



## **SKRIPSI**


### **Judul:**

Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use* (PIU) Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19

### **Disusun oleh:**

MEITHA DHEEVA PURNAMARIANTY  
NIM. 705180325

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
2022

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-06/R0	HAL 1/1
05 NOVEMBER 2010	<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN NASKAH</b>	

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Meitha Dheeva Purnamarianty**

NIM : **705180325**

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah yang diserahkan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, berjudul:

**Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use* (PIU) Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19**

Merupakan karya sendiri yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan plagiarisme dan otoplagiarisme. Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut, dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.


Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Jakarta, 26 Juli 2022

Yang Memberikan Pernyataan



**Meitha Dheeva Purnamarianty**

 <b>UNTAR</b> Tarumanagara University FAKULTAS PSIKOLOGI	FR-FP-04-07/R0	HAL 1/1
	<b>SURAT PERNYATAAN EDIT NASKAH</b>	
05 NOVEMBER 2010		

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **Meitha Dheeva Purnamarianty**  
 N I M : **705180325**  
 Alamat : **Jln. H. Saili No. E9, Kemanggisan, Palmerah  
 Jakarta Barat, 11480.**

Dengan ini memberi hak kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara untuk menerbitkan sebagian atau keseluruhan karya penelitian saya, berupa skripsi yang berjudul:

**Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use* (PIU) Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19**

Saya juga tidak keberatan bahwa pihak editor akan mengubah, memodifikasi kalimat-kalimat dalam karya penelitian saya tersebut dengan tujuan untuk memperjelas dan mempertajam rumusan, sehingga maksud menjadi lebih jelas dan mudah dipahami oleh pembaca umum sejauh perubahan dan modifikasi tersebut tidak mengubah tujuan dan makna penelitian saya secara keseluruhan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh; secara sadar, dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 26 Juli 2022

Yang Membuat Pernyataan



**Meitha Dheeva Purnamarianty**

# PENGESAHAN

Nama : Meitha Dheeva Purnamarianty  
NIM : 705180325  
Program Studi : Sarjana Psikologi  
Judul Skripsi : Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use (PIU)* Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19  
Title : *The Role of Academic Procrastination on Problematic Internet Use (PIU) During Remote Learning in College Student Throughout The COVID-19 Pandemic Period*

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Program Studi Psikologi Jenjang Sarjana, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara pada tanggal 13 Juli 2022.

## Tim Penguji:

1. Dr. P. Tommy Y. S. Suyasa, M.Si., Psi.
2. Monika, M.Psi., Psi.
3. Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.

## Tim Pembimbing:

1. Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.



Jakarta, 26 Juli 2022

Kaprodi



**Dr. Zamralita, M.M., Psikolog**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use* (PIU) Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19” dengan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menempuh ujian sarjana strata satu (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara.

Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada kedua orang tua, serta seluruh keluarga penulis yang senantiasa selalu memberikan dukungan, doa, semangat dan nasihat kepada penulis, terutama di tengah begitu banyak kendala yang penulis alami selama penulisan skripsi ini. Terima kasih karena selalu meyakinkan penulis untuk tidak menyerah dan menjadikan kendala yang penulis hadapi sebagai dorongan untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan banyak terima kasih kepada Ibu Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T., selaku dosen pembimbing penulis, atas segala bimbingan, masukan, dukungan, motivasi dan doa yang selalu beliau berikan sejak penyusunan seminar proposal hingga penyelesaian penulisan skripsi ini. Terima kasih karena berkat bimbingan yang Ibu Rita berikan, penulis mampu menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman penulis yaitu Natalie, Salsabila, Alaisa, Altingia, dan Leoni yang selalu memberikan dukungan, semangat, motivasi, dan doa, serta senantiasa mendengarkan keluh kesah yang penulis alami selama penyusunan skripsi ini. Terima kasih juga kepada seluruh

teman-teman satu bimbingan penulis atas dukungan, bantuan dan semangat yang selalu diberikan satu sama lain sejak penyusunan seminar proposal hingga penyelesaian skripsi ini.

Penulis berharap bahwa penelitian ini dapat bermanfaat bagi para pembaca serta dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian di masa mendatang. Penulis menyadari bahwa penelitian yang penulis lakukan masih memiliki berbagai kekurangan, sehingga penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun yang dapat diberikan untuk melengkapi dan menyempurnakan kualitas skripsi ini. Seluruh tulisan dalam skripsi ini sepenuhnya menjadi tanggung jawab penulis.

Jakarta, 26 Juni 2022

Meitha Dheeva Purnamarianty

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Pertanyaan Penelitian.....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1 Manfaat Teoretis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	9
1.5 Sistematika Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	11
2.1 <i>Problematic Internet Use</i> (PIU) .....	11
2.1.1. Definisi <i>Problematic Internet Use</i> (PIU).....	11
2.1.2. Kriteria <i>Problematic Internet Use</i> (PIU) .....	12
2.1.3. Teori Terkait <i>Problematic Internet Use</i> (PIU) .....	12
2.2 Prokrastinasi Akademik .....	14

2.2.1. Definisi Prokrastinasi Akademik.....	14
2.2.2. Faktor Penyebab dan Dampak dari Prokrastinasi Akademik .....	16
2.2.3. Indikator Perilaku Prokrastinasi Akademik.....	17
2.3 Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ).....	18
2.3.1. Definisi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) .....	18
2.3.2. Prinsip-Prinsip Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pandemi COVID-19	
2.3.3. Faktor Penentu Keberhasilan Pembelajaran Jarak Jauh .....	20
2.4 Kerangka Berpikir .....	20
2.5 Hipotesis Penelitian .....	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	23
3.1 Partisipan Penelitian .....	23
3.1.1 Karakteristik Partisipan .....	23
3.1.2 Teknik Sampling .....	24
3.1.3 Gambaran Partisipan .....	24
3.2 Jenis Penelitian.....	28
3.3 <i>Setting</i> dan Peralatan Penelitian.....	29
3.4 Alat Ukur Penelitian .....	29
3.4.1. <i>Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS 2)</i> .....	29
3.4.2. <i>Procrastination Assessment Scale for Student (PASS)</i> .....	31
3.5 Prosedur Penelitian .....	34
3.5.1 Persiapan Penelitian .....	34



3.5.2 Pelaksanaan Penelitian.....	35
3.6 Pengolahan dan Teknik Analisis Data .....	36
BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN HASIL ANALISIS DATA .....	37
4.1 Gambaran Variabel Penelitian .....	37
4.1.1 Gambaran Variabel Prokrastinasi Akademik dan <i>Problematic Internet Use</i> .....	37
4.1.2 Kategorisasi Variabel Prokrastinasi Akademik dan <i>Problematic Internet Use</i> .....	40
4.2 Analisis Data Utama .....	44
4.2.1 Uji Normalitas.....	44
4.2.2 Korelasi antar Variabel .....	45
4.3 Uji Hipotesis.....	46
4.3.1 Uji Asumsi Klasik Regresi .....	46
4.3.2 Analisis Hipotesis .....	49
4.4 Analisis Data Tambahan.....	53
4.4.1 Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
4.4.2 Uji Beda Berdasarkan Usia .....	55
4.4.3 Uji Beda Berdasarkan Lokasi Universitas.....	56
4.4.4 Uji Beda Berdasarkan Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari .....	58
BAB V SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN .....	61
5.1 Simpulan.....	61

5.2 Diskusi.....	63
5.3 Saran.....	68
5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis .....	68
5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis .....	68
ABSTRACT .....	xvii
DAFTAR PUSTAKA .....	P-1
LAMPIRAN.....	L-1

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Gambaran partisipan berdasarkan jenis kelamin .....	24
Table 2. Gambaran partisipan berdasarkan usia .....	25
Tabel 3. Gambaran partisipan berdasarkan lokasi universitas .....	26
Tabel 4. Gambaran partisipan berdasarkan waktu rata-rata penggunaan internet per hari.....	26
Tabel 5. Gambaran kegiatan yang paling sering dilakukan mahasiswa saat mengakses internet.....	27
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Generalized Problematic Internet Use 2</i> (GPIUS 2).....	31
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Alat Ukur <i>Procrastination Assessment Scale for Student</i> (PASS).....	34
Tabel 8. Gambaran Variabel <i>Problematic Internet Use</i> (PIU) .....	38
Tabel 9. Gambaran Variabel Prokrastinasi Akademik .....	40
Tabel 10. Kategorisasi Skor Skala Variabel <i>Problematic Internet Use</i> .....	42
Tabel 11. Kategorisasi Skor Skala Variabel Prokrastinasi Akademik .....	43
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas pada <i>Unstandardized Residual</i> dengan <i>One-Sample Komologrov-Smirnov Test</i> .....	44
Tabel 13. Hasil Uji <i>Pearson Correlation</i> antara Variabel dan Dimensi Penelitian.....	46
Tabel 14. Hasil Uji Linearitas antar Variabel Penelitian .....	47
Tabel 15. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Prokrastinasi Akademik Terhadap <i>Problematic Internet Use</i> .....	50

Tabel 16. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi <i>Problematic Internet Use</i> .....	51
Tabel 17. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Prokrastinasi Akademik Terhadap Kategorisasi <i>Problematic Internet Use</i> Partisipan.....	53
Tabel 18. Hasil Uji Beda Variabel <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
Tabel 19. Hasil Uji Beda Variabel Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
Tabel 20. Hasil Uji Beda Variabel <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Usia.....	55
Tabel 21. Hasil Uji Beda Variabel Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 22. Hasil Uji Beda Variabel <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Lokasi Universitas.....	57
Tabel 23. Hasil Uji Beda Variabel Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Berdasarkan Lokasi Universitas .....	58
Tabel 24. Hasil Uji Beda Variabel <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari .....	59
Tabel 25. Hasil Uji Beda Variabel Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Berdasarkan Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari.....	60

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Model Penelitian Peran Prokrastinasi Akademik terhadap <i>Problematic Internet Use</i> .....	22
Gambar 2. <i>Scatterplot</i> Uji Heteroskedastisitas .....	48

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	L-1
Lampiran 2 Alat Ukur <i>Problematic Internet Use</i> (PIU) .....	L-11
Lampiran 3. Alat Ukur Prokrastinasi Akademik.....	L-15
Lampiran 4. Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	L-28
Lampiran 5. Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia .....	L-29
Lampiran 6. Gambaran Partisipan Berdasarkan Lokasi Universitas.....	L-30
Lampiran 7. Gambaran Partisipan Berdasarkan Waktu Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari.....	L-31
Lampiran 8. Gambaran Kegiatan yang Paling Sering Dilakukan Mahasiswa Saat Mengakses Internet.....	L-32
Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Dimensi POSI pada <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-33
Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Dimensi <i>Mood Regulation</i> pada <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-34
Lampiran 11. Hasil Uji Reliabilitas Dimensi <i>Cognitive Preoccupation</i> pada <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-35
Lampiran 12 Hasil Uji Reliabilitas Dimensi <i>Compulsive Internet Use</i> pada <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-36
Lampiran 13. Hasil Uji Reliabilitas Dimensi <i>Negative Outcomes</i> pada <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-37

Lampiran 14. Hasil Uji Reliabilitas Keseluruhan Alat Ukur <i>Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIUS 2)</i> .....	L-38
Lampiran 15. Hasil Uji Reliabilitas Komponen Frekuensi Prokrastinasi pada <i>Procrastination Assessment Scale for Student (PASS)</i> .....	L-40
Lampiran 16. Hasil Uji Reliabilitas Komponen Alasan Prokrastinasi pada <i>Procrastination Assessment Scale for Student (PASS)</i> .....	L-41
Lampiran 17. Hasil Uji Reliabilitas Keseluruhan Alat Ukur <i>Procrastination Assessment Scale for Student (PASS)</i> .....	L-43
Lampiran 18. Gambaran <i>Mean</i> Empiris Variabel <i>Problematic Internet Use (PIU)</i> .....	L-45
Lampiran 19. Gambaran <i>Mean</i> Empiris Variabel Prokrastinasi Akademik.....	L-46
Lampiran 20. Norma Skor <i>Problematic Internet Use (PIU)</i> .....	L-47
Lampiran 21. Hasil Kategorisasi Skor <i>Problematic Internet Use (PIU)</i> .....	L-48
Lampiran 22. Norma Skor Prokrastinasi Akademik .....	L-50
Lampiran 23. Hasil Kategorisasi Skor Prokrastinasi Akademik.....	L-51
Lampiran 24. Hasil Uji Normalitas .....	L-52
Lampiran 25. Hasil Uji Korelasi Pearson Antar Variabel dan Dimensi .....	L-53
Lampiran 26. Hasil Uji Linearitas .....	L-54
Lampiran 27. Hasil Uji Heteroskedastisitas .....	L-55
Lampiran 28. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap <i>Problematic Internet Use</i> .....	L-56
Lampiran 29. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi POSIL.....	L-57

Lampiran 30. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi <i>Mood Regulation</i> .....	L-58
Lampiran 31. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi <i>Cognitive Preoccupation</i> .....	L-59
Lampiran 32. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi <i>Compulsive Internet Use</i> .....	L-60
Lampiran 33. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Dimensi <i>Negative Outcomes</i> .....	L-61
Lampiran 34. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Kategorisasi Partisipan pada <i>Problematic Internet Use</i> Rendah.....	L-62
Lampiran 35. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Kategorisasi Partisipan pada <i>Problematic Internet Use</i> Sedang .....	L-63
Lampiran 36. Hasil Uji Regresi Prokrastinasi Akademik Terhadap Kategorisasi Partisipan pada <i>Problematic Internet Use</i> Tinggi.....	L-64
Lampiran 37. Uji Beda <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....	L-65
Lampiran 38. Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin...	L-66
Lampiran 39. Uji Beda <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Usia.....	L-67
Lampiran 40. Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia.....	L-68
Lampiran 41. Uji Beda <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Lokasi Universitas.....	L-69
Lampiran 42. Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Lokasi Universitas.....	L-70



Lampiran 43. Uji Beda <i>Problematic Internet Use</i> Berdasarkan Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari.....	L-71
Lampiran 44. Uji Beda Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Rata-Rata Penggunaan Internet Per Hari.....	L-72

## ABSTRAK

**Meitha Dheeva Purnamarianty (705180325)**

**Peran Prokrastinasi Akademik terhadap *Problematic Internet Use* (PIU) Selama Pembelajaran Jarak Jauh pada Mahasiswa Di Masa Pandemi COVID-19; Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.; Program Studi S-1 Psikologi, Universitas Tarumanagara, (i-xvii; 69 halaman; P1-P5; L1-L72).**

Kondisi pembelajaran jarak jauh atau pembelajaran daring yang sulit diprediksi dan cenderung bebas, memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengembangkan perilaku penggunaan internet yang bermasalah sebagai hasil dari penundaan tugas akademik yang dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental yang melibatkan 386 mahasiswa berusia 18 – 25 tahun, dari perguruan tinggi di wilayah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi, yang menjalani pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19. Alat ukur yang digunakan adalah *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS 2) dan *Procrastination Assessment Scale for Student* (PASS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki peran positif dan signifikan terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Hasil ini dapat dijadikan pertimbangan oleh mahasiswa dalam mengelola pengerjaan tugas akademik dan waktu yang mereka habiskan untuk mengakses internet selama pembelajaran jarak jauh.

**Kata kunci:** *Problematic Internet Use*, Prokrastinasi Akademik, Pembelajaran Jarak Jauh, Pembelajaran Daring.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang begitu pesat, menghadirkan pula teknologi-teknologi terbaru yang perkembangannya pun tak kalah pesat. Salah satu perkembangan teknologi yang dapat dikatakan telah mengubah kehidupan sehari-hari manusia adalah hadirnya teknologi internet. Internet merupakan singkatan dari istilah *interconnected network* yang memiliki arti seluruh jaringan komputer yang saling terhubung secara global (seluruh dunia) melalui jalur telekomunikasi seperti telepon, *radio-link*, satelit dan sebagainya (Gani, 2014). Teknologi internet telah diterapkan di berbagai bidang untuk membantu mempermudah kehidupan manusia.

Pandemi COVID-19 yang melanda dunia sejak permulaan tahun 2020 menyebabkan terbatasnya ruang kegiatan di berbagai bidang. Kegiatan-kegiatan yang pada umumnya dapat dilakukan secara langsung dengan tatap muka sebisa mungkin dilakukan secara daring. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi penyebaran dari virus COVID-19. Salah satu bidang yang merasakan dampak dari pembatasan tersebut adalah bidang pendidikan. Demi mengurangi penyebaran virus COVID-19, Pemerintah Indonesia menerapkan program pembelajaran jarak jauh atau PJJ dengan memanfaatkan teknologi internet dalam proses pembelajaran. Program ini diterapkan di seluruh jenjang pendidikan, mulai dari pendidikan usia dini hingga perguruan tinggi.

Pembelajaran Jarak Jauh bukan merupakan istilah yang baru dalam sistem pembelajaran di perguruan tinggi, Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2012 pasal 1 ayat 1 Tentang Penyelenggaraan Pendidikan Jarak Jauh Pada Pendidikan Tinggi menjelaskan bahwa, "Pendidikan jarak jauh yang selanjutnya disebut PJJ adalah pendidikan yang peserta didiknya terpisah dari pendidik dan pembelajarannya menggunakan berbagai sumber belajar melalui teknologi informasi dan komunikasi, dan media lain". Meskipun bukan merupakan sistem pembelajaran baru, penerapan program PJJ adalah hal yang baru bagi sebagian besar perguruan tinggi di Indonesia. Kegiatan-kegiatan akademik yang biasa dilakukan mahasiswa secara luring (*offline*), dengan pemberlakuan program PJJ mengharuskan mahasiswa untuk beradaptasi dengan sistem pembelajaran baru yaitu secara daring (*online*).

Sistem pembelajaran jarak jauh yang dilakukan secara daring tersebut di satu sisi memiliki kelebihan yaitu secara fleksibel tetap memenuhi kebutuhan pembelajaran mahasiswa, namun juga memiliki kekurangan dari segi optimalitas

dan efektifitas penyampaian materi pembelajaran (Jamil & Aprilisanda, 2020). Kekurangan tersebut dapat memungkinkan terjadinya penurunan semangat, konsentrasi, keseriusan dan motivasi mahasiswa selama proses pembelajaran. PJJ yang minim pengawasan memungkinkan mahasiswa untuk terdistraksi dan memberikan peluang bagi mahasiswa untuk melakukan apapun selama pembelajaran berlangsung. Ketika merasa bosan, maka mahasiswa akan cenderung melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan seperti bermain *game* dan mengakses media sosial menggunakan internet (Zulfahnur, 2021). Penggunaan internet ini dapat dikatakan bermasalah apabila dilakukan pada waktu dan tempat yang tidak seharusnya (Aditiantoro & Wulanyani, 2019), seperti ketika mahasiswa sedang melakukan pembelajaran jarak jauh.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada laman *VOI.id* (Elfira, 2020) menyatakan bahwa selama masa pandemi COVID-19, pengguna internet di Indonesia meningkat 73,7% dari populasi atau setara 196,7 juta pengguna, dengan konten hiburan yang paling banyak diakses diantaranya yaitu *online video* (49,3%), *online game* (16,5%) dan *music streaming* (15,3%). Data terbaru menyatakan bahwa pada tahun 2022 jumlah populasi pengguna internet di Indonesia adalah sebanyak 237 juta orang dengan 81% pengguna berada di rentang usia 15 – 29 tahun sebagaimana dilansir dari laman *Unair News* (Setiawati, 2022). Yang mana rentang usia mahasiswa yaitu 18 – 25 tahun (Hulukati & Djibran, 2018) termasuk diantara rentang usia tersebut.

Kemudian, Hasil survei “*We are Social*” yang dilansir dari laman *Kompas.com* (Stephanie, 2021) menunjukkan rata-rata waktu yang dihabiskan untuk menggunakan internet di Indonesia selama pandemi COVID-19 yaitu sebanyak 8 jam 52 menit per hari (62 jam per minggu), dengan 3 jam14 menit dihabiskan

untuk mengakses media sosial, 2 jam 50 menit dihabiskan untuk mengakses layanan *video streaming*, 1 jam 30 menit untuk mengakses layanan *music streaming*, 1 jam 16 menit dihabiskan untuk bermain *online game*, dan sisanya untuk melakukan kegiatan lain yang juga menggunakan internet. Penggunaan tersebut melebihi sepertiga dari total waktu dalam sehari. Rata-rata waktu penggunaan tersebut juga menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan sebelum masa pandemi COVID-19, yang mana rata-rata waktu yang dihabiskan untuk menggunakan internet yaitu sebanyak 7 jam 59 menit per hari pada tahun 2019 (Ludwianto, 2020). Young, 1998 (dalam Young & Abreu, 2011) menyatakan bahwa penggunaan internet dapat dikatakan bermasalah apabila penggunaannya sebanyak 40 sampai 80 jam per minggu.

Penggunaan internet bermasalah atau *problematic internet use* (PIU) merupakan perilaku dan kognisi yang terkait dengan penggunaan internet yang dapat memberikan konsekuensi negatif secara personal maupun profesional bagi penggunanya (Caplan, 2002). Kriteria *problematic internet use* yang dialami oleh individu sebagaimana dinyatakan oleh Young, 1998 (dalam Yellowlees & Marks, 2007) yaitu, (a) Terfokus dengan internet; (b) Kebutuhan untuk mendapatkan kepuasan dalam menggunakan internet meningkat; (c) Upaya berulang untuk mengurangi penggunaan internet; (d) Mudah marah, depresi atau suasana hati yang labil ketika penggunaan internet terbatas; (e) Waktu yang dihabiskan untuk online melebihi yang telah diantisipasi; (f) Mengesampingkan hubungan dengan teman dan/atau keluarga dan mengabaikan kegiatan sehari-hari untuk menggunakan internet; (g) Berbohong kepada orang lain tentang berapa lama waktu yang dihabiskan untuk online; dan (h) Menggunakan internet sebagai sarana untuk meregulasi *mood*.

Bentuk general dari *problematic internet use* didasarkan pada ketertarikan individu pada pengalaman yang mereka rasakan saat sedang *online* (Caplan, 2002). *Problematic internet use* yang dialami individu menjadi penanda bahwa individu merasakan bosan, kurangnya motivasi serta rasa ketidak yakinan dengan kemampuannya dalam melaksanakan suatu tugas sehingga individu akan menjadikan internet sebagai sarana untuk melarikan diri dari pekerjaan yang harus diselesaikan tersebut (Thatcher et al., 2008). Perasaan yang dirasakan tersebut tentu dapat menjadi penghambat dalam kegiatan pembelajaran jarak jauh yang sedang dialami oleh mahasiswa di masa pandemi COVID-19 ini sehingga penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan.

Pada penelitian sebelumnya terdapat pernyataan bahwa *problematic internet use* yang dilakukan individu memiliki peran terhadap penundaan tugas akademik atau prokrastinasi akademik (Aditiantoro & Wulanyani, 2019). Hal ini terjadi karena kurangnya regulasi diri yang dilakukan individu terhadap penggunaan internet, sehingga menyebabkan dirinya menunda pekerjaan lain yang harus diselesaikan. Namun, terdapat pula pernyataan yang berpendapat bahwa perilaku prokrastinasi (*task avoidance*) yang dilakukan individu merupakan bentuk respon maladaptif dari kondisi yang penuh tekanan, yang kemudian memicu *problematic internet use* karena pada akhirnya individu banyak menggunakan internet sebagai sarana pelarian diri dari masalah (Senol-Durak & Durak, 2017; Spada et al., 2008). Pada pembelajaran jarak jauh, pola penggunaan internet mahasiswa dapat menjadi bermasalah, salah satunya karena prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa, baik yang disebabkan karena keengganan mereka dalam mengerjakan tugas maupun untuk mengatasi kecemasan yang dirasakan

Penelitian yang dilakukan oleh Ulgener et al. (2020) mengenai hubungan antara prokrastinasi akademik dengan *problematic internet usage* di masa Pandemi COVID-19 menyatakan bahwa *problematic internet use* siswa memiliki korelasi yang positif dan signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian tersebut dilakukan pada siswa sekolah menengah selama masa pandemi COVID-19. Dalam penelitian dijelaskan bahwa seiring dengan berkurangnya perilaku prokrastinasi akademik siswa, maka berkurang pula tingkat *problematic internet use*. Serta, hasil pengamatan dalam penelitian juga mendapatkan bahwa perilaku prokrastinasi akademik siswa dan tingkat *problematic internet use* yang dialami akan meningkat seiring bertambahnya waktu yang dihabiskan partisipan untuk mengakses internet setiap harinya.

Namun sebaliknya, pada penelitian yang dilakukan Odaci (2011) mengenai *academic self-efficacy* dan prokrastinasi akademik sebagai prediktor dari *problematic internet use* pada mahasiswa menyatakan bahwa *problematic internet use* mahasiswa tidak memiliki korelasi yang signifikan dengan perilaku prokrastinasi akademik. Ketidaksamaan hasil penelitian mungkin terjadi akibat adanya perbedaan yang terletak pada kondisi Pandemi COVID-19 dan pada subjek dari penelitian itu sendiri. Penelitian serupa juga dilakukan mengenai prokrastinasi akademik sebagai prediktor dari *internet addiction* oleh Traş dan Gökçen (2020) yang menyatakan bahwa terdapat korelasi yang positif dan signifikan antara *internet addiction* dengan prokrastinasi akademik. Kemudian penelitian mengenai asosiasi antara prokrastinasi akademik dan *problematic smartphone use* yang dilakukan oleh Yang et al. (2019) menyatakan bahwa siswa yang mengalami prokrastinasi akademik mengalami peningkatan penggunaan smartphone mereka. Meskipun *problematic internet use*,



*problematic smartphone use*, dan *internet addiction* memiliki konsep yang serupa, dalam penelitian ini penulis mempertimbangkan penggunaan istilah yang lebih general yaitu *problematic internet use*.

Prokrastinasi akademik atau *academic procrastination* memiliki arti yaitu perilaku menunda atau mengesampingkan aktivitas yang berhubungan dengan tugas akademik (McCloskey, 2011, dalam Anggunani & Purwanto, 2019). Menurut Solomon dan Rothblum (1984) terdapat dua faktor yang dapat menyebabkan terjadinya prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Faktor pertama yaitu *fear of failure* atau ketakutan akan kegagalan. Faktor ini berkaitan dengan rasa perfeksionisme dan ketakutan akan kegagalan maupun memperoleh hasil yang buruk di bidang akademik. Faktor kedua yaitu *aversiveness of task* atau keengganan mengerjakan tugas. Faktor ini berkaitan dengan keengganan mahasiswa untuk mengerjakan kegiatan akademik, adanya rasa malas dan kurangnya energi.

Penelitian-penelitian sebelumnya telah membahas mengenai prokrastinasi akademik dan *problematic internet use*. Namun, ditemukan adanya perbedaan hasil yang diperoleh dari penelitian-penelitian tersebut. Selain itu, adanya perbedaan situasi pembelajaran akibat pandemi COVID-19, serta perbedaan subjek dari penelitian sebelumnya membuat perlu dilakukannya kembali penelitian untuk mengetahui bagaimana kondisi prokrastinasi akademik serta *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa Pandemi COVID-19.

Dengan demikian dalam penelitian ini penulis melakukan penelitian guna mengkaji lebih dalam mengenai bagaimana peran prokrastinasi akademik

terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa Pandemi COVID-19.

## **1.2 Pertanyaan Penelitian**

Apa peran prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* (PIU) selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam sumbangan pengetahuan yang signifikan mengenai peran dari prokrastinasi akademik dan *problematic internet use* (PIU), serta diharapkan dapat memberikan gambaran yang nyata tentang situasi pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi COVID-19. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya dan dapat memperkaya kajian pustaka dalam ilmu pengetahuan khususnya di bidang Psikologi

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Secara praktis, penulis berharap bahwa penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi pembaca tentang *problematic internet use* dan prokrastinasi akademik yang terjadi pada mahasiswa. Sehingga para pembaca dapat mengenali tanda-tanda ketika perilaku tersebut terjadi dan bagaimana untuk menghindari dan/atau mengatasinya. Serta, sebagai referensi informasi pengetahuan bagi praktisi, institusi dan masyarakat umum mengenai *problematic internet use* dan prokrastinasi akademik selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa Pandemi COVID-19 ini.

### **1.5 Sistematika Penelitian**

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terbagi menjadi beberapa bab. Bab pertama yaitu latar belakang masalah mengenai gambaran mengenai fenomena *problematic internet use* di Indonesia selama pandemi COVID-19 dan prokrastinasi akademik. Serta, membahas tentang penelitian sebelumnya, hasil temuan dari penelitian sebelumnya dan kaitannya dengan penelitian yang akan penulis lakukan. Kemudian, dilanjutkan dengan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian yang terbagi menjadi manfaat teoretis dan manfaat praktis. Bab kedua yaitu kajian teoretis yang berkaitan dengan *problematic internet use*, prokrastinasi akademik dan pembelajaran jarak jauh atau PJJ, dilanjutkan dengan kerangka berpikir dan hipotesis penelitian. Bab ketiga yaitu metodologi penelitian yang berisi karakteristik partisipan penelitian, teknik sampling, gambaran partisipan, jenis penelitian, *setting* dan peralatan penelitian, alat ukur penelitian yang digunakan, prosedur penelitian, serta pengolahan dan teknik analisis data. Kemudian dilanjutkan dengan Bab keempat yang berisi

gambaran dan kategorisasi variable penelitian, analisis data utama, uji hipotesis penelitian serta analisis data tambahan sesuai dengan data demografi partisipan. Bab kelima yang merupakan bab terakhir berisikan tentang kesimpulan, diskusi dan saran.

## BAB V

### SIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil olah data dan pengujian hipotesis yang dilakukan dalam penelitian mengenai peran prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19, dapat disimpulkan bahwa terdapat peran yang signifikan antara variabel prokrastinasi akademik terhadap variabel *problematic internet use* dengan  $p =$

0.000 ( $p < 0.05$ ). Yang mana, hasil tersebut menyatakan bahwa hipotesis dalam penelitian diterima dan  $H_0$  ditolak.

Hasil analisis regresi yang juga dilakukan pada variabel prokrastinasi akademik terhadap kelima dimensi dari *problematic internet use* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan di keseluruhan dimensinya dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Hal ini menyatakan bahwa prokrastinasi akademik juga memiliki peran yang signifikan terhadap seluruh dimensi *problematic internet use* pada mahasiswa. Kemudian, analisis regresi sederhana yang dilakukan pada variabel prokrastinasi akademik terhadap kategorisasi partisipan dengan *problematic internet use* rendah, sedang dan tinggi menyatakan bahwa prokrastinasi akademik hanya memiliki peran yang signifikan terhadap kategori sedang dengan  $R\ Square = 0.084$ ,  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), dan tidak memiliki peran yang signifikan pada kategori rendah maupun tinggi.

Selain dilakukan analisis data utama, penulis juga melakukan analisis data tambahan bagi variabel prokrastinasi akademik dan *problematic internet use* pada mahasiswa. Analisis data tambahan dilakukan dengan melakukan uji beda berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ulgener et al. (2020) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan di variabel prokrastinasi akademik dan *problematic internet use* jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin partisipan dan rata-rata penggunaan internet per hari. Selain itu, penulis juga melakukan uji beda berdasarkan usia dan lokasi universitas partisipan. Hal tersebut dilakukan karena adanya perbedaan subjek dari penelitian sebelumnya yang merupakan siswa sekolah menengah atas.

Hasil dari analisis data tambahan menunjukkan bahwa jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin partisipan, variabel *problematic internet use* tidak

memiliki perbedaan yang signifikan, sedangkan terdapat perbedaan yang signifikan pada variabel prokrastinasi akademik. Kemudian jika ditinjau berdasarkan usia dan lokasi universitas partisipan, keduanya tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada variabel *problematic internet use* maupun prokrastinasi akademik mahasiswa. Selanjutnya, uji beda yang ditinjau berdasarkan rata-rata penggunaan internet per hari menemukan adanya perbedaan yang signifikan pada variabel *problematic internet use* dan prokrastinasi akademik mahasiswa.

## **5.2 Diskusi**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui peran prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik secara positif dan signifikan berperan terhadap *problematic internet use* pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19, dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Hasil ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Odaci (2011) mengenai *academic self-efficacy* dan prokrastinasi akademik sebagai prediktor dari *problematic internet use* pada mahasiswa. Penelitian tersebut menyatakan bahwa tidak terdapat peran yang signifikan antara prokrastinasi akademik terhadap *problematic internet use* mahasiswa. Perbedaan dari kedua penelitian ini terjadi pada kondisi penelitian yang dilakukan sebelum dan selama pandemi COVID-19, serta kondisi pembelajaran mahasiswa yang dilakukan secara luring dan daring.

Kemudian, uji korelasi *pearson* yang juga dilakukan dalam penelitian menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara *problematic internet use* dan

prokrastinasi akademik, dengan  $r = 0.523$  ( $p < 0.05$ ). Nilai tersebut lebih besar dan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulgener et al. (2020) mengenai hubungan prokrastinasi akademik dan *problematic internet usage* pada siswa sekolah menengah atas selama pandemi COVID-19, dengan  $r = 0.371$  ( $p < 0.05$ ). penelitian tersebut menyatakan bahwa jika perilaku prokrastinasi akademik siswa menurun, maka tingkat *problematic internet use* juga akan menurun, dan begitu pula sebaliknya. Perbedaan dari kedua penelitian terletak pada subjek penelitian yaitu mahasiswa dan siswa sekolah menengah atas.

Dari persamaan dan perbedaan hasil penelitian dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Maka, dapat dikatakan bahwa ketidaksamaan hasil yang diperoleh antar penelitian lebih cenderung terjadi akibat adanya perbedaan kondisi penelitian yang dilakukan sebelum dan selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19, daripada berdasarkan atas adanya perbedaan dalam subjek penelitian itu sendiri.

Hasil analisis data penelitian menyatakan bahwa frekuensi tertinggi rata-rata waktu penggunaan internet per hari partisipan berada pada angka lebih dari 10 jam per hari yaitu sebanyak 101 orang partisipan (26.2%). Hasil ini melebihi hasil dari survei "*we are social*" yang dilansir dari laman *Kompas.com* (Stephanie, 2021) yang menyatakan rata-rata waktu yang dihabiskan untuk menggunakan internet di Indonesia yaitu sebanyak 8 jam 52 menit per hari. Young, 1998 (dalam Young & Abreu, 2011) menyatakan bahwa penggunaan internet dapat dikatakan bermasalah apabila penggunaannya sebanyak 40 sampai 80 jam per minggu atau sekitar 6 sampai 11 jam per hari.



Selain berdasarkan waktu penggunaan internet, *problematic internet use* juga dapat terjadi karena individu menggunakan internet di tempat dan waktu yang tidak seharusnya (Aditiantoro & Wulanyani, 2019), contohnya selama waktu pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian menemukan bahwa dalam penggunaan internet sehari-hari, sebagian besar partisipan lebih sering menggunakan internet untuk mengakses media sosial (74.4%) dan hanya sebagian kecil partisipan yang banyak menggunakan internet untuk mencari informasi akademis (2.1%). Temuan-temuan mengenai kebiasaan penggunaan internet partisipan yang bermasalah ini didukung oleh hasil kategorisasi skor *problematic internet use* partisipan dalam penelitian, yang menyatakan bahwa frekuensi partisipan tertinggi terdapat pada kategori skor *problematic internet use* sedang yaitu sebanyak 250 orang partisipan (64.8%).

Hasil analisis data penelitian juga menemukan bahwa kecenderungan tertinggi terjadinya *problematic internet use* pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19 disebabkan karena mahasiswa menggunakan internet untuk meregulasi *mood* mereka (*mood regulation*). Dalam kaitannya dengan prokrastinasi akademik, analisis regresi sederhana penelitian juga menunjukkan adanya peran yang signifikan antara prokrastinasi akademik terhadap dimensi *mood regulation*, dengan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Regulasi *mood* adalah salah satu gejala dari *problematic internet use*, yang mana individu menggunakan internet dengan motivasi untuk meregulasi *mood* yang dirasakan Aditiantoro dan Wulanyani (2019).

Kondisi selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19, memungkinkan mahasiswa untuk melakukan penundaan tugas atau prokrastinasi akademik, baik yang disebabkan oleh keengganan untuk mengerjakan tugas

ataupun karena didasarkan pada kecemasan mahasiswa pada hasil yang didapatkan. Kemudian, dalam mengatasi masalah prokrastinasi akademik tersebut, mahasiswa menggunakan internet sebagai pengalihan yang lebih menyenangkan (Solomon & Rothblum, 1984; Spada et al., 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Senol-Durak & Durak (2017) menggunakan *Lazarus Cognitive-Relational Theory of Stress* untuk menggambarkan bahwa *problematic internet use* merupakan hasil dari bentuk respon maladaptif yaitu prokrastinasi atau *cognitive task avoidance* yang dilakukan mahasiswa selama menghadapi situasi yang penuh tekanan.

Hasil analisis regresi sederhana pada prokrastinasi akademik terhadap dimensi *problematic internet use* menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik memiliki peran terbesar terhadap dimensi *negative outcomes*, dengan R Square = 0.279. Prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa, memperbesar kemungkinan penggunaan internet menimbulkan dampak negatif di kehidupan mahasiswa, dalam hal ini khususnya pada kegiatan akademik mahasiswa. Caplan (2002) menyatakan *problematic internet use* (PIU) merupakan perilaku dan kognisi yang terkait dengan penggunaan internet yang dapat memberikan konsekuensi negatif secara personal maupun profesional bagi penggunanya.

Hasil penelitian juga menemukan adanya perbedaan tingkat kecenderungan prokrastinasi akademik yang di alami mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19 jika dibandingkan dengan kondisi sebelum pandemi COVID-19. Hasil dari penelitian yang dilakukan sebelum pandemi COVID-19 oleh Anggunani dan Purwanto (2019) menyatakan bahwa mahasiswa memiliki tingkat kecenderungan prokrastinasi akademik yang rendah. Sedangkan, dalam penelitian yang penulis lakukan diperoleh tingkat

kecenderungan prokrastinasi akademik yang tinggi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Melgaard et al. (2021) yang menyatakan bahwa pandemi COVID-19 memberikan dampak negatif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa yang muncul dalam segi kinerja akademik, keinginan mahasiswa untuk belajar dan keterlibatan mahasiswa secara daring. Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan bahwa faktor yang secara signifikan mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah kecemasan akan kegagalan, yang berhubungan dengan perfeksionisme, kecemasan, kinerja akademik yang buruk dan self-esteem yang rendah. Serta, keengganan untuk mengerjakan tugas, yang berhubungan dengan rasa malas dan pengelolaan waktu yang buruk.

Hasil analisis data tambahan dilakukan dengan melakukan uji beda pada kedua variabel berdasarkan jenis kelamin, usia, lokasi universitas dan rata-rata penggunaan internet per hari partisipan. Terdapat perbedaan yang signifikan pada uji beda yang dilakukan berdasarkan rata-rata penggunaan internet per hari partisipan pada variabel *problematic internet use* maupun prokrastinasi akademik. Hasil *mean* tertinggi pada kedua variabel tersebut ditunjukkan oleh rata-rata penggunaan internet selama 9 – 10 jam per hari. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ulgener et al. (2020) yang menyatakan bahwa semakin lama waktu yang siswa gunakan untuk mengakses internet setiap harinya, maka semakin meningkat pula *problematic internet usage* dan perilaku prokrastinasi akademik yang mereka alami.

Penelitian yang dilakukan oleh penulis masih memiliki beberapa keterbatasan. Diantaranya, penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik pengambilan data *convenient sampling*, yang mana sebagai akibatnya penyebaran data partisipan menjadi kurang seimbang bagi tiap daerahnya, terutama di wilayah

JaBoDeTaBek. Selain itu, dari hasil penelitian yang telah penulis jelaskan pada uji hipotesis di Bab 4 menyatakan bahwa variabel prokrastinasi akademik hanya memiliki peran yang signifikan pada kategori partisipan dengan *problematic internet use* sedang. Sehingga penelitian belum dapat menjawab variabel apa yang memiliki peran terhadap kategori *problematic internet use* rendah dan tinggi pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19.

### **5.3 Saran**

#### **5.3.1 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Teoretis**

Melalui penelitian ini penulis berharap dapat memberikan sumbangan informasi bagi bidang psikologi terutama pada psikologi pendidikan di perguruan tinggi mengenai fenomena prokrastinasi akademik dan *problematic internet use* pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa pandemi COVID-19. Kemudian, berdasarkan pertimbangan pada keterbatasan penelitian, penulis menyarankan agar penelitian mendatang dilakukan dengan teknik sampling yang lebih terorganisir contohnya seperti teknik *quota sampling*, sehingga penyebaran data partisipan yang diperoleh menjadi lebih seimbang. Penelitian selanjutnya juga dapat dilakukan dengan mempertimbangkan peran *problematic internet use* terhadap prokrastinasi akademik, dengan teori *self-regulation*. Ataupun prokrastinasi akademik sebagai respon maladaptif yang menimbulkan *problematic internet use* pada individu. Serta, penelitian juga dapat dilakukan dengan menambah independen variabel atau variabel mediator sehingga dapat lebih rinci untuk mengetahui peran IV terhadap *problematic internet use* mahasiswa. Contohnya seperti variabel *self-regulation* dan *self-efficacy*.

### **5.3.2 Saran yang Berkaitan dengan Manfaat Praktis**

Melalui penelitian ini penulis berharap para pembaca menjadi lebih teredukasi mengenai adanya fenomena *problematic internet use* dan prokrastinasi akademik yang terjadi di kehidupan sehari-hari. Sehingga kedepannya pembaca dapat lebih bijak dalam menggunakan waktu yang dihabiskan untuk mengakses internet dan dalam mengelola waktu pengerjaan tugas akademik selama pembelajaran jarak jauh. Penelitian ini juga diharapkan mampu menjadi salah satu masukan bagi instansi pendidikan tinggi agar kedepannya dapat menyusun kurikulum yang lebih terorganisir dan lebih interaktif bagi mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh, agar menghindari kecenderungan *problematic internet use* dan prokrastinasi akademik untuk terjadi.

## ABSTRACT

**Meitha Dheeva Purnamarianty (705180325)**

**The Role of Academic Procrastination on Problematic Internet Use (PIU) During Remote Learning in College Student Throughout The COVID-19 Pandemic Period.; Dr. Ir. Rita Markus Idulfilastri, M. Psi. T.; Bachelor's Degree of Psychology Study Program, Tarumanagara University, (i-xvii; 69 pages; P1-P5; L1-L72).**

The unpredictable and free nature of remote learning gives an opportunity for college students to develop a problematic internet use behavior as the result of their academic procrastination. This study aims to determine the role of academic procrastination on problematic internet use during remote learning in college student throughout the COVID-19 pandemic period. This research is a non-experimental quantitative research involving 386 college students between the ages of 18 – 25, from the universities in Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi area, whom engage in remote learning during the COVID-19 pandemic period. The measuring instruments used is the Generalized Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS 2) and the Procrastination Assessment Scale for Student (PASS). The results showed that academic procrastination has a positive and significant role on problematic internet use during remote learning in college student throughout the COVID-19 pandemic period. These results can be use by college students as a consideration for managing their academic work and the time they spent online during remote learning.

**Keywords:** Problematic Internet Use, Academic Procrastination, Remote Learning, Online Learning.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aditiantoro, M., & Wulanyani, N. M. S. (2019). Pengaruh problematic internet use dan regulasi diri terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa program studi psikologi fakultas kedokteran universitas udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, (Edisi Khusus), 205–215. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/download/52547/31007>
- Anggunani, A. R., & Purwanto, B. (2019). Hubungan antara problematic internet use dengan prokrastinasi akademik. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.22146/gamajop.45399>
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive – behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(02\)00004-3](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00004-3)
- Caplan, S. E. (2003). Preference for online social interaction: a theory of problematic internet use and psychosocial well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Caplan, S. E. (2010). Theory and measurement of generalized problematic Internet use: a two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 26(5), 1089–1097. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.012>
- Corcoran, K., & Fischer, J. (2000). *Measures for clinical practice and research, volume 2: adults* (3rd ed.). The Free Press.
- Eerde, W. V., & Klingsieck, K. B. (2018). Overcoming procrastination? a meta-analysis of intervention studies. *Educational Research Review*, 25, 73–85. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2018.09.002>
- Elfira, T. C. (2020, November 10). APJII: pandemi COVID-19 buat pengguna internet di indonesia meningkat hampir 200 juta. *VOI.Id*. <https://voi.id/teknologi/19331/apjii-pandemi-covid-19-buat-pengguna-internet-di-indonesia-meningkat-hampir-200-juta>

- Gani, A. G. (2014). Pengenalan teknologi internet serta dampaknya. *Jurnal Sistem Informasi Universitas Suryadarma*, 2(2).  
<https://doi.org/10.35968/jsi.v2i2.49>
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis tugas perkembangan mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri gorontalo. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 2(1), 73–80.
- Jamil, S. H., & Aprilisanda, I. D. (2020). Pengaruh pembelajaran daring dan luring terhadap minat belajar mahasiswa pada masa pandemi COVID-19. *Behavioral Accounting Journal*, 3(1), 37–46.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607–610.  
<https://doi.org/10.1177/001316447003000308>
- Ludwianto, B. (2020, Februari 5). Berapa lama orang indonesia pakai internet setiap hari? *Kumparan.com*. <https://kumparan.com/kumparantech/berapa-lama-orang-indonesia-pakai-internet-setiap-hari-1sm18OYziOQ>
- Melgaard, J., Monir, R., Lasrado, L. A., & Fagerstrøm, A. (2021). Academic procrastination and online learning during the COVID-19 pandemic. *Procedia Computer Science*, 196(2021), 117–124.  
<https://doi.org/10.1016/j.procs.2021.11.080>
- Moonaghi, H. K., & Beydokhti, T. B. (2017). Academic procrastination and its characteristics: a narrative review. *Future of Medical Education Journal*, 7(2), 43–50.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: qualitative and quantitative approaches* (7th Ed.). Pearson Education Limited.
- Odaci, H. (2011). Academic self-efficacy and academic procrastination as predictors of problematic internet use in university students. *Computers and Education*, 57(1), 1109–1113.  
<https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.01.005>
- Pakpahan, R., & Fitriani, Y. (2020). Analisa pemanfaatan teknologi informasi dalam pembelajaran jarak jauh di tengah pandemi virus corona COVID-19.



*Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, 4(2), 30–36.

Pangondian, R. A., Santosa, P. I., & Nugroho, E. (2019). Faktor - faktor yang mempengaruhi kesuksesan pembelajaran daring dalam revolusi industri 4.0. *Seminar Nasional Teknologi Komputer & Sains (SAINTEKS)*, 56–60.

Senol-Durak, E., & Durak, M. (2017). Cognitions about problematic internet use: The importance of negative cognitive stress appraisals and maladaptive coping strategies. *Current Psychology*, 36(2), 350–357. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9424-4>

Setiawan, A. R. (2020). Lembar kegiatan literasi saintifik untuk pembelajaran jarak jauh topik penyakit coronavirus 2019 (COVID-19). *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 28–37.

Setiawati, Y. (2022, Maret 9). Risiko tinggi kecanduan internet pada remaja selama pandemi COVID-19 dan peran orangtua. *News.unair.ac.id*. <https://news.unair.ac.id/2022/03/09/risiko-tinggi-kecanduan-internet-pada-remaja-selama-pandemi-covid-19-dan-peran-orangtua/?lang=id>

Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037//0022-0167.31.4.503>

Spada, M. M. (2014). Addictive behaviors an overview of problematic internet use. *Addictive Behaviors*, 39(1), 3–6. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2013.09.007>

Spada, M. M., Langston, B., Nikčević, A. V., & Moneta, G. B. (2008). The role of metacognitions in problematic Internet use. *Computers in Human Behavior*, 24(5), 2325–2335. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.12.002>

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Stephanie, C. (2021, Oktober 14). Berapa lama orang indonesia akses internet dan medsos setiap hari?. *Kompas.com*.

<https://tekno.kompas.com/read/2021/02/23/11320087/berapa-lama-orang-indonesia-akses-internet-dan-medsos-setiap-hari?page=all>

- Thatcher, A., Wretschko, G., & Fridjhon, P. (2008). Online flow experiences, problematic Internet use and Internet procrastination. *Computers in Human Behavior, 24*(5), 2236–2254. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.10.008>
- Traş, Z., & Gökçen, G. (2020). Academic procrastination and social anxiety as predictive variables internet addiction of adolescents. *International Education Studies, 13*(9), 23. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n9p23>
- 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>
- Ulgener, P., Minalay, H., Ture, A., Tugutlu, U., & Harper, M. G. (2020). Examining the relationship between academic procrastination behaviours and problematic Internet usage of high school students during the COVID-19 pandemic period. *Global Journal of Guidance and Counseling in Schools: Current Perspectives, 10*(3), 142–156. <https://doi.org/10.18844/gjgc.v10i3.5549>
- Yang, Z., Asbury, K., & Griffiths, M. D. (2019). An exploration of problematic smartphone use among chinese university students: associations with academic anxiety, academic procrastination, self-regulation and subjective wellbeing. *International Journal of Mental Health and Addiction, 17*(3), 596–614. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>
- Yellowlees, P. M., & Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction?. *Computers in Human Behavior, 23*(3), 1447–1453. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.05.004>
- Young, K. S., & Abreu, C. N. de. (2011). Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment. In *John Wiley & Sons*.
- Zarrin, S. A., Gracia, E., & Paixão, M. P. (2020). Prediction of academic procrastination by fear of failure and self-regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice, 20*(3), 34–43.

<https://doi.org/10.12738/jestp.2020.3.003>

Zulfahnur, A. S. (2021, Juli 12). Pengaruh pembelajaran daring terhadap pendidikan karakter generasi muda indonesia. *Kompasiana.com*.  
<https://www.kompasiana.com/aisyahsaharanizulfahnur8764/60eb0b511525106ac5103744/pengaruh-pembelajaran-daring-terhadap-pendidikan-karakter-generasi-muda-indonesia>