

HUBUNGAN KECANDUAN *CHATTING* DENGAN PROKRASTINASI AKADEMIK

Annisa Zulaicha & Inhastuti Sugiasih

Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Abstract

This study aims to examine empirically the relationship between addiction to chat with academic procrastination. Subjects in this study are students mig33 community in the town of Salatiga and Jogjakarta of 60 subjects

Measuring instrument used is a scale consisting of scales addiction chat and academic procrastination scale. Analysis of the data used is the product moment correlation technique developed by Pearson. Test results showed that the assumptions made in chat addiction variables derived $KS-Z = 0.561$ with a significance level of 0.912 ($p > 0.05$) and the variables obtained academic procrastination $KS-Z = 1.072$ with a significance level of 0.201 ($p > 0.05$), both in normal distribution and form a straight line with F linier of 64.088 with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Based on the hypothesis test results obtained correlation coefficient $rx_y = 0.725$, $p = 0.000$ ($p < 0.01$). These results indicate that there is a positive relationship between addiction to chat with academic procrastination. Determinant coefficient (R^2) of 0.525 which showed that 2.5% of academic procrastination in college students affected by addiction to chat, while the other 47.5% are influenced by other variables outside of the variables used in this study.

The conclusion of this research is that there is a positive relationship between academic procrastination addiction chat with the student community of mig33 Salatiga and Jogjakarta. The higher addicted to chat, then the higher the academic procrastination by university students. Conversely, the lower the addiction to chat, then the lower the student committed academic procrastination.

Keywords: *Addiction Chat, academic procrastination*

Pendahuluan

Globalisasi membawa banyak perubahan pesat antara lain kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan, sehingga masyarakat Indonesia perlu menghadapi dan menyesuaikan diri dengan keadaan ini. Kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan harus diimbangi dengan kualitas sumber daya manusia. Salah satunya dengan

perhatian lebih pada pendidikan dan sumber daya manusia itu sendiri. Masyarakat Indonesia di harapkan mampu mengikuti kecepatan globalisasi tersebut dengan kesungguhan belajar dan menyelesaikan pendidikan dengan hasil yang optimal untuk terciptanya suatu perubahan yang lebih maju.

Proses pendidikan dianggap baik jika mampu memberi sumbangan terhadap pengembangan manusia seutuhnya. Tujuan pendidikan terkadang tidak sesuai dengan harapan. Salah satu penyebabnya adalah sikap mental pelajar yang kurang disiplin dalam belajar. Kurangnya kesadaran siswa untuk belajar dipengaruhi oleh adanya kecenderungan untuk berusaha mencapai kesenangan dan menghindari perasaan yang tidak menyenangkan. Hal-hal yang dianggap menyenangkan bagi seorang pelajar biasanya lebih banyak menghabiskan waktu untuk aktivitas yang bersifat hiburan seperti: berjalan-jalan, menonton televisi, makan dan mengobrol di kafe ataupun rumah makan bersama teman-teman sebayanya, membaca komik, novel atau majalah, pergi ke bioskop, *chatting*, dan lain sebagainya. Perilaku seperti inilah yang sering membuat para pelajar cenderung melupakan tugas-tugas akademik, sehingga menunda sampai batas waktunya, dan mengerjakannya sampai pada saat beberapa jam bahkan beberapa menit sebelum *deadline* (Rizvi,1997).

Perilaku menunda-nunda pekerjaan dalam ilmu psikologi disebut sebagai prokrastinasi yang diambil dari bahasa Inggris *procrastination*. Secara harfiah berasal dari kata "*procrastinare*" dalam bahasa latin yang berarti menunda sampai hari berikutnya. Seseorang tidak dapat digolongkan sebagai penunda jika hanya melakukan sesekali saja, terutama bila pekerjaan yang dilakukan tidak menyenangkan.

Pelajar sama halnya dengan orang lain juga merupakan makhluk sosial yang butuh berinteraksi dengan lingkungannya. Menurut David McClelland, manusia mempunyai tiga kebutuhan, yaitu kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk berkuasa, dan kebutuhan berafiliasi atau berkomunikasi dengan lingkungan sosialnya. Salah satu cara untuk bergaul atau berafiliasi dengan orang lain adalah dengan menggunakan media internet salah satunya *chatting*.

Chatting mempunyai dampak positif maupun negatif. Dampak positifnya adalah manusia dapat melakukan komunikasi tanpa batas ruang dan waktu, sedangkan dampak negatif dari *chatting* adalah membuat orang mengalami "kecanduan". Kecanduan *chatting* terjadi apabila para pelaku tidak dapat menghentikan dan mengontrol *chatting* yang dilakukannya sehingga mengakibatkan kerugian bagi diri sendiri dan orang lain. Kecanduan *chatting* ini dapat memunculkan perilaku-perilaku

negatif seperti menunda-nunda pekerjaan, penurunan produktivitas dalam belajar dan bekerja, kurangnya perhatian keluarga, kurangnya sosialisasi di dunia nyata, terjadinya pergaulan bebas tanpa batas yang menjurus ke pornografi, dan muncul adanya gangguan kesehatan seperti sakit punggung, nyeri sendi, kelelahan yang berlebihan, serta sulit konsentrasi karena berlama-lama duduk di depan komputer. Kecanduan *chatting* ini juga dialami oleh mahasiswa, sehingga mahasiswa banyak menghabiskan waktunya untuk *chatting* ketimbang mengerjakan tugas-tugas akademiknya.

Perilaku menunda-nunda suatu pekerjaan dikenal dengan istilah prokrastinasi. Secara harfiah, prokrastinasi berasal dari bahasa latin "*procrastinare*", dengan awalan "pro" yang berarti bergerak maju, dan akhiran "*cratinus*" yang berarti kepunyaan hari esok atau jika digabung artinya menjadi "menunda sampai hari berikutnya". Brown dan Holtzman (Rizvi, 1997) berpendapat bahwa prokrastinasi sebagai suatu kegagalan untuk memulai atau menyelesaikan suatu tugas dalam waktu tertentu. Berbeda dengan Silve (Rizvi dkk, 1997) yang berpendapat prokrastinasi lebih besar dari sekedar kecenderungan, melainkan suatu respon mengantisipasi tugas-tugas yang tidak disukai, atau karena tidak memadainya penguatan atau keyakinan yang tidak rasional yang menghambat kinerja.

Ferrari (Rachmana, 2002) menerjemahkan prokrastinasi sebagai perilaku penundaan sampai hari nanti, yang identik dengan bentuk kemalasan dalam masyarakat. Berbeda dengan Ferrari yang menyebutkan prokrastinasi sebagai perilaku negatif, dalam kamus *The Oxford English Dictionary* tahun 1952 (Rachmana, 2002) istilah ini diartikan secara positif, yakni penundaan yang dipilih secara bijaksana untuk menunggu waktu yang tepat. Pada umumnya para ahli lebih sepakat mengartikan prokrastinasi dalam konotasi yang negatif, dengan menyebutnya sebagai penundaan yang tidak berguna (*needless*) dalam penyelesaian tugas, bahkan dalam prokrastinasi kadang digunakan sebagai strategi *self-handicapping*, dengan contoh seseorang yang tidak bisa menyelesaikan tugas karena menunda-nunda dalam pekerjaannya kemudian berdalih kekurangan waktu (Midley dkk, Rachmana, 2002).

Ferrari (Ghufron, 2010) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik sebagai perilaku penundaan dapat termanifestasi dalam indikator-indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati. Ciri-ciri tertentu yang ada dalam prokrastinasi adalah: (a) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, (b) Kelambanan dalam mengerjakan tugas, (c) Kesenjangan waktu antara rencana dengan realisasinya dan (d) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Kecanduan *chatting* adalah situasi dimana seseorang melakukan *chatting* sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Beberapa tanda kecanduan internet menurut Young (1999) adalah : (a) Pengguna internet mengalami perasaan tidak menyenangkan ketika *offline*, (b) Ketidakmampuan mengatur penggunaan internet, (c) Berani mengambil resiko “kehilangan” karena internet dan (d) Menggunakan internet sebagai cara melarikan diri dari masalah.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat korelasi positif antara kecanduan *chatting* di internet dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Makin tinggi kecanduan *chatting*, maka makin tinggi pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Sebaliknya, makin rendah kecanduan *chatting*, maka makin rendah pula prokrastinasi akademik mahasiswa.

Metode Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa komunitas mig33 yang aktif melakukan *chatting* minimal 6 bulan di Salatiga dan Yogyakarta. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala untuk mengukur kecanduan *chatting* dan skala untuk mengukur prokrastinasi akademik. Metode analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari *Karl Pearson* (Azwar, 1998).

Hasil

Sebelum dilakukan uji hipotesis maka perlu dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Uji asumsi yang digunakan adalah uji normalitas dan uji linearitas dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 1
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig	p	Ket
Kecanduan <i>chatting</i>	99,9833	17,56488	0,561	0,912	>0,05	Normal
Prokrastinasi Akademik	109,1333	17,31803	1,072	0,201	>0,05	Normal

Uji linieritas antara skala kecanduan *chatting* terhadap prokrastinasi akademik diperoleh $F_{linier} = 64,088$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa distribusi skala kecanduan *chatting* terhadap prokrastinasi akademik adalah linier atau kedua variabel membentuk garis lurus. Hasil uji korelasi antara kecanduan *chatting* dan prokrastinasi akademik mahasiswa diperoleh $r_{xy} = 0,725$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$) dan koefisien determinasi $R^2 = 0,525$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecanduan *chatting* dengan prokrastinasi akademik yang berarti hipotesis diterima. Sumbangan efektif yang diberikan variabel kecanduan *chatting* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 52,5%.

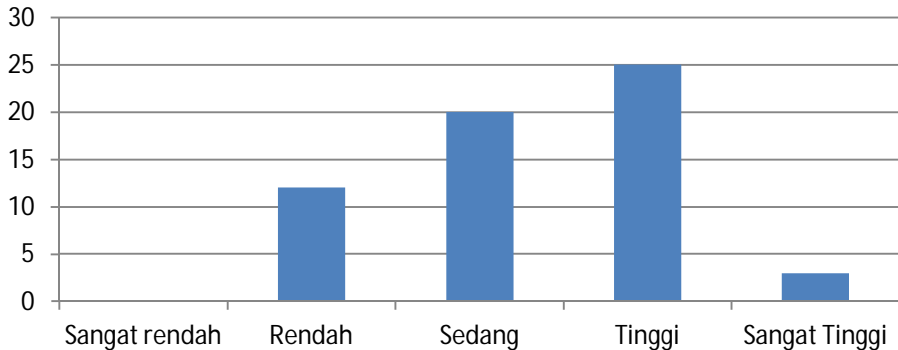
Data dari penelitian ini juga memberikan gambaran penting mengenai keadaan distribusi skor skala pada kelompok subjek yang dikenai pengukuran dan berfungsi memberi informasi mengenai keadaan subjek pada variabel-variabel yang diteliti (Azwar, 2007). Skor subjek dalam kelompoknya merupakan estimasi terhadap skor subjek dalam populasi dan bahwa skor subjek dalam populasinya terdistribusi secara normal, untuk itu dapat dibuat skor teoritis yang terdistribusi menurut model normal

Tabel 2
Deskripsi Skor Skala Kecanduan *Chatting*

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	65	37
Skor Maksimum	143	148
Rerata (<i>mean</i>)	99,9833	92,5
Standar Deviasi	17,56488	18,5

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek dalam penelitian ini, dapat dilihat bahwa rerata empiris skor subjek pada skala Kecanduan *Chatting* yaitu 99,98 (berdasarkan mean empirik). Hal ini menunjukkan bahwa kecanduan *chatting* pada mahasiswa komunitas mig33 di Salatiga dan Jogjakarta termasuk dalam kategori sedang. Rentang skor skala kecanduan *chatting* dapat dilihat pada gambar 1 di bawah ini:

Gambar 1
Rentang Skor Skala Kecanduan *Chatting*



Kategorisasi skor subjek pada skala kecanduan *chatting* dapat dilihat pada tabel 3 :

Tabel 3
Kategorisasi Skor Subjek Skala Kecanduan *Chatting*

Rentang Skor	Jumlah Subyek	Kategori	%
37 - 59,2	0	Sangat rendah	0.00
59,2 – 81,4	12	Rendah	20.00
81,4 – 103,6	20	Sedang	33.33
103,6 – 125,8	25	Tinggi	41.67
125,8 – 148	3	Sangat Tinggi	5.00

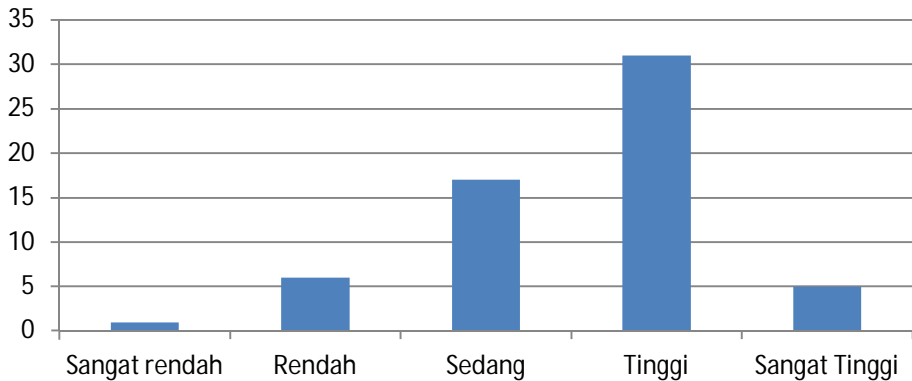
Deskripsi data skala prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4
Deskripsi Skor Skala Prokrastinasi Akademik

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	55	39
Skor Maksimum	140	156
Rerata (<i>mean</i>)	109,1333	97,5
Standar Deviasi	17,31803	19,5

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek dalam penelitian ini, dapat dilihat bahwa rerata empiris skor subjek pada skala Prokrastinasi Akademik yaitu 109,13 (berdasarkan mean empirik). Hal ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik pada mahasiswa komunitas mig33 Salatiga dan Jogjakarta dalam penelitian ini berkategori sedang. Rentang skor skala prokrastinasi akademik dapat dilihat pada gambar 2:

Gambar 2
 Rentang Skor Skala Prokrastinasi Akademik



Kategorisasi skor subjek pada skala prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel 5:

Tabel 5
 Kategorisasi Skor Subjek Skala Prokrastinasi Akademik

Rentang Skor	Jumlah Subyek	Kategori	%
39 - 62,4	1	Sangat rendah	1.67
62,4 – 85,8	6	Rendah	10.00
85,8 – 109,2	17	Sedang	28.33
109,2 – 132,6	31	Tinggi	51.67
132,6 – 156	5	Sangat Tinggi	8.33

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kecanduan *chatting* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa pada komunitas mig33 Salatiga dan Jogjakarta. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Young (1999) bahwa penggunaan internet secara berlebihan dapat menimbulkan seorang pelajar mengalami masalah akademik. berdasarkan survey, 58% siswa dilaporkan mengalami penurunan belajar secara signifikan dan sering membolos. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Huang (2006) Chatting merupakan salah satu aktivitas yang mudah dan nyaman bagi seseorang dalam mencari apa yang mereka butuhkan dan sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah. Chatting juga merupakan salah satu aktivitas yang dilakukan oleh remaja dalam rangka proses pencarian identitas. Huang (2009) menambahkan bahwa kecanduan *chatting* mengakibatkan seseorang mengalami masalah pada pekerjaan yang berkaitan dengan bidang akademik maupun pekerjaan. Misalnya pada individu yang menghabiskan waktunya di malam hari untuk *chatting* maka bisa dipastikan esok harinya akan merasa lelah sehingga mengganggu kinerjanya. Seseorang yang kecanduan chatting juga mengalami masalah dalam kehidupan sosialnya karena mereka merasa lebih nyaman untuk berkomunikasi dengan teman di dunia maya.

Rothblum (1984) berpendapat bahwa seorang prokrastinator yang melakukan penundaan terhadap suatu tugas tidak hanya berkorelasi dengan kebiasaan belajar tetapi juga melibatkan aspek kognitif dan afektif. Prokrastinator yang melakukan penundaan karena takut gagal juga dipengaruhi oleh aspek kognitif dan afektif. Berdasarkan hasil penghitungan skala kecanduan *chatting*, diperoleh *mean* empirik sebesar 99,9833 dengan standar deviasi sebesar 17,56488 dan rentang skor terbanyak berkisar antara 65 sampai 143. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa komunitas *chatting* kota Salatiga dan Jogjakarta termasuk dalam kategori sedang dalam hal kecanduan *chatting*.

Berdasarkan hasil penghitungan skala prokrastinasi akademik, diperoleh *mean* empirik sebesar 109,1333 dengan standar deviasi sebesar 17,31803 dan rentang skor terbanyak berkisar antara 55 sampai 140. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa komunitas *chatting* kota Salatiga dan Jogjakarta termasuk dalam kategori sedang dalam hal prokrastinasi akademik.

Besarnya sumbangan efektif variabel kecanduan *chatting* untuk prokrastinasi akademik pada mahasiswa sebesar 52,5%, dapat dilihat dari $R^2 = 0,525$. Hal ini mengindikasikan bahwa 52,5% prokrastinasi akademik pada mahasiswa dipengaruhi oleh kecanduan *chatting*, sedangkan 47,5% yang lainnya dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Seperti yang disebutkan Ferrari (Ghufron, 2010) bahwa ciri-ciri prokrastinasi akademik adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dengan realisasinya, serta melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas.

Berdasarkan pendapat dari subjek penelitian, melakukan *chatting* apalagi sampai kecanduan dapat mempengaruhi kegiatan belajar subjek peneliti. Hal ini dikarenakan saat melakukan *chatting*, *chatter* keasyikan mengobrol dengan teman *chatt*, selain itu terdapat beberapa fasilitas *game* yang tersedia di mig33 sehingga mereka enggan untuk menutup aplikasi *chatt*. Hal inilah yang membuat mereka melakukan *chatting* lebih lama dari waktu yang direncanakan sehingga tugas-tugas yang harusnya diselesaikan tepat waktu menjadi terbengkalai karena terlalu asyik *chatting* sehingga terjadilah prokrastinasi akademik. Hal ini sesuai dengan pendapat Rachmana (2002) bahwa prokrastinator mempunyai ciri-ciri yang diantaranya adalah *impulsiveness* dan menunda hingga melebihi batas waktu.

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat diketahui bahwa makin tinggi kecanduan *chatting*, maka makin tinggi pula prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa. Sebaliknya, makin rendah kecanduan *chatting*, maka makin rendah pula prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat bukti empiris yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara antara kecanduan *chatting* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa komunitas mig33 di Salatiga dan Yogyakarta. Sumbangan efektif kecanduan *chatting* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa komunitas mig33 Salatiga dan Jogjakarta sebesar 52,5%.

Dari hasil penelitian ini maka diharapkan pada para mahasiswa untuk bisa mengelola waktu dengan baik dan disiplin dalam melaksanakan *time schedule* yang telah dibuat supaya tidak menjadi prokrastinator.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghufron, M. Nur dan Risnawati S, Rini. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Huang. (2006). Identity and Intimacy Crises and Their Relationship to Internet Dependence among College Students. *Journal of Cyberpsychology and Behavior*.
- Huang, H. (2006). Instan Messaging Addiction among Teenagers in China. *Journal of Cyberpsychology and Behavior*
- Rachmana, R.S., (2002). *Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa*. Psikodimensia. Vol.2 No.3.
- Rizvi, Prawitasari, dan Soetjipto. (1997). Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologika*, (3), hal. 51-66.
- Rothblum,L.J. (1984). Academic Procrastination : Frequency and Cognitive-Behavioral Correlates. *Journal of Counseling Psychology*
- Young, K.S. (1999). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluations, and Treatment*. In L.VandeCreck & T.L. Jackson (Eds). *Innovations in Clinical Practice* (Volume 17). Sarasota, FL: Professional Resource Press. (<http://www.netaddiction.com/articles/symptoms.pdf>). Diunduh 5 November 2009.