				
14.	Saya akan merasa kurang nyaman apabila bepergian tanpa membawa <i>smartphone</i>				
15.	Saya tetap bisa fokus belajar walaupun <i>smartphone</i> tertinggal di rumah				
16.	Saya merasa tidak tenang saat <i>smartphone</i> saya mati				
17.	Saya menggunakan <i>smartphone</i> ketika kesulitan dalam mengerjakan tugas				
18.	Saya hanya menggunakan <i>smartphone</i> ketika tidak ada kegiatan				
19.	Dengan mnegggunakan <i>smartphone</i> dapat membuat diri saya lebih baik saat sedang merasa sedih				
20.	Ketika sedang banyak pikiran saya akan menggunakan <i>samrtphone</i>				
21.	Saya lebih memilih menyelesaikan tugas yang ada sebelum menggunakan <i>samrtphone</i>				

22.	Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang melakukan hal lain				
23.	Ada saat-saat dimana saya lebih senang menggunakan <i>smartphone</i> daripada menyelesaikan tugas yang lebih mendesak				
24.	Produktivitas saya menurun karena terlalu sering menggunakan <i>smartphone</i>				
25.	Saya terkadang melupakan tugas-tugas saya akibat terlalu asyik menggunakan <i>smartphone</i>				
26.	Saya akan memastikan semua tugas sudah selesai sebelum menggunakan <i>smartphone</i>				
27.	Tugas-tugas saya tidak pernah terganggu meski sering menggunakan <i>smartphone</i>				
28.	Sering menggunakan <i>smartphone</i> tidak membuat saya lalai dalam mengerjakan aktivitas lain				

c. Skala motivasi belajar (uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu aktif bertanya ketika belajar di dalam kelas				
2.	Saya merasa penjelasan yang disampaikan oleh guru sudah cukup				
3.	Saya tidak banyak bertanya saat berada di dalam kelas				
4.	Saat ada waktu luang, saya akan mengajak teman-teman berdiskusi mengenai materi pembelajaran				
5.	Saya tidak banyak membuat catatan karena sudah memiliki buku				
6.	Saat penjelasan yang disampaikan guru terasa kurang, saya akan mencari informasi tambahan dari buku atau internet				

7.	Saya tidak senang membaca buku karena membosankan				
8.	Saya rutin belajar setiap malam				
9.	Saya mudah menyerah dan malas belajar apabila mendapat nilai yang jelek				
10.	Saya tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dalam belajar				
11.	Saya menjadi lebih giat belajar ketika mendapat nilai yang memuaskan				
12.	Saya hanya belajar ketika akan menghadapi ulangan				
13.	Saya akan terus belajar berulang kali jika belum memahami materi				
14.	Saya masih kebingungan ketika ditanya tentang cita-cita				
15.	Saya rajin belajar karena ingin meraih cita-cita di masa depan				
16.	Saya selalu antusias mengikuti kegiatan belajar di dalam kelas				
17.	Saya mudah bosan saat sedang belajar				
18.	Sampai saat ini saya belum memiliki cita-cita				
19.	Saat ditanya tentang cita-cita masa depan, saya dengan mudah dapat menjawabnya				

a. Skala prokrastinasi akademik (setelah uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa cemas dan resah apabila ada tugas yang belum diselesaikan (UF)				
2.	Saya akan segera mengerjakan tugas saat pulang sekolah (F)				
3.	Saya mengerjakan tugas untuk memanfaatkan waktu luang (F)				
4.	Saya mengerjakan tugas jauh-jauh hari sebelum waktu pengumpulan tiba (UF)				
5.	Saya sering mengatur jadwal untuk mengerjakan tugas, namun selalu gagal karena melakukan kegiatan lain (F)				
6.	Saya akan merasa biasa saja saat mengetahui bahwa teman-teman yang lain juga belum menyelesaikan tugas (F)				
7.	Saya akan segera menyelesaikan tugas sampai tuntas (UF)				
8.	Saya sering mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas, sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk menyelesaikannya (F)				
9.	Saya tidak pernah terburu-buru dalam menyelesaikan tugas (UF)				
10.	Saya akan memilih untuk bermain <i>game</i> daripada mengerjakan tugas (F)				
11.	Saya lebih tertarik mengikuti kegiatan ekstrakurikuler daripada mengerjakan tugas sekolah (F)				
12.	Saya selalu terlambat menumpulkan tugas karena terlalu sibuk mengikuti kegiatan diluar kelas (ekstrakurikuler) (F)				
13.	Saya membutuhkan waktu yang panjang untuk menyelesaikan sebuah tugas (F)				

14.	Saya tidak merasa kesulitan menyelesaikan tugas meski waktunya terbatas (UF)				
15.	Agar tidak lupa, saya akan langsung mengerjakan tugas yang ada sampai selesai (UF)				
16.	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun teman saya mengajak berbincang-bincang (UF)				
17.	Saya menghindari bermain <i>smartphone</i> di sela-sela mengerjakan tugas (UF)				
18.	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu sebelum pergi bermain (UF)				
19.	Saya akan menunda mengerjakan tugas saat seseorang mengajak pergi bermain (F)				
20.	Saya sering tertidur ketika hendak mengerjakan tugas (F)				
21.	Saya akan mengerjakan tugas terlebih dahulu daripada menonton serial terbaru (UF)				
22.	Saya selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas sehingga tidak pernah terlambat dalam mengumpulkannya (F)				
23.	Saya tidak terpengaruh teman yang sedang bermain <i>game</i> ketika sedang mengerjakan tugas (UF)				

b. Skala *smartphone addiction* (setelah uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya menyadari bahwa saya terlalu banyak menghabiskan waktu untuk menggunakan <i>smartphone</i> (UF)				
2.	Saya sering mendapat teguran dari orang sekitar akibat dari penggunaan <i>smartphone</i> (F)				
3.	Saya berusaha agar tidak terlalu bergantung pada <i>smartphone</i> (UF)				

4.	Saya menggunakan <i>smartphone</i> lebih dari 4 jam dalam sehari (F)				
5.	Saya mampu menahan diri untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang bersama orang lain (UF)				
6.	Saya sesekali mengecek <i>smartphone</i> ketika guru sedang belajar di kelas (F)				
7.	Waktu tidur saya terganggu karena penggunaan <i>smartphone</i> (F)				
8.	Saya berusaha meminimalisir penggunaan <i>smartphone</i> (UF)				
9.	Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang makan (F)				
10.	Saya berusaha untuk tidak selalu menggunakan <i>smartphone</i> (UF)				
11.	Saya merasa tidak nyaman membiarkan <i>smartphone</i> saya mati (F)				
12.	Saya merasa cemas saat tidak mengecek <i>smartphone</i> (F)				
13.	Saya akan merasa gelisah apabila <i>smartphone</i> saya hilang (F)				
14.	Saya akan merasa kurang nyaman apabila bepergian tanpa membawa <i>smartphone</i> (F)				
15.	Saya tetap bisa fokus belajar walaupun <i>smartphone</i> tertinggal di rumah (UF)				
16.	Saya merasa tidak tenang saat <i>smartphone</i> saya mati (UF)				
17.	Saya menggunakan <i>smartphone</i> ketika kesulitan dalam mengerjakan tugas (F)				
18.	Saya hanya menggunakan <i>smartphone</i> ketika tidak ada kegiatan (UF)				
19.	Dengan menggunakan <i>smartphone</i> dapat membuat diri saya lebih baik saat sedang merasa sedih (F)				

20.	Ketika sedang banyak pikiran saya akan menggunakan <i>smartphone</i> (F)				
21.	Saya lebih memilih menyelesaikan tugas yang ada sebelum menggunakan <i>smartphone</i> (UF)				
22.	Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> saat sedang melakukan hal lain (F)				
23.	Ada saat-saat dimana saya lebih senang menggunakan <i>smartphone</i> daripada menyelesaikan tugas yang lebih mendesak (F)				
24.	Produktivitas saya menurun karena terlalu sering menggunakan <i>smartphone</i> (F)				
25.	Saya terkadang melupakan tugas-tugas saya akibat terlalu asyik menggunakan <i>smartphone</i> (F)				
26.	Saya akan memastikan semua tugas sudah selesai sebelum menggunakan <i>smartphone</i> (UF)				
27.	Tugas-tugas saya tidak pernah terganggu meski sering menggunakan <i>smartphone</i> (UF)				
28.	Sering menggunakan <i>smartphone</i> tidak membuat saya lalai dalam mengerjakan aktivitas lain (UF)				

c. Skala motivasi belajar (setelah uji coba)

No	Pertanyaan	Respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu aktif bertanya ketika belajar di dalam kelas (F)				
2.	Saya merasa penjelasan yang disampaikan oleh guru sudah cukup (UF)				
3.	Saya tidak banyak bertanya saat berada di dalam kelas (UF)				
4.	Saat ada waktu luang, saya akan mengajak teman-teman berdiskusi mengenai materi pembelajaran (F)				

5.	Saya tidak banyak membuat catatan karena sudah memiliki buku (UF)				
6.	Saat penjelasan yang disampaikan guru terasa kurang, saya akan mencari informasi tambahan dari buku atau internet (F)				
7.	Saya tidak senang membaca buku karena membosankan (UF)				
8.	Saya rutin belajar setiap malam (F)				
9.	Saya mudah menyerah dan malas belajar apabila mendapat nilai yang jelek (UF)				
10.	Saya tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dalam belajar (F)				
11.	Saya menjadi lebih giat belajar ketika mendapat nilai yang memuaskan (F)				
12.	Saya hanya belajar ketika akan menghadapi ulangan (UF)				
13.	Saya akan terus belajar berulang kali jika belum memahami materi (F)				
14.	Saya masih kebingungan ketika ditanya tentang cita-cita (UF)				
15.	Saya rajin belajar karena ingin meraih cita-cita di masa depan (UF)				
16.	Saya selalu antusias mengikuti kegiatan belajar di dalam kelas (F)				
17.	Saya mudah bosan saat sedang belajar (F)				
18.	Sampai saat ini saya belum memiliki cita-cita (UF)				
19.	Saat ditanya tentang cita-cita masa depan, saya dengan mudah dapat menjawabnya (F)				

Lampiran 3
Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

a. Skala prokrastinasi akademik

		Correlations						
		Y						
VAR00001	Pearson Correlation	,0298	VAR00009	Pearson Correlation	,378*	VAR00017	Pearson Correlation	,628**
	Sig. (2-tailed)	0,078		Sig. (2-tailed)	0,023		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00002	Pearson Correlation	,371*	VAR00010	Pearson Correlation	,684**	VAR00018	Pearson Correlation	,684**
	Sig. (2-tailed)	0,026		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00003	Pearson Correlation	-,456**	VAR00011	Pearson Correlation	,701**	VAR00019	Pearson Correlation	,686**
	Sig. (2-tailed)	0,005		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00004	Pearson Correlation	,433**	VAR00012	Pearson Correlation	0,244	VAR00020	Pearson Correlation	,498**
	Sig. (2-tailed)	0,008		Sig. (2-tailed)	0,151		Sig. (2-tailed)	0,002
	N	36		N	36		N	36
VAR00005	Pearson Correlation	,530**	VAR00013	Pearson Correlation	,616**	VAR00021	Pearson Correlation	,609**
	Sig. (2-tailed)	0,001		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00006	Pearson Correlation	,558**	VAR00014	Pearson Correlation	,449**	VAR00022	Pearson Correlation	-0,283
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,006		Sig. (2-tailed)	0,094
	N	36		N	36		N	36
VAR00007	Pearson Correlation	-,518**	VAR00015	Pearson Correlation	,568**	VAR00023	Pearson Correlation	,598**

	Sig. (2-tailed)	0,001		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00008	Pearson Correlation	,362*	VAR00016	Pearson Correlation	,380*	Y	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0,030		Sig. (2-tailed)	0,022		Sig. (2-tailed)	
	N	36		N	36		N	36

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,750	23

b. Skala *smartphone addiction*

Correlations

		Y						
VAR00001	Pearson Correlation	0,303	VAR00011	Pearson Correlation	,421*	VAR00021	Pearson Correlation	-0,073
	Sig. (2-tailed)	0,072		Sig. (2-tailed)	0,011		Sig. (2-tailed)	0,673
	N	36		N	36		N	36
VAR00002	Pearson Correlation	,343*	VAR00012	Pearson Correlation	,691*	VAR00022	Pearson Correlation	,536**
	Sig. (2-tailed)	0,040		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,001
	N	36		N	36		N	36
VAR00003	Pearson Correlation	0,292	VAR00013	Pearson Correlation	,626*	VAR00023	Pearson Correlation	,359*
	Sig. (2-tailed)	0,084		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,031
	N	36		N	36		N	36
VAR00004	Pearson Correlation	,582**	VAR00014	Pearson Correlation	,712*	VAR00024	Pearson Correlation	,462**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,005
	N	36		N	36		N	36
VAR00005	Pearson Correlation	-0,159	VAR00015	Pearson Correlation	-0,304	VAR00025	Pearson Correlation	,619**

	Sig. (2-tailed)	0,355		Sig. (2-tailed)	0,072		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00006	Pearson Correlation	,394*	VAR00016	Pearson Correlation	,519*	VAR00026	Pearson Correlation	0,298
	Sig. (2-tailed)	0,017		Sig. (2-tailed)	0,001		Sig. (2-tailed)	0,078
	N	36		N	36		N	36
VAR00007	Pearson Correlation	,414*	VAR00017	Pearson Correlation	0,239	VAR00027	Pearson Correlation	,616**
	Sig. (2-tailed)	0,012		Sig. (2-tailed)	0,161		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36		N	36
VAR00008	Pearson Correlation	,423*	VAR00018	Pearson Correlation	,580*	VAR00028	Pearson Correlation	0,210
	Sig. (2-tailed)	0,010		Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,220
	N	36		N	36		N	36
VAR00009	Pearson Correlation	,722**	VAR00019	Pearson Correlation	,407*	Y	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,014		Sig. (2-tailed)	
	N	36		N	36		N	36
VAR00010	Pearson Correlation	0,197	VAR00020	Pearson Correlation	,667*			
	Sig. (2-tailed)	0,249		Sig. (2-tailed)	0,000			
	N	36		N	36			

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,809	28

c. Skala motivasi belajar

Correlations					
		Y			
VAR00001	Pearson Correlation	0,171	VAR00011	Pearson Correlation	,485**

	Sig. (2-tailed)	0,318		Sig. (2-tailed)	0,003
	N	36		N	36
VAR00002	Pearson Correlation	0,093	VAR00012	Pearson Correlation	,465**
	Sig. (2-tailed)	0,589		Sig. (2-tailed)	0,004
	N	36		N	36
VAR00003	Pearson Correlation	,372*	VAR00013	Pearson Correlation	,601**
	Sig. (2-tailed)	0,025		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36
VAR00004	Pearson Correlation	,372*	VAR00014	Pearson Correlation	,578**
	Sig. (2-tailed)	0,026		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36
VAR00005	Pearson Correlation	0,194	VAR00015	Pearson Correlation	-0,318
	Sig. (2-tailed)	0,256		Sig. (2-tailed)	0,059
	N	36		N	36
VAR00006	Pearson Correlation	0,317	VAR00016	Pearson Correlation	,423*
	Sig. (2-tailed)	0,060		Sig. (2-tailed)	0,010
	N	36		N	36
VAR00007	Pearson Correlation	,405*	VAR00017	Pearson Correlation	-0,329
	Sig. (2-tailed)	0,014		Sig. (2-tailed)	0,050
	N	36		N	36
VAR00008	Pearson Correlation	,559**	VAR00018	Pearson Correlation	,573**
	Sig. (2-tailed)	0,000		Sig. (2-tailed)	0,000
	N	36		N	36
VAR00009	Pearson Correlation	0,316	VAR00019	Pearson Correlation	,471**
	Sig. (2-tailed)	0,060		Sig. (2-tailed)	0,004
	N	36		N	36

VAR00010	Pearson Correlation	0,320	Y	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0,057		Sig. (2-tailed)	
	N	36		N	36

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,655	19

Lampiran 4

Deskriptif Data

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Y	280	30,00	74,00	54,0643	6,30038
X1	280	26,00	67,00	45,4000	5,31421
X2	280	17,00	36,00	26,9107	3,87658
Valid N (listwise)	280				

a. Perhitungan kategorisasi skor data prokrastinasi akademik

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean - 1SD)$	$X < 47,76$	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$	$47,76 \leq X < 60,36$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 60,36$	Tinggi

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	35	12,5
	Sedang	210	75,0
	Tinggi	35	12,5
	Total	280	100,0

b. Perhitungan kategorisasi skor data *smartphone addiction*

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean - 1SD)$	$X < 40,09$	Rendah
$(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$	$40,09 \leq X < 50,71$	Sedang
$X \geq (Mean + 1SD)$	$X \geq 50,71$	Tinggi

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	43	15,4
	Sedang	194	69,3
	Tinggi	43	15,4
	Total	280	100,0

c. Perhitungan kategorisasi skor data motivasi belajar

Rumus Kategorisari	Rentang Skor	Kategori
$X < (Mean-1SD)$	$X < 23,04$	Rendah
$(Mean-1SD) \leq X < (Mean+1SD)$	$23,04 \leq X < 30,78$	Sedang
$X \geq (Mean+1SD)$	$X \geq 30,78$	Tinggi

		Frequency	Percent
Valid	Rendah	60	21,4
	Sedang	161	57,5
	Tinggi	59	21,1
	Total	280	100,0

Lampiran 5

Uji Asumsi dan Uji Hipotesis

a. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		280
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	4,85042608
Most Extreme Differences	Absolute	,053
	Positive	,036
	Negative	-,053
Test Statistic		,053
Asymp. Sig. (2-tailed)		,053 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

b. Uji autokorelasi

Coefficients^a

		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
Model		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-,107	3,664		-,029	,977
	X1	,002	,056	,002	,040	,968
	X2	,000	,077	,000	,003	,998
	Lag	,091	,060	,091	1,507	,133

a. Dependent Variable: Unstandardized Residual

c. Uji heterokedastistas

Correlations					
			X1	X2	Unstandardiz ed Residual
Spearman's rho	X1	Correlation Coefficient	1,000	-,196**	-,015
		Sig. (2-tailed)	.	,001	,804
		N	280	280	280
	X2	Correlation Coefficient	-,196**	1,000	,035
		Sig. (2-tailed)	,001	.	,559
		N	280	280	280
	Unstandardized Residual	Correlation Coefficient	-,015	,035	1,000
		Sig. (2-tailed)	,804	,559	.
		N	280	280	280

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

d. Uji multikolinieritas

Coefficients ^a								
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
1	(Constant)	58,383	3,664		15,936	,000		
	X1	,373	,056	,315	6,618	,000	,947	1,056
	X2	-,790	,077	-,486	-10,220	,000	,947	1,056

a. Dependent Variable: Y

e. Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4510,912	3	1503,637	63,225	,000 ^b
	Residual	6563,931	276	23,782		
	Total	11074,843	279			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X1X2, X1, X2

f. Uji T

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	58,383	3,664		15,936	,000
	X1	,373	,056	,315	6,618	,000
	X2	-,790	,077	-,486	-10,220	,000

a. Dependent Variable: Y

g. Hasil Uji koefisien determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,637 ^a	,406	,402	4,87347

a. Predictors: (Constant), X2, X1

b. Dependent Variable: Y

Lampiran 6

Surat Izin Penelitian

a. Izin penelitian dari fakultas



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
Jalan Prof. Hamka Km.2 Semarang 50185
Telepon 024-7601295, Website: www.fuhum.walisongo.ac.id, Email: fuhum@walisongo.ac.id

Nomor : 2568/Un.10.2/D.1/KM.00.01/6/2024 25 Juni 2024
Lamp : Proposal Penelitian
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth.
Ketua SMA N 1 Nalumsari
di Nalumsari, Jepara

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin penelitian kepada:

Nama : EMBUN BUNGA HARUM CENDANA
NIM : 2004046045
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Judul Skripsi : Pengaruh Smartphone Addiction dan Motivasi belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMA N 1 Nalumsari Jepara
Tanggal Mulai Penelitian : 25 Juli 2024
Tanggal Selesai : 10 Agustus 2024
Lokasi : SMA N 1 Nalumsari

Bersama ini kami lampirkan Proposal Penelitian dan Instrumen Pengumpulan data yang bersangkutan.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan perkenannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan



SRI PURWANINGSIH

Tembusan:

- Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (sebagai laporan)

* Surat ini telah disahkan secara elektronik, untuk cek kesesuaian surat ini silakan scan QRCode di atas.

b. Izin penelitian dari pihak sekolah



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1
NALUMSARI**

Jln. Raya Nalumsari Nomor 2 Jepara, Kode Pos : 59466 Telp. (0291)7512088
Surat Elektronik : nalum_satu@yahoo.co.id

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor: 421.3/297

Yang bertanda tangan dibawah ini:

NAMA : MOH. SOLEHUDIN, S.Pd., M.Si
NIP : 19720223 199802 1 001
JABATAN : KEPALA SEKOLAH

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Embun Bunga Harum Cendana
NIM : 2004046045
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
Fakultas : Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Judul : Pengaruh Smartphone Addiction dan Motivasi belajar
terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada siswa SMA
N1 Nalumsari Jepara.

Di berikan ijin untuk melaksanakan Penelitian yang berjudul " Pengaruh
Smartphone Addiction dan Motivasi belajar terhadap Perilaku Prokrastinasi
Akademik pada Siswa SMA Negeri 1 Nalumsari Jepara" mulai tanggal 25 Juli
2024 s/d 10 Agustus 2024 bertempat di SMA Negeri 1 Nalumsari

Nalumsari, 15 Juli 2024
Kepala SMA N 1 Nalumsari


MOH. SOLEHUDIN, S.Pd., M.Si
NIP. 19720223 199802 1 001

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Embun Bunga Harum Cendana
Tempat, tanggal lahir : Jepara, 10 Juni 2002
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Ds. Gemiringlor RT 3/RW 4, Nalumsari, Jepara
Email : engaa168@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. TK Hadziqiyyah Gemiringlor
2. SD N 2 Gemiringlor
3. SMP N 2 Nalumsari
4. SMA N 1 Nalumsari
5. UIN Walisongo Semarang

C. Riwayat Organisasi

1. OSIS SMA N 1 Nalumsari
2. Pengurus KMJS UIN Walisongo Semarang
3. Ushuluddin Language Community (ULC)
4. Walisongo Sport Club