

**HUBUNGAN KECANDUAN *GADGET* DENGAN PERILAKU
PROKRASINASI PADA SISWA SMA MULIA PRATAMA
MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana
di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area**

OLEH:

NORA BR. HALOHO

16.860.0288



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2023

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 3/4/23

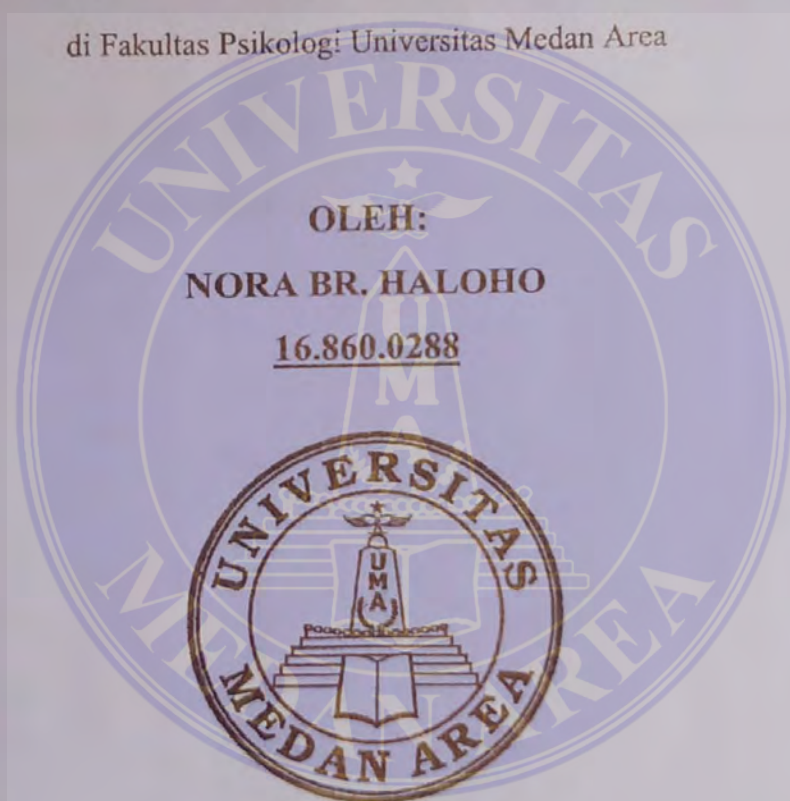
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

**HUBUNGAN KECANDUAN *GADGET* DENGAN PERILAKU
PROKRASTINASI PADA SISWA SMA MULIA PRATAMA
MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana

di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2023**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 3/4/23

**HUBUNGAN KECANDUAN *GADGET* DENGAN PERILAKU
PROKRASINASI PADA SISWA SMA MULIA PRATAMA
MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana

di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area



OLEH:

NORA BR. HALOHO

16.860.0288

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2023

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

ii

Document Accepted 3/4/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

HALAMAN PERSETUJUAN

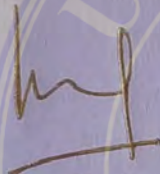
JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI PADA SISWA MULIA PRATAMA MEDAN
NAMA : NORA BR HALOHO
NPM : 16.860.0288
BAGIAN : PSIKOLOGI PENDIDIKAN

MENYETUJUI:

KOMISI PEMBIMBING

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II



Dra. Mustika Tarigan M.Psi

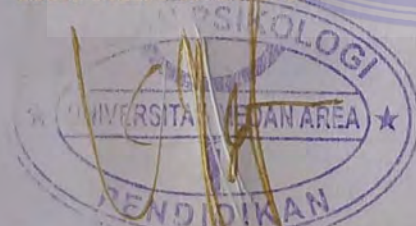


Dr. Syafrizaldi S.Psi, M.Psi

MENGETAHUI:

KEPALA BAGIAN

DEKAN



Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Si



Hasanuddin, Ph.D

Taggal Sidang Meja Hijau

(08 Desember 2022)

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

HALAMAN PENGESAHAN

**DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT- SYARAT GUNA
MEMPEROLEH DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI**

Pada Tanggal, 08 Desember 2022



Dewan Penguji

1. Dra. Mustika Tarigan, M.Psi
2. Dr. Syafrizaldi S.Psi, M.Psi
3. Farida Hanum Siregar, S.Psi, M.Psi
4. Andy Chandra, S.Psi, M.Psi

Tanda Tangan

Four horizontal lines with handwritten signatures in gold ink written over them, corresponding to the members of the examination board listed on the left.

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang telah saya susun, sebagai syarat dalam memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya oranglain telah dituliskan sumbernya secara jelas dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya, sesuai dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 08 Desember 2022



Nora Br Haloho

16.860.0288

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nora Br Haloho

NPM : 16.860.0288

Tahun Terdaftar : 2016

Program Studi : Psikologi Pendidikan

Fakultas : Psikologi

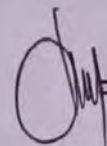
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk diberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa Mulia Pratama Medan**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan

Pada Tanggal: 08 Desember 2022

Yang menyatakan



(Nora Br Haloho)

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 3/4/23

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas berkat dan kekuatan yang telah diberikan kepada saya, beserta kepada kedua orangtua saya serta kakak dan adik-adik saya yang tak pernah berhenti mendoakan dan memberikan kasih sayang dalam mewujudkan cita-cita saya.

Dengan penuh ketulusan hati skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya terkasih dan tercinta bapak Nelson Sihaloho dan Ibu Martariana Br Bancin, semoga ini adalah awalan bagi saya agar dapat membahagiakan serta membanggakan kalian amen.

Untuk kedua kakakku Ester dan Debora, ketiga adikku Simon, Yusuf, dan Angel yang tak pernah bosan membantu baik dari segi waktu dan materil untuk mengurus keperluan kuliah, serta tak pernah lelah untuk memberi semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga ini adalah langkah awal saya untuk dapat membahagiakan dan membanggakan kalian, semua pengorbanan kalian tidak akan dapat saya balas oleh apapun didunia ini, terimakasih telah banyak membantu dan mengambil peran dalam kehidupan saya, saya menyanyangi kalia semua.

Dan untuk diri saya sendiri Nora Br Haloho, terimakasih sudah berusaha dan berjuang sampai sejauh ini, meskipun banyak rintangan, jatuh bangun, serta airmata yang keluar dalam menyelesaikan skripsi ini, meskipun penyelesaiannya lebih lama, tetapi ingatlah terlambat bukan berarti gagal. Semangat terus untuk melewati proses-proses dalam hidup ini.

MOTTO

“ADALAH BAIK MENANTI DENGAN DIAM PERTOLONGAN TUHAN”

(RATAPAN 3:26)

*“BERSERULAH KEPADA-KU MAKA AKU AKAN MENJAWAB ENGKAU DAN
AKAN MEMBERITAHUKAN KEPADAMU HAL-HAL YANG BESAR DAN YANG
TIDAK TERPAHAMI, YAKNI HAL-HAL YANG TIDAK KAU KETAHUI”*

(YEREMIA 33:3)

*“KARENA MASA DEPAN SUNGGUH ADA, DAN HARAPANMU TIDAK AKAN
HILANG”*

(AMSAL 23:18)

*“JANJI TUHAN ADALAH JANJI YANG MURNI, BAGAIKAN PERAK YANG
TERUJI, TUJUH KALI DIMURNIKAN DALAM DAPUR PELEBURAN
DITANAH”*

(MAZMUR 12:7)

*“HIDUP HANYA SEKALI JANGAN SAMPAI SALAH DALAM MENGAMBIL
KEPUTUSAN, SELALU LIBATKAN TUHAN DALAM SETIAP
KEPUTUSANMU”*

(NORA BR HALOHO)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Nora Br. Haloho

Tempat/Tanggal Lahir : Medan, 29 April 1995

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen Protestan

Kebangsaan : Indonesia

Alamat : Dusun IV Desa Simalingkar A

Menerangkan Dengan Sebenarnya:

1. Tamatan SDN 0686007 Medan Tahun 2001-2007
2. Tamatan SMPN 31 Medan Tahun 2007-2010
3. Tamatan SMKN 7 Medan Tahun 2010-2013

Demikian Daftar Riwayat Hidup ini saya perbuat dengan sebenarnya

KATA PEGANTAR

Segala Puji dan Syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas Berkat dan Karunia-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan”

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa begitu banyak pihak yang telah turut membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Melalui kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati, peneliti ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

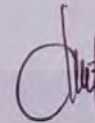
1. Bapak Drs. M. Erwin Siregar, MBA selaku ketua Yayasan Pendidikan Haji Agus Salim.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan M.Eng. M.Sc selaku rektor Universitas Medan Area
3. Bapak Hasanuddin, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
4. Ibu Ayudia Popy Sesilia, S.Psi, M.Si selaku ketua jurusan Psikologi Pendidikan
5. Ibu Dra. Mustika Tarigan, M.Psi selaku dosen pembimbing I (satu) yang telah banyak berjasa dalam memberikan banyak ilmu, arahan, masukan dan semangat kepada saya, ibu yang selalu sabar dalam membimbing dan membuat saya paham dengan penjelasan yang ibu sampaikan
6. Bapak Dr. Syafrizaldi S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing II (dua) yang telah banyak berjasa dalam memotivasi saya serta memberi arahan penting dalam proses penyelesaian skripsi saya

7. Ibu Farida Hanum Siregar S.Psi, M.Psi selaku sekretaris yang sudah berbaik hati berkenan untuk menjadi notulen dalam sidang meja hijau dan memberikan masukan ilmunya kepada saya untuk penyelesaian skripsi ini.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu selama saya mengemban pendidikan S1 membuat saya banyak belajar hingga akhirnya saya bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
9. Untuk keluarga ku tercinta bapak dan mamak serta kakak dan adik yang telah banyak membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini, meskipun melewati banyak drama yang kuciptakan tetapi kalian tidak pernah lelah untuk memotivasiku untuk tetap semangat, aku sangat mencintai kalian, kalian adalah harta yang paling berharga untukku di dunia ini.
10. Untuk sahabat rasa saudara cung, terimakasih sudah ada dan selalu hadir dalam setiap momentku, terimakasih atas semangat dan doa-doa terbaik yang selalu diberikan, meskipun mulutnya suka pedas.
11. Terimakasih untuk kepala sekolah mulia pratama mendiang bapak Sitorus dan ibu Miriam Bukit yang sudah berbaik hati untuk memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di sekolah mulia pratama serta membantu dari awal penelitian sampai berakhirnya penelitian ini.
12. Terimakasih untuk adik-adik SMA Mulia Pratama Medan yang sudah bersedia menjadi Sampel dalam penelitian ini, semoga kalian dapat meraih cita-cita kalian
13. Terimakasih untuk teman-temanku Eka Putri Aprilia, Alm Desy Arvista, Desty Sianipar S.Psi dan Laura Tambun S.Psi yang sudah banyak membantu, memberikan semangat, mendegarkan sejuta drama ku, semoga Tuhan membalas kebaikan kalian

14. Rekan seperjuangan Psi'16 C1, terima kasih untuk kebersamaannya selama duduk di bangku perkuliahan
15. Seluruh staff pegawai Akademik, kemahasiswaan, TU, & Perpustakaan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah banyak membantu dan memberi kemudahan dalam mengurus administrasi serta referensi buku, sejak awal perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini
16. Beserta semua pihak yang turut serta membantu namun tidak dapat penulis sebutkan satu persatu disini, terima kasih atas bantuan dan kerjasamanya

Saya selaku peneliti sangat menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Untuk itu, kritik dan saran serta dukungan yang membangun senantiasa peneliti terima. Semoga kebaikan yang kalian berikan kepada saya selaku peneliti, akan mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Tuhan Yang Maha Esa Amin. Akhir kata saya selaku peneliti mengharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca untuk perkembangan ilmu psikologi.

Medan, 08 Desember 2022



Nora Br. Haloho

16.860.0288

ABSTRAK

HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN PERILAKU PROKRASTINASI PADA SISWA SMA MULIA PRATAMA MEDAN

Oleh:

NORA BR HALOHO

16.860.0288

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa. Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Kecanduan *gadget* adalah terlalu lama menghabiskan waktu bermain *gadget* hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Prokrastinasi adalah perilaku menunda nunda tugas penting akademik yang harus di selesaikan dan lebih memilih melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Mulia Pratama Medan yang berjumlah 86 orang dan menggunakan teknik pengampilan sampel *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala, adapun skala yang peneliti gunakan yaitu dengan aitem skala kecanduan *gadget* Kwon, dkk (2013) dan aitem skala prokrastinasi Kartadinata & Sia (2008). Berdasarkan hasil uji korelasi *r product moment* terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa-siswi SMA Mulia Pratama Medan. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi (r_{xy}) 0,427 dengan signifikan (P) $0,000 < 0,5$ yang artinya semakin tinggi tingkat kecanduan *gadget* maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi siswa-siswi. Begitupun sebaliknya, semakin rendah tingkat kecanduan *gadget* maka semakin rendah perilaku prokrastinasi pada siswa-siswi. Dengan demikian hipotesis yang peneliti ajukan diterima. Kecanduan *gadget* tergolong tinggi dimana mean hipotetik $120 < \text{mean empirik}$ yaitu 139,16 dan selisihnya melebihi bilangan SD yaitu 13,418. Prokrastinasi tergolong tinggi dimana mean hipotetik $120 < \text{mean empirik}$ 144,87 dan selisihnya lebih dari bilangan SD yaitu 16,084. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antar variabel bebas X (kecanduan *gadget*) dengan variabel terikat Y (prokrastinasi) yaitu = 0,182 yang berarti bahwa kecanduan *gadget* mempengaruhi prokrastinasi sebesar 18,2 %.

Kata Kunci: Siswa-siswi SMA, Kecanduan *Gadget*, Prokrastinasi

ABSTRACT

**THE CORELATION OF GADGET ADDICTION WITH
PROCRASTINATION BEHAVIOR FOR STUDENTS OF SMA MULIA
PRATAMA MEDAN**

By:

NORA BR HALOHO

16.860.0288

This study aims to determine the correlation between gadget addiction and procrastination behavior in students. The approach in this research is a quantitative approach with the type of correlation research. Gadget addiction is spending too much time playing gadgets to interfere with daily activities. Procrastination is the behavior of postponing important academic tasks that must be completed and preferring to do activities that are considered more enjoyable. The subjects in this study were students of SMA Mulia Pratama Medan, totaling 86 people and using a purposive sampling technique. Data collection was done using a scale, while the scale that the researchers used was the gadget addiction scale item Kwon, et al (2013) and the Kartadinata & Sia procrastination scale item (2008). Based on the results of the product moment r correlation test, there was a significant positive relationship between gadget addiction and procrastination behavior in SMA Mulia Pratama Medan students. This evidenced by the correlation coefficient (r_{xy}) 0.427 with a significant (P) $0.000 < 0.5$, which means that the higher the level of gadget addiction, the higher the procrastination behavior of students. Vice versa, the lower the level of gadget addiction, the lower the procrastination behavior in students. Thus, the hypothesis that the researcher proposes was accepted. Gadget addiction was high, where the hypothetical mean is $120 <$ the empirical mean is 139.16 and the difference exceeds the SD number, which 13,418. Procrastination was high, where the hypothetical mean is $120 <$ the empirical mean is 144.87 and the difference were more than the SD number, which 16.084. The determinant coefficient (r^2) of the relationship between the independent variable X (gadget addiction) and the dependent variable Y (procrastination) was $= 0.182$, which means that gadget addiction affects procrastination by 18.2%.

Keywords: Senior High School, Gadget Addiction, and Procrastination.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PESETUJUAN PUBLIKASI	vi
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
HALAMAN PERSEMABAHAN	vii
MOTTO	viii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK	xiii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah	13
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Prokrastinasi	15
1. Definisi Prokrastinasi	15
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi.....	17
3. Ciri-Ciri Prokrastinasi	20
4. Aspek-Aspek Prokrastinasi	23
B. Kecanduan <i>Gadget</i>	26
1. Definisi <i>Gadget</i>	26

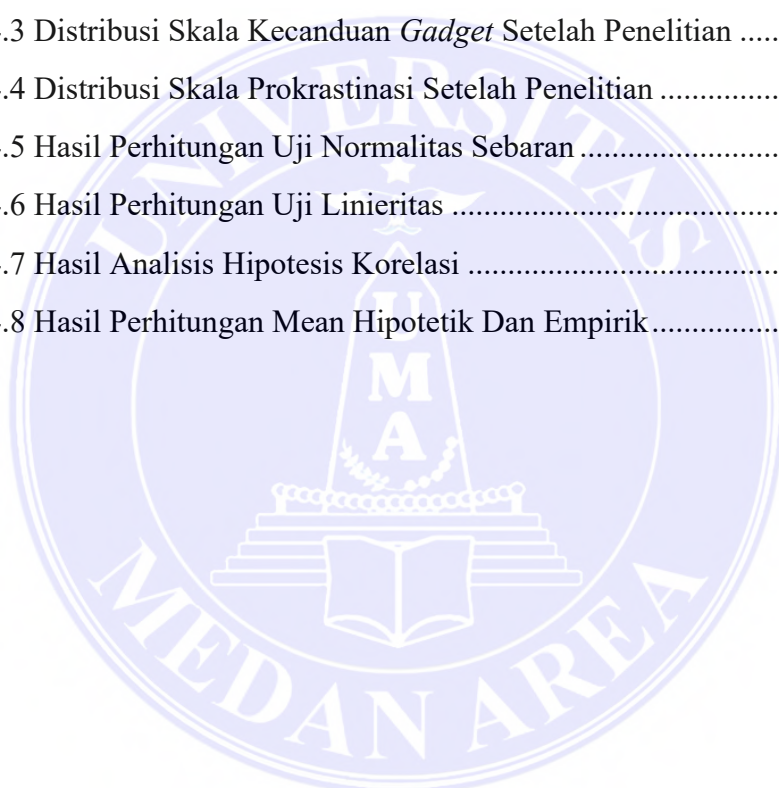
2. Definisi Kecanduan	27
3. Definisi Kecanduan <i>Gadget</i>	28
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan <i>Gadget</i>	29
5. Ciri-Ciri Kecanduan <i>Gadget</i>	31
6. Aspek-Aspek Kecanduan <i>Gadget</i>	32
C. Hubungan Kecanduan Gadget dengan Perilaku Prokrastinasi	34
D. Kerangka Konseptual	38
E. Hipotesis	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Tipe Penelitian.....	40
B. Identifikasi Variabel Penelitian	40
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	41
1. Kecanduan <i>Gadget</i>	41
2. Prokrastinasi	41
D. Subjek Penelitian.....	42
1. Populasi	42
2. Sampel.....	42
3. Teknik Pengambilan Sampling	44
E. Teknik Pengumpulan Data	44
F. Analisis Data.....	47
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN.....	50
A. Orientasi Kancan	50
1. Definisi Siswa	50
2. Kebutuhan Siswa.....	51
3. Tugas Perkembangan Siswa.....	53
B. Persiapan Penelitian.....	56
C. Pelaksanaan Penelitian	61
D. Analisis Data dan Hasil Penelitian	61
E. Pembahasan	73

BAB V SIMPULAN DAN SARAN	79
A. Simpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN	xviii



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Siswa SMA Mulia Pratama T.A 2021/2022.....	42
Tabel 3.2 Jumlah Sampel Penelitian	43
Tabel 3.3 Butir Pilihan Jawaban Skala Prokrastinasi.....	45
Tabel 3.4 Butir Pilihan Jawaban Skala Kecanduan <i>Gadget</i>	46
Tabel 4.1 Distribusi Skala Kecanduan <i>Gadget</i> Sebelum Penelitian	58
Tabel 4.2 Distribusi Skala Prokrastinasi Sebelum Penelitian	60
Tabel 4.3 Distribusi Skala Kecanduan <i>Gadget</i> Setelah Penelitian	63
Tabel 4.4 Distribusi Skala Prokrastinasi Setelah Penelitian	65
Tabel 4.5 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	66
Tabel 4.6 Hasil Perhitungan Uji Linieritas	67
Tabel 4.7 Hasil Analisis Hipotesis Korelasi	68
Tabel 4.8 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik Dan Empirik.....	71



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Struktur Organisasi Sekolah SMA Mulia Pratama	55
Gambar 4.2 Kurva Normal Variabel Kecanduan <i>Gadget</i>	72
Gambar 4.3 Kurva Normal Variabel Prokrastinasi	72



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan aktivitas yang berlangsung sepanjang hidup manusia, berbicara tentang pendidikan semua sudah pasti mengetahui betapa pentingnya hal tersebut. Pendidikan dan pengetahuan merupakan modal yang harus dimiliki untuk hidup di zaman yang serba sulit pada saat ini. Pendidikan itu sendiri tidak dapat dipisahkan dari istilah belajar karena pada dasarnya belajar merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan suatu kegiatan yang pokok atau utama dalam dunia pendidikan. Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya. Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri.

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting bagi suatu bangsa untuk menunjukkan kualitas, serta memajukan bangsa itu sendiri. Pendidikan pada umumnya dapat dilakukan secara formal dan informal. Sekolah adalah salah satu bentuk pendidikan formal dan merupakan lingkungan kedua sebagai tempat untuk membina dan membimbing anak selain di rumah. Individu dapat menerima pengalaman baru serta dapat mengembangkan segala aspek yang dimiliki untuk menjadi lebih baik dan bermanfaat di sekolah. Pendidikan formal di sekolah memiliki tingkatan mulai dari SD, SMP sampai dengan SMA/SMK. Individu

yang mengikuti pendidikan formal di sekolah disebut sebagai siswa. Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu tingkat pendidikan formal yang bertujuan untuk mempersiapkan siswa menuju pendidikan di Perguruan Tinggi. Setiap sekolah menginginkan siswa-siswanya untuk mematuhi peraturan sekolah, rajin belajar, dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan serta memiliki prestasi yang baik sehingga dapat menjunjung tinggi almamater sekolah. Namun, untuk mewujudkan keinginan tersebut bukanlah hal yang mudah bagi setiap sekolah

Sebagai peserta didik, tentunya siswa tidak lepas dari yang namanya tugas-tugas akademik seperti tugas-tugas latihan, ujian semester, hafalan, praktikum, juga kehadiran tepat waktu. Sekolah juga memberikan pekerjaan rumah (PR), ini merupakan tugas yang diberikan oleh guru sekolah untuk dikerjakan di rumah. Alasan pemberian pekerjaan rumah adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai materi-materi yang telah diajarkan oleh gurunya. Pekerjaan rumah dipercaya menjadi arti penting bagi kedisiplinan ingatan murid, ingatan tidak hanya digunakan sebagai perolehan pengetahuan saja tetapi juga latihan mental individu, sehingga pekerjaan rumah dianggap sebagai salah satu strategi penting dalam pengajaran. Dalam setiap tugas yang diberikan tentunya memiliki batasan waktu dalam pengumpulan, dengan demikian seorang siswa harus memakai rentang waktu 24 jam dengan sebaik-baiknya dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sampai pada waktu pengumpulan tugas bidang studi tersebut demi mewujudkan siswa yang disiplin dan berprestasi serta mampu meraih cita-cita secara optimal. Pada kenyataannya banyak siswa yang suka menunda untuk memulai tugas-tugas sekolah yang harus dikerjakan.

Dalam bidang akademik sering terlihat penundaan mengerjakan tugas sekolah yaitu di kalangan pelajar, salah satunya adalah siswa SMA. Perilaku belajar siswa yang beraneka ragam mempengaruhi tingkat keberhasilan yang diperoleh. Perilaku belajar yang baik dapat terwujud apabila siswa sadar akan tanggung jawab sebagai seorang pelajar. Ketika siswa termotivasi untuk belajar, seringkali hal tersebut hanya berhenti sampai tataran kognitif saja sehingga ketika sampai pada tindakan yang nyata, maka siswa tersebut sering melakukan kebalikannya. Siswa cenderung menunda-nunda apa yang bisa dilakukan pada saat itu dengan berbagai macam alasan sehingga waktu yang dimiliki tidak dikelola dengan baik. Sebagian besar siswa memiliki pola pikir yang salah, siswa beranggapan bahwa waktu yang dimiliki masih cukup banyak dan dapat menyelesaikannya dengan cepat serta tepat sehingga siswa memiliki pengelolaan waktu yang kurang atau tidak disiplin waktu. Dengan pola pikir yang demikian, siswa semakin terdorong untuk menunda-nunda pekerjaannya.

Banyak siswa yang lebih memilih melakukan hal-hal yang dianggap lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas akademik, seperti nongkrong dengan teman-teman saat sebelum ataupun sesudah pulang sekolah dengan alasan bosan berada di rumah terlalu cepat, menonton *film* bersama teman-teman sekelompok atau pasangan kekasih di bioskop agar tidak ketinggalan film yang sedang *hits*, *hangout* di *cafe* dan *mall* yang sedang *hits* demi memenuhi konten foto maupun video dalam sosial media siswa tersebut. Tak jarang siswa membohongi orang tua dengan membuat alasan kerja kelompok agar terhindar dari tugas-tugas saat sesudah pulang sekolah. Membaca novel baik di toko buku

maupun dalam aplikasi online juga sering dilakukan, serta bermain aplikasi online serta sosial media yang ada di dalam *gadget (smartphone)* tanpa memiliki batasan waktu, bahkan sering terlihat anak-anak sekolah yang membawa pengisi daya *smartphone (charger)* saat ke sekolah padahal sekolah merupakan tempat siswa belajar, sehingga tidak memerlukan pengisi daya *smartphone* saat berada di sekolah. Hal-hal tersebut tentunya membuat siswa menghabiskan banyak waktu untuk hal hal yang tidak mendukung prestasi belajar, siswa akhirnya lalai dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah serta dapat membuat siswa menunda bahkan sampai tidak menyelesaikan tugas-tugas sekolah yang memiliki batasan waktu. Jika penundaan ini terus-menerus dilakukan, tentu mengakibatkan penurunan nilai akademik siswa itu sendiri dan hal terburuknya dapat mengakibatkan tinggal kelas yang dapat merugikan siswa itu sendiri.

Dalam istilah psikologi menunda pekerjaan termasuk tugas sekolah disebut prokrastinasi, dan orang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator. Prokrastinasi adalah kegagalan dalam melakukan kegiatan akademik dalam jangka waktu yang diinginkan atau menunda untuk menyelesaikan tugas sampai akhir kegiatan. Wolters (dalam Yuana 2013). Ferrari, (dalam Abdul 2017) menyebutkan empat ciri-ciri prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan.

Tjundjing (dalam Triyono dan Alfin, 2018) mengemukakan dampak perilaku prokrastinasi adalah memperoleh nilai rendah dalam bidang akademik.

Tugas tidak terselesaikan, atau diselesaikan namun hasilnya tidak maksimal karena dikejar *deadline*. Menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan lebih tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Disamping itu sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah. Salomon dan Rothblum, (dalam Nela dkk, 2013).

Perilaku prokrastinasi juga terjadi di sekolah Mulia Pratama Medan, hal ini terlihat oleh peneliti saat melakukan observasi berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi. Banyak siswa yang tidak mengumpulkan tugas yang diberikan guru di kelas karena asyik bercanda dengan teman sewaktu mengerjakan tugas, bahkan terlihat banyak siswa yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah (pr) meski sudah diberi tenggang waktu dalam pengumpulan. Peneliti juga melihat pada setiap kelas banyak siswa/siswi yang tidak memperhatikan saat guru sedang menyampaikan materi pembelajaran, banyak terlihat siswa tidak langsung mengerjakan tugas yang telah diberikan guru dan lebih memilih melihat *handphone*, *selfie*, beberapa siswa juga terlihat berkumpul dalam satu kelompok yang berada di sudut belakang kelas saat guru meninggalkan kelas yang sudah diberikan tugas terlebih dahulu, bahkan terlihat beberapa siswa sedang mengisi daya *smartphone* baik lewat *charger* maupun lewat *powerbank* yang dibawa dari rumah sembari memainkan *smartphone* nya, banyak siswa yang masih berkeliaran di halaman serta di seputaran sekolah, nongkrong di kantin sekolah pada saat jam pelajaran berlangsung, padahal guru piket sudah memerintahkan untuk tidak berkeliaran di halaman serta di sekitar kelas di luar dari waktu istirahat sekolah.

Peneliti juga melihat saat pulang sekolah terlihat siswa yang memilih nongkrong di luar sekolah dan tidak langsung pulang kerumah, saat peneliti bertanya apa yang dilakukan oleh siswa dan siswi tersebut, mereka menjawab tidak apa-apa hanya malas jika langsung pulang kerumah dan kegiatan ini hampir setiap hari mereka lakukan setelah pulang sekolah, peneliti juga mencoba melihat warnet (warung internet) yang berlokasi tidak jauh dari sekolah juga dipenuhi siswa/ siswi sekolah Mulia Pratama yang sedang bermain *game online*, serta pada parkir sepeda motor terlihat juga beberapa pasangan sedang duduk di atas sepeda motor sambil bercerita, dan saat peneliti bertanya mengapa mereka tidak pulang kerumah, mereka pun menjawab malas jika langsung pulang kerumah dan lebih menyenangkan berada di tempat itu karena dapat bermain-main bersama teman dan bebas bermain smartphone tanpa ada larangan dari orangtua karena orangtua tidak mengetahuinya.

Peneliti juga berkeinginan untuk memaparkan nilai penurunan akademik siswa dari tahun ke tahun, serta jumlah siswa yang mengalami tinggal kelas. Namun karena adanya alasan khusus dari peraturan sekolah, kepala sekolah tidak memberi izin untuk memberikan data penurunan nilai akademik siswa, karena itu dianggap sebagai rahasia sekolah yang tidak bisa untuk dipublikasikan.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru bidang studi dan wali kelas. Adapun isi wawancara tersebut yang di lakukan dengan guru biologi yang berinisial K adalah

Ya gitu lah nak, murid disini sering tidak mengerjakan PR, bahkan ada beberapa siswa yang tidak masuk saat jam pelajaran berlangsung karena

tidak siap PR, kalau disuruh jawab pertanyaan dari buku cetak dan dikasih waktu sampai pergantian les, saat bel berbunyi banyak yang tidak siap, ada aja alasan nya supaya jadi PR, udah jadi PR pun banyak juga yang tidak menyerahkan, begitulah siswa disini nak.

Adapun isi wawancara yang dilakukan dengan wali kelas yang berinisial S adalah

Murid ibu disini bisa dibilang semuanya punya handphone ya. terkadang itulah nak yang buat mereka jadi malas belajar, Sibuk aja mau liat handphone nya, ntah apa pun yang dilihat di handphone ibu pun ga tau tapi sebentar sebentar tangan nya memegang handphone, ujung-ujungnya PR tidak siap, tugas tidak dikumpul, walaupun dikasih hukuman tidak jera, terkadang banyak guru malas jadinya menghukum mereka karena tidak ada perubahan dari anak itu sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dengan beberapa guru bidang studi yang ada di sekolah Mulia Pratama Medan, peneliti melihat ada nya siswa yang gemar melakukan prokrastinasi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah faktor psikologis yaitu kurangnya kontrol diri dalam pemakaian *gadget*, remaja pada umumnya tergoda untuk terus-menerus memakai *gadget* sesaat setelah hendak berhenti menggunakan nya, bahkan tergoda untuk terus-menerus mengecek dan memeriksa *gadget* nya padahal tidak berbunyi sehingga mengabaikan tugas-tugas utama seorang siswa yang lebih penting untuk diselesaikan daripada menghabiskan waktu hanya untuk memeriksa dan bermain *gadget*, banyak siswa yang menjadi kurang mengasah kemampuan diri akibat terlalu banyak menghabiskan waktu untuk hal-hal yang dianggap lebih menyenangkan salah satunya adalah bermain *gadget* tanpa henti. Hal ini sesuai dengan pernyataan Millgran dkk (dalam Nafeesa, 2018) prokrastinasi disebabkan oleh faktor internal yakni kondisi psikologis individu yang meliputi rendahnya kontrol diri. Saat ini

banyak siswa yang tidak mampu mengontrol dirinya dalam melakukan kegiatan di luar kegiatan pelajaran atau sekolah salah satunya adalah dalam pemakaian *gadget*, dimana siswa tidak mampu mengendalikan diri baik dari segi waktu dan tempat saat memakai gadget sehingga menunda serta mengabaikan tugas dan tanggung jawab sebagai seorang siswa.

Saat ini para siswa telah dibekali *gadget* oleh orangtua dengan harapan dapat memperlancar proses belajar mengajar dan komunikasi antara orangtua dan siswa saat berada di luar rumah. Namun pada kenyataannya banyak siswa yang salah dalam menggunakan *gadget*, siswa menggunakan *gadget* untuk bermain aplikasi online seperti *instagram*, *facebook*, *whatsapp*, menonton *youtube*, bermain *game*, membaca novel dan dilakukan oleh siswa secara terus-menerus tanpa melihat waktu dan tempat, bahkan tidak jarang siswa tergoda tidur sampai larut malam demi bermain *gadget*, yang akhirnya dapat menyebabkan siswa terlambat datang kesekolah bahkan sampai tidak masuk sekolah karena bangun kesiangan. Banyak siswa yang tidak siap menghadapi kuis atau ujian dadakan yang diberikan oleh guru akibat tidak belajar dan mengulang pelajaran sesudah pulang sekolah. Dalam hal ini dapat dikatakan siswa tidak mampu lagi untuk mengontrol dirinya dalam menggunakan *gadget* begitu juga dengan orangtua yang masih kurang tegas terhadap anak dalam menerapkan peraturan waktu memakai *gadget*.

Banyak terdapat siswa yang bermain *gadget* tidak pada tempatnya yakni di dalam kelas pada saat pelajaran berlangsung, bahkan pada saat guru sedang memberikan materi pelajaran, banyak siswa yang masih tergoda untuk

memainkan *gadget* sehingga fokusnya menjadi terbagi antara pelajaran dengan *gadget*, padahal sekolah sudah menetapkan peraturan bahwa dilarang bermain *gadget* saat pelajaran berlangsung, namun pihak sekolah sendiri tidak memberikan sanksi yang tegas kepada siswa yang kedapatan bermain *gadget* di dalam kelas, sehingga masih banyak siswa yang melanggar peraturan tersebut.

Ditambah lagi dalam keadaan pandemi sekarang sekolah menerapkan sistem belajar *daring* sesuai dengan aturan pemerintah. Hal ini membuat siswa jadi semakin dekat dengan *gadget*, tak jarang siswa memainkan *gadget* dengan alasan membaca materi serta tugas yang diberikan guru lewat grup, padahal siswa sedang asyik *chatting* dengan teman dan membuka aplikasi yang ada dalam *gadget*. Jika perbuatan ini berlangsung secara terus-menerus dapat berdampak buruk bagi siswa itu sendiri, dan perbuatan terus-menerus inilah yang dinamakan kecanduan, hal ini sesuai dengan pendapat Ma'rifatul Laili & Nuryono (2015) kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus-menerus dengan sebuah aktivitas meskipun hal-hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif. Dengan demikian dapat diasumsikan salah satu faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah kecanduan *gadget*.

Secara umum *gadget* adalah sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia” (Iswidharmanjaya, 2014). Gadget dapat dimaknai sebagai suatu alat yang dapat dengan mudah terkoneksi dengan internet, dimana dengan gadget kita dapat mengakses situs jejaring seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, *youtube*, serta *game* yang dapat membuat kecanduan. Kecanduan gadget didefinisikan sebagai

merupakan perilaku terlalu lama menggunakan *gadget (smartphone)* sehingga mengganggu kehidupan pengguna sehari-hari. Griffiths (dalam Anisa, 2018).

Ciri-ciri kecanduan *gadget* yaitu, menurut Mahayana pecandu *gadget* memiliki waktu bermain gadget cukup lama yakni diatas 8 jam dalam sehari dengan perhitungan 4,8 menit sekali sebanyak 100-200 perhari (dalam Ihsan, 2017), fokus berkurang, menjadi lebih emosional. Sulit mengambil keputusan, kematangan semu (terlihat besar fisik tetapi jiwa belum matang, sulit berkomunikasi dengan orang lain, tidak ada perubahan raut muka untuk mengekspresikan perasaan, daya juang rendah, anti sosial dan sulit berhubungan dengan orang lain, yaitu menjadi anak yang kurang peka terhadap keadaan lingkungan sekitarnya, bersifat bebas dan tanpa kontrol dari pihak manapun, mengurangi kemampuan dan kemauan untuk bersosialisasi secara langsung, tidak memahami nilai-nilai moral, Suardi (2006)

Handrianto (dalam Junnierisa, 2018) mengatakan bahwa, *gadget* memiliki dampak positif dan juga negatif. Dampak positif adalah berkembangnya imajinasi, melatih kecerdasan, meningkatkan rasa percaya diri, mengembangkan kemampuan dalam membaca, matematika, dan pemecahan masalah. Dampak negatif adalah penurunan konsentrasi saat belajar, malas menulis dan membaca, penurunan dalam kemampuan bersosialisasi, kecanduan, dapat menimbulkan gangguan kesehatan, perkembangan kognitif anak terhambat, dapat mempengaruhi perilaku anak.

Fenomena kecanduan *gadget* juga terlihat dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap dua orang siswa, adapun wawancara yang dilakukan terhadap siswi pertama yang berinisial F

Biasanya kalau guru ngasih tugas aku ngerjainnya nanti kak, kalau ga siap bisa jadi PR. Biasanya sih main HP kak liat story kawan-kawan yang lagi hits karna aku pengen niru sih kak, main game juga, ya ada dari IG, WA, FB mana ajalah kak, kalau PR aku ngerjainnya pas mau di kumpul, iya sambil main HP mengerjakannya. Kalau tidur sih aku biasanya jam 12an kak, kadang lebih juga karena asik aja main Hp, jadi gak ngerasa ngantuk kak. Kalau di kelas besok nya sih pasti ngantuk cuma ya itu kak balik pegang HP lagi pasti hilang ngantuk nya.

Adapun hasil wawancara yang dilakukan terhadap siswa yang kedua yang berinisial S

Ya aku sih kak ngerjai PR pas detik-detik terakhir waktu pas udah mau ngumpul, itupun kalau siap kadang ga siap ya gak ngumpul kak. Kadang ada kawan yang mau ngasih nyontek kalau udah siap punya dia. Seringlah kak main hp karena kan kawan kawan ngechat jadi di balasinlah. Tergantung kak ada dari FB, WA, kalau IG liat liat updatean aja kak. Kebetulan aku juga suka baca novel kan kak, jadi sekarang kan ada webtoon jadi bisa baca novel lewat hp. Kalau masalah nilai sih palingan entaran lah pas bagi raport. Kalau aku biasanya tidur selalu di atas jam 1 karena ke asyikan baca webtoon, keknya nangung aja kalau ga selesai dibaca. Ya besok nya di sekolah ada rasa ngantuk cuma kalau udah merumpi ama kawan, megang HP hilang itu kak.

Berdasarkan uraian, observasi dan wawancara maka peneliti tertarik untuk mengambil judul yaitu “Hubungan Kecanduan *Gadget* Dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan”.

B. Identifikasi Masalah.

Dari uraian latar belakang di atas, dapat diidentifikasi masalah yang muncul, peneliti melihat banyaknya siswa yang melakukan prokrastinasi akademik yang disebabkan oleh terlalu banyak bermain saat sebelum dan sesudah

pulang sekolah. Tingginya perilaku prokrastinasi pada siswa ditandai dengan banyak siswa yang tidak mengumpulkan tugas yang telah diberikan oleh guru, serta terlihat banyak siswa yang tidak merasa cemas atau takut saat akan diberi hukuman oleh guru.

Di sisi lain peneliti juga melihat salah satu faktor penyebab siswa melakukan prokrastinasi akademik adalah *gadget*, dimana hal ini terlihat oleh peneliti saat melakukan observasi banyak siswa yang terlihat sedang asyik bermain *gadget* tanpa memperdulikan tugas yang telah diberikan oleh guru padahal guru memberikan batasan waktu dalam menyelesaikan tugas tersebut, terlihat juga siswa yang mengantuk di dalam kelas yang disebabkan oleh begadang karena bermain *gadget*.

Karena itu peneliti menelaah dan melihat hubungan prokrastinasi akademik terhadap kecanduan *gadget* pada siswa SMA Mulia Pratama Medan dan teori tersebut perlu dibuktikan kebenarannya secara empiris dengan melakukan suatu penelitian sehingga dapat memberikan manfaat.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penelitian ini berfokus pada perilaku prokrastinasi yang disebabkan oleh kecanduan *gadget*. Prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda kegiatan akademik atau kegiatan penting dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan hingga batas waktu yang telah ditentukan. Kecanduan *gadget* adalah perilaku bermain *gadget* secara terus-menerus tanpa adanya kontrol diri baik dari segi

tempat maupun waktu. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang memiliki *gadget* pribadi, dan siswa menggunakan *gadget* lebih dari 8 jam dalam sehari. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 86 orang pada kelas X dan XI yang berstatus siswa/siswi SMA Mulia Pratama Medan.

D. Rumusan Masalah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu: “Apakah terdapat hubungan antara kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa SMA Mulia Pratama Medan?”

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk mengembangkan ilmu pendidikan, khususnya Bimbingan dan Konseling (BK) dalam mengurangi perilaku prokrastinasi pada siswa.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan informasi dan pemikiran bagi siswa, guru pengajar, dan tenaga kependidikan lainnya dalam mengurangi perilaku prokrastinasi dan penggunaan *gadget* di sekolah Mulia Pratama Medan.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Prokrastinasi

1. Definisi Prokrastinasi

Prokrastinasi akademik lazim disebut dengan penundaan kegiatan akademik. Prokrastinasi berasal dari bahasa latin “*procrastination* dengan awalan kata *pro* yang artinya bergerak maju dan *crastinus* yang berarti keputusan hari esok” Wyk (dalam Restu dan hendri, 2004). Jika digabungkan arti prokrastinasi menjadi menanggguhkan atau menunda sampai hari berikutnya. Pada kalangan ahli psikologi istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan.

Prokrastinasi adalah kegagalan dalam melakukan kegiatan akademik dalam jangka waktu yang diinginkan atau menunda untuk menyelesaikan tugas sampai akhir kegiatan. Wolters (dalam Yuana 2013). Prokrastinasi adalah sebuah penundaan atau menunda mengerjakan sesuatu tugas untuk beberapa waktu ke depan, sebab tugas tersebut dianggap berat, kurang menyenangkan dan kurang menarik, menurut Lay (dalam Triyono dkk, 2018). Adapun prokrastinasi menurut Steel (dalam Triyono dkk, 2018) adalah penundaan dengan sengaja terhadap kegiatan atau tugas yang berikan kepada seseorang, meskipun seseorang tersebut mengetahui bahwa perilakunya tersebut berpengaruh buruk untuk saat ini atau esok.

Akinsola, dkk (2007) mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai bentuk penghindaran dalam mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan oleh individu. Individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih menghabiskan waktu dengan teman atau pekerjaan yang lain yang sebenarnya tidak begitu penting daripada mengerjakan tugas yang seharusnya diselesaikan dengan cepat. Selain itu, individu yang melakukan prokrastinasi juga lebih memilih menonton film atau televisi daripada belajar untuk kuis atau ujian. Definisi prokrastinasi akademik menurut Ghufron dan Risnawita (dalam Triyono dkk, 2018) adalah jenis penundaan yang berhubungan dengan tugas formal dalam lingkup akademik.

Menurut Santrock (dalam Triyono dkk, 2018) prokrastinasi akademik adalah penundaan belajar yang dilakukan oleh seorang siswa untuk sebuah ujian sampai pada menit terakhir dan menyalahkan bahwa kegagalan tersebut karena sedikitnya waktu yang diberikan, sehingga menyimpangkan perhatian jauh dari kemungkinan bahwa mereka tidak berkompeten. Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut prokrastinator.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan dengan sengaja terhadap pekerjaan atau tugas-tugas yang penting untuk diri individu dan penundaan pekerjaan atau tugas-tugas dalam bidang akademik disebut prokrastinasi akademik, yang terjadi pada kalangan pelajar dan mahasiswa.

2. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi

Ghufon & Risnawati (dalam Nafeesa, 2018) mengategorikan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal.

Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu.

1) Kondisi Fisik Individu.

Faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue* (kelelahan). Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

2) Kondisi Psikologi Individu.

Menurut Millgram dkk (dalam Nafeesa, 2018), *trait* kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam *self-regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan

mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi antara lain rendahnya kontrol diri.

2. Faktor eksternal

Faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. faktor-faktor itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*.

1) Gaya Pengasuhan Orangtua.

Hasil penelitian Ferrari & Ollivete (dalam Nafeesa, 2018) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak, sedangkan tingkat pengasuhan demokratis ayah menghasilkan anak yang bukan procrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula.

2) Kondisi Lingkungan.

Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan dari pada lingkungan

yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa maupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prorastinasi seseorang.

Menurut Mustakim (2015) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prorastinasi akademik adalah:

- 1) *Locus of Control*, diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.
- 2) Faktor Dukungan Sosial, merupakan salah satu bentuk dorongan yang dilakukan oleh lingkungan sosial dalam bentuk nasihat verbal atau nonverbal yang memberikan manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu sebagai makhluk sosial.
- 3) Faktor Kepribadian, dapat di defenisikan sebagai suatu bentuk sifat-sifat yang ada pada diri individu yang sangat menentukan perilakunya. Kepribadian siswa akan mempengaruhi persepsi dan pengambilan keputusan untuk melakukan prorastinasi atau tidak.
- 4) Faktor *Perfectionisme*, merupakan salah satu aktualisasi diri ideal yang memiliki 3 aspek, yaitu pencarian keagungan *neurotic*, penuntut yang *neurotic*, dan kebanggan *neurotic* atau tidak menerima sesuatu yang belum sempurna.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prorastinasi terbagi menjadi 2 faktor yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu yang meliputi kondisi fisik (*fatigue*) dan

kondisi psikologis (kurangnya kontrol diri) dan faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu yang meliputi gaya pengasuhan orangtua dan rendahnya pengawasan lingkungan

3. Ciri - Ciri Prokrastinasi

Ferrari, dkk (dalam Laurentius, 2010) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam aspek dan indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati ciri-ciri tertentu berupa:

- 1) Adanya penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi dia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
- 2) Kelambanan dalam mengerjakan tugas. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Seorang prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian suatu tugas, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan, dalam arti

lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu tugas dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi akademik.

- 3) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Seorang procrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan sendiri. akan tetapi ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai.
- 4) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Menurut *University of Illinis Counseling Center*, 1996 (dalam Mayrika, Daharnis & Yusri, 2015) menyatakan prokrastinasi memiliki banyak bentuk, termasuk hal-hal berikut:

- 1) Mengabaikan tugas dengan harapan tugas tersebut akan berlalu.
- 2) Meremehkan tugas-tugas yang harus dikerjakan atau terlalu tinggi dalam menilai kemampuan dan sumber daya yang dimiliki.
- 3) Menggunakan waktu berjam-jam untuk bermain game dan menjelajahi internet.
- 4) Mengelabui diri sendiri dengan menyatakan bahwa performa yang biasa-biasa saja atau buruk sebagai suatu hal yang dapat diterima.
- 5) Mengganti aktivitas yang seharusnya dilakukan dengan aktivitas yang berguna namun kurang penting.
- 6) Meyakini bahwa sedikit menunda-nunda tugas yang seharusnya dikerjakan tidak akan merugikan.
- 7) Mendramatisasi komitmen terhadap suatu tugas alih-alih mengerjakannya.
- 8) Hanya bertekun pada sebagian kecil tugas.

Berdasarkan pendapat para ahli maka peneliti menyimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi adalah dengan sengaja melakukan keterlambatan dalam mengerjakan tugas, menghabiskan waktu untuk bermain game dan melakukan aktivitas lain yang dianggap menyenangkan, meremehkan serta mengabaikan tugas-tugas penting bagi individu itu sendiri.

4. Aspek-aspek Prokrastinasi

Menurut Tuckman (dalam Sutriyono dkk, 2012) terdapat 3 aspek prokrastinasi yaitu:

- 1) *Tendency to delay or put off doing things* (membuang waktu). Ini merupakan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting.
- 2) *Tendency to have difficulty doing unpleasant things and when possible to avoid or circumvent the unpleasantness* (kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai). Ini merupakan kecenderungan untuk merasa berkeberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan.
- 3) *Tendency to blame others for one's own plight* (menyalahkan orang lain. Merupakan kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya)

Menurut Kartadinata & Sia (2008) aspek-aspek prokrastinasi adalah:

- 4) *Perceived time* (waktu yang dirasakan). Seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus

segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.

5) *Intention-action* (Celah antara keinginan dan tindakan). Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.

6) *Emotional distress* (adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi). Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.

7) *Perceived ability* (keyakinan terhadap kemampuan diri). Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

Menurut McCloskey (dalam Patricia, 2021) aspek prokrastinasi akademik terbagi menjadi beberapa aspek, diantaranya:

1. Kepercayaan terhadap kemampuan diri. Seseorang yang memiliki kepercayaan yang rendah terhadap kemampuannya akan cenderung mengalami hambatan dalam mengerjakan tugas karena dirinya merasa tidak mampu mengerjakan tugas dengan baik.
2. Perhatian yang terganggu. Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya lebih mudah untuk terganggu perhatiannya, misalnya dengan aktivitas yang lebih menyenangkan, seseorang akan mengutamakan melakukan sesuatu yang menurutnya menyenangkan daripada mengerjakan tugas.
3. Faktor sosial. Di mana seseorang mendapatkan dukungan dari keluarga maupun orang-orang disekitarnya yang dapat mempengaruhi dirinya untuk mengerjakan tugas dengan tepat waktu.

4. Kemampuan manajemen waktu. Seseorang yang memiliki manajemen waktu yang kurang baik cenderung akan menyelesaikan tugasnya tidak tepat waktu karena tidak menentukan mana yang harus diutamakan untuk dikerjakan terlebih dahulu, sehingga tugas terlupakan.
5. Rasa malas. Ialah kecenderungan seseorang untuk menunda atau menghindari melakukan tugas yang seharusnya dikerjakan.
6. Inisiatif personal. Inisiatif adalah kesiapan atau kemampuan untuk mulai mengerjakan tugas. Jika seseorang tidak memiliki inisiatif maka dirinya akan cenderung tidak memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.

Berdasarkan pendapat para ahli, maka peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi memiliki beberapa aspek diantaranya membuang waktu, tidak inisiatif, rasa malas, tidak memiliki manajemen waktu, perhatian terganggu, faktor sosial, tidak yakin terhadap kemampuan diri, perasaan cemas, serta perbedaan antara keinginan dan tindakan.

B. Kecanduan *Gadget*

1. Definisi *Gadget*

Secara umum *gadget* adalah sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis terutama untuk membantu pekerjaan manusia (Iswidharmanjaya, 2014). Menurut Garini dalam (Rohmah, 2017). *Gadget* sebagai perangkat alat elektronik kecil yang memiliki banyak

fungsi”. *Gadget (smartphone)* memiliki banyak fungsi bagi penggunanya sehingga dinilai lebih memudahkan.

Menurut Homby (dalam Mautia, 2018) mendefinisikan *gadget* adalah sebuah (alat/ barang elektronik) teknologi kecil yang memiliki fungsi khusus, tetapi sering diasosiasikan sebagai sebuah inovasi atau barang baru.

Berdasarkan uraian di atas maka disimpulkan bahwa *gadget* merupakan alat komunikasi nirkabel yang memiliki fungsi khusus yang membantu pekerjaan manusia dan bisa dibawa kemana-mana. *Gadget (smartphone)* atau dengan kata sederhana telepon genggam yang saat ini telah memiliki beragam fitur dan fungsi yang semakin kompleks guna memudahkan pemakainya merupakan terobosan baru dari telepon genggam sebelumnya.

2. Definisi Kecanduan

Kecanduan (*addiction*) sendiri didefinisikan sebagai kebiasaan untuk terlibat dalam aktivitas tertentu atau menggunakan substansi tertentu, tanpa memperdulikan konsekuensi buruk pada kesehatan fisik, sosial, spiritual, mental, maupun finansial dari tiap individu Young & Cristiano (dalam Annisa, 2018). *Addiction* atau kecanduan menurut Robert West (2006) adalah sebuah sindrom dimana perilaku mencari kesenangan atau kepuasan tertentu telah melebihi batas atau lepas kendali.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan adalah perilaku yang dilakukan tanpa memikirkan dampak buruk dan dilakukan sampai melebihi batas sehingga menimbulkan kerugian terhadap individu itu sendiri.

3. Definisi Kecanduan *Gadget*

Menurut Griffiths (dalam Anisa, 2018) kecanduan teknologi adalah salah satu perilaku kecanduan yang melibatkan manusia mesin yang bersifat alamiah. Hampir sama dengan gangguan obsesif kompulsif dan gangguan kecanduan lainnya, gangguan fungsional yang terkait dengan kecanduan ponsel meliputi *distress* (*stressor* dari luar), menghabiskan waktu dengan sia-sia, dan adanya perubahan yang signifikan di rutinitas seseorang, seperti perubahan prestasi, aktivitas sosial atau bahkan suatu ikatan atau hubungan dengan orang lain.

Kecanduan *smartphone* juga memiliki kesamaan pada teori yang telah dikemukakan oleh Young (2011) bahwa kecanduan *smartphone* sama halnya akan internet *addiction*, individu yang tidak dapat mengontrol dan ketergantungan pada penggunaan teknologi berbasis internet. Kecanduan *smartphone* dapat dikategorisasikan sebagai permasalahan perilaku. Salah satu contoh yang tampak adalah dari segi penggunaan *smartphone* dalam hal yang melanggar hukum atau peraturan, proses sosialisasi yang tidak tepat atau bahkan penggunaan *smartphone* dalam keadaan yang penuh resiko dan berbahaya, seperti contoh ketika penggunaan *smartphone* pada saat mengendarai kendaraan. Menurut Griffiths (dalam Anisa, 2018) kecanduan *smartphone* didefinisikan sebagai terlalu lama menggunakan *smartphone* sehingga mengganggu kehidupan pengguna sehari-hari.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan *gadget* (*smartphone*) adalah suatu perilaku yang tidak terkontrol dalam menggunakan

smartphone yang dapat mengakibatkan adanya perubahan signifikan pada rutinitas seseorang di kesehariannya.

4. Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan *Gadget*

Yuwanto (dalam Agusta, 2016) mengemukakan ada empat faktor penyebab kecanduan *gadget (smartphone)*, yaitu:

1) Faktor Internal

Faktor ini terdiri atas faktor-faktor yang menggambarkan karakteristik individu, yaitu:

a) Tingkat *sensation seeking* yang tinggi.

Sensation seeking atau biasa disebut pencarian sensasi adalah sifat yang didefinisikan sebagai kebutuhan-kebutuhan yang beragam, baru, dan sensasi-sensasi kompleks serta keinginan untuk mengambil resiko, baik secara fisik maupun secara sosial.

b) *Self-esteem* yang rendah.

Self esteem itu sendiri adalah evaluasi diri individu terhadap kualitas atau keberhargaan diri sebagai manusia.

c) Kepribadian ekstraversi yang tinggi.

d) Kontrol diri yang rendah.

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan langkah-langkah dan tindakannya untuk mencapai sesuatu yang diinginkan.

2) Faktor Situasional

Faktor ini terdiri atas faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan ponsel sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman Agusta (2016). Dalam hal ini individu akan cepat bertindak ketika berada pada situasi yang tidak nyaman dan merasa terganggu aktivitas bila ada situasi yang tidak diinginkan dan mengalihkan perhatian pada ponsel.

3) Faktor Sosial

Faktor sosial terdiri atas faktor penyebab kecanduan *gadget* sebagai sarana berinteraksi dan menjaga kontak dengan orang lain. Dalam hal ini individu selalu menggunakan ponsel untuk berinteraksi dan cenderung malas untuk berkomunikasi secara langsung dengan individu yang lain.

4) Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu. Faktor ini terkait dengan tingginya paparan media tentang ponsel dan berbagai fasilitasnya. Hal ini membahas bagaimana besarnya pengaruh media dalam mempengaruhi individu untuk memenuhi kebutuhan akan ponsel.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecanduan *gadget* adalah internal, situasional, sosial dan eksternal.

5. Ciri-Ciri Kecanduan *Gadget*

Ciri-ciri kecanduan *gadget* yaitu, menurut Mahayana, pecandu *gadget* memiliki waktu bermain gadget cukup lama yakni diatas 8 jam dalam sehari dengan perhitungan 4,8 menit sekali sebanyak 100-200 perhari (dalam Ihsan, 2017). Adapun kecanduan *gadget* menurut Suardi (2006) yaitu: fokus berkurang, menjadi lebih emosional, sulit mengambil keputusan, kematangan semu (terlihat besar fisik tetapi jiwa belum matang), sulit berkomunikasi dengan orang lain, tidak ada perubahan raut muka untuk mengekspresikan perasaan, daya juang rendah, anti sosial dan sulit berhubungan dengan orang lain, yaitu menjadi anak yang kurang peka terhadap keadaan lingkungan sekitarnya, bersifat bebas dan tanpa kontrol dari pihak manapun, mengurangi kemampuan dan kemauan untuk bersosialisasi secara langsung, tidak memahami nilai-nilai moral.

Pendapat lain juga mengemukakan bahwa ciri-ciri kecanduan *gadget* ialah menjadi lebih mudah marah dan panik, stress, sering merasa kesepian karena berjam-jam menghabiskan waktu tanpa bersosialisasi dengan orang lain (hal ini dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi dan gangguan kecemasan, sulit fokus atau berkonsentrasi ketika belajar atau bekerja, masalah dalam hubungan sosial, baik dengan keluarga, teman, rekan kerja, atau pasangan. (<https://www.alodokter.com/ini-ciri-ciri-kecanduan-gadget-dan-tips-menanggulangnya>)

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecanduan *gadget* adalah menggunakan gadget lebih dari 8 jam dalam sehari, merasa nyaman dengan *gadget*, tidak memperdulikan sosialisasi di dunia nyata.

6. Aspek- Aspek kecanduan *Gadget*

Young (dalam Wijanarko, 2016) mengungkapkan bahwa aspek kecanduan *gadget* terdiri dari, terlalu memikirkan *gadget*, terobsesi mencapai kepuasan dengan melalui *gadget*, tidak dapat mengontrol diri, cemas apabila tidak menggunakan *gadget*, tidak mengenal waktu dalam menggunakan *gadget*.

Kwon, dkk. (2013) juga mengembangkan *smartphone addiction* (kecanduan *gadget*) ke dalam 5 aspek, yaitu:

- 1) *Daily-life Disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari). Merupakan gangguan kehidupan sehari-hari mencakup hilangnya pekerjaan yang sudah direncanakan, mengalami kesulitan konsentrasi di dalam kelas atau saat bekerja, penglihatan menjadi buram, nyeri pada pergelangan tangan dan di belakang leher serta terjadinya gangguan tidur.
- 2) *Withdrawal* (rasa tidak sabar). Terkait dengan rasa tidak sabar, gelisah dan tidak sanggup tanpa *gadget*, selalu mengingat *gadget* walaupun tidak menggunakannya, tidak pernah berhenti menggunakan *gadget* dan menjadi tersinggung apabila diganggu saat sedang menggunakan *gadget*.
- 3) *Cyberspace-Oriented Relationship* (hubungan berorientasi di dunia maya).

Mencakup pertanyaan mengenai seseorang yang merasa hubungan dengan

teman yang dikenalnya melalui *gadget* menjadi jauh lebih akrab daripada hubungan dengan teman di kehidupan nyata, mengalami perasaan kehilangan yang tidak terkendali ketika tidak menggunakan *gadget* dan selalu memeriksa *gadget*.

- 4) *Overuse* (tidak terkontrol). Mengacu pada penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol, lebih memilih mencari sesuatu lewat *gadget* daripada meminta bantuan orang lain, selalu mempersiapkan alat pengisi daya *gadget*, dan dorongan untuk kembali menggunakan *gadget* setelah berhenti menggunakannya.
- 5) *Tolerance* (ketidakmampuan dalam mengontrol waktu pemakaian *gadget*). Yaitu selalu berusaha untuk mengontrol agar tidak menggunakan *gadget* akan tetapi selalu gagal melakukannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek- aspek kecanduan *gadget* adalah terlalu memikirkan gadget, terobsesi mencapai kepuasan dengan melalui *gadget*, tidak dapat mengontrol diri, malas apabila tidak menggunakan *gadget*, tidak mengenal waktu dalam menggunakan *gadget* serta hilangnya pekerjaan yang sudah di rencanakan, rasa tidak sanggup tanpa *gadget*, merasa hubungannya dengan teman di gadget lebih baik daripada dunia nyata, penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol, berusaha mengontrol menggunakan *gadget* namun gagal.

C. Hubungan Kecanduan Gadget dengan Perilaku Prokrastinasi

Gadget merupakan kebutuhan tambahan yang diberikan oleh orangtua untuk anak-anak nya guna mempermudah komunikasi antara orangtua dan anak ketika sedang berada di luar rumah, *gadget* juga diharapkan dapat membantu anak dalam mencari informasi-informasi penting mengenai pendidikan serta membantu dalam meningkatkan prestasi belajar anak. Hampir seluruh siswa/siswi sudah di bekali *gadget* oleh orangtua dengan tujuan positif yakni meningkatkan prestasi belajar anak, namun tak jarang pula banyak siswa/siswi yang salah dalam menggunakan *gadget*, banyak di antara mereka justru menggunakan *gadget* untuk hal-hal yang tidak mendukung prestasi belajar siswa/siswi itu sendiri.

Pandemi berlangsung juga membuat sekolah melangsungkan pembelajaran secara daring yang membuat siswa semakin dekat dengan *gadget*, adanya larangan untuk keluar rumah yang membuat siswa bosan dan akhirnya memainkan *gadget* terus-menerus. Setelah pelajaran yang dilakukan secara daring selesai para siswa tetap memainkan *gadget* untuk hal-hal lain, hal ini membuat semakin kuatnya godaan untuk memainkan *gadget* sehingga siswa menjadi kecanduan dan membuat siswa melupakan hal-hal penting untuk dirinya dan sekelilingnya, tak jarang pula siswa berbohong kepada orangtua memakai *gadget* dan bermalas-malasan di dalam kamar dengan alasan untuk mengerjakan tugas padahal untuk kegiatan sosial media, seperti bermain game, dan melakukan sosialisasi lewat *gadget*. Tak jarang *gadget* membuat mereka lupa akan kewajibannya sebagai seorang pelajar, yakni belajar, mengerjakan tugas-tugas sekolah, mengasah kemampuan diri, dan istirahat tepat waktu.

Banyak siswa/siswi yang tidak lagi mampu mengontrol diri dalam menggunakan *gadget*, tidak memandang waktu dan tempat saat bermain *gadget*, menggunakan *gadget* secara terus-menerus baik saat pelajaran berlangsung maupun saat sesudah pulang sekolah, bermain *gadget* hingga larut malam dan bermain *gadget* lebih dari 8 jam hingga mengganggu aktivitas belajar siswa. Hal ini disebut dengan kecanduan *gadget* sesuai dengan Study Rutgers University pada 2006 (dalam Sarip, 2014) menjelaskan bahwa kecanduan *smartphone* mengakibatkan aktivitas seseorang terganggu karena tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone* bahkan hingga larut malam.

Banyak siswa/siswi merasa resah jika jauh dari *gadget*, bahkan sampai bermain *gadget* sambil mengisi daya (mencharger) *gadget*, merasa selalu terpanggil untuk membuka *gadget* padahal *gadget* mereka tidak berbunyi. Menghabiskan banyak waktu mereka hanya untuk bermain *gadget*, hal ini membuat mereka mengabaikan tugas-tugas sekolah, bahkan tak jarang dari mereka tidak mengerjakan tugas karena sibuk dengan *gadget*, terlambat ke sekolah, bahkan sampai bolos sekolah, mengabaikan guru yang sedang memberikan materi pelajaran di dalam kelas, melakukan hal-hal lain dari pada belajar, membuat mereka merasa pendidikan bukanlah suatu hal yang penting.

Dalam istilah psikologi hal ini dinamakan prokrastinasi, merupakan ketidakmampuan untuk menggunakan waktu secara efektif yang mengakibatkan seseorang menunda-nunda pekerjaannya, suka bermalasan-malasan dan memboroskan waktu untuk hal-hal yang tidak penting, Farouq (2010).

Prokrastinasi adalah sebuah penundaan melakukan tugas yang penting bagi individu dan dapat dilakukan oleh siapapun salah satunya adalah siswa.

Dalam dunia pendidikan banyak siswa yang melakukan prokrastinasi seperti lebih memilih melakukan kegiatan lain yang dianggap lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas-tugas sekolah, salah satunya adalah bermain gadget secara terus-menerus dan tidak mampu mengontrol diri dalam menggunakan gadget hal ini sesuai dengan pernyataan Wyk (dalam Fithri&Afifatus, 2019) yang menyatakan bahwa salah satu alasan seseorang melakukan prokrastinasi akademik karena kurangnya kontrol diri dalam bermain gadget.

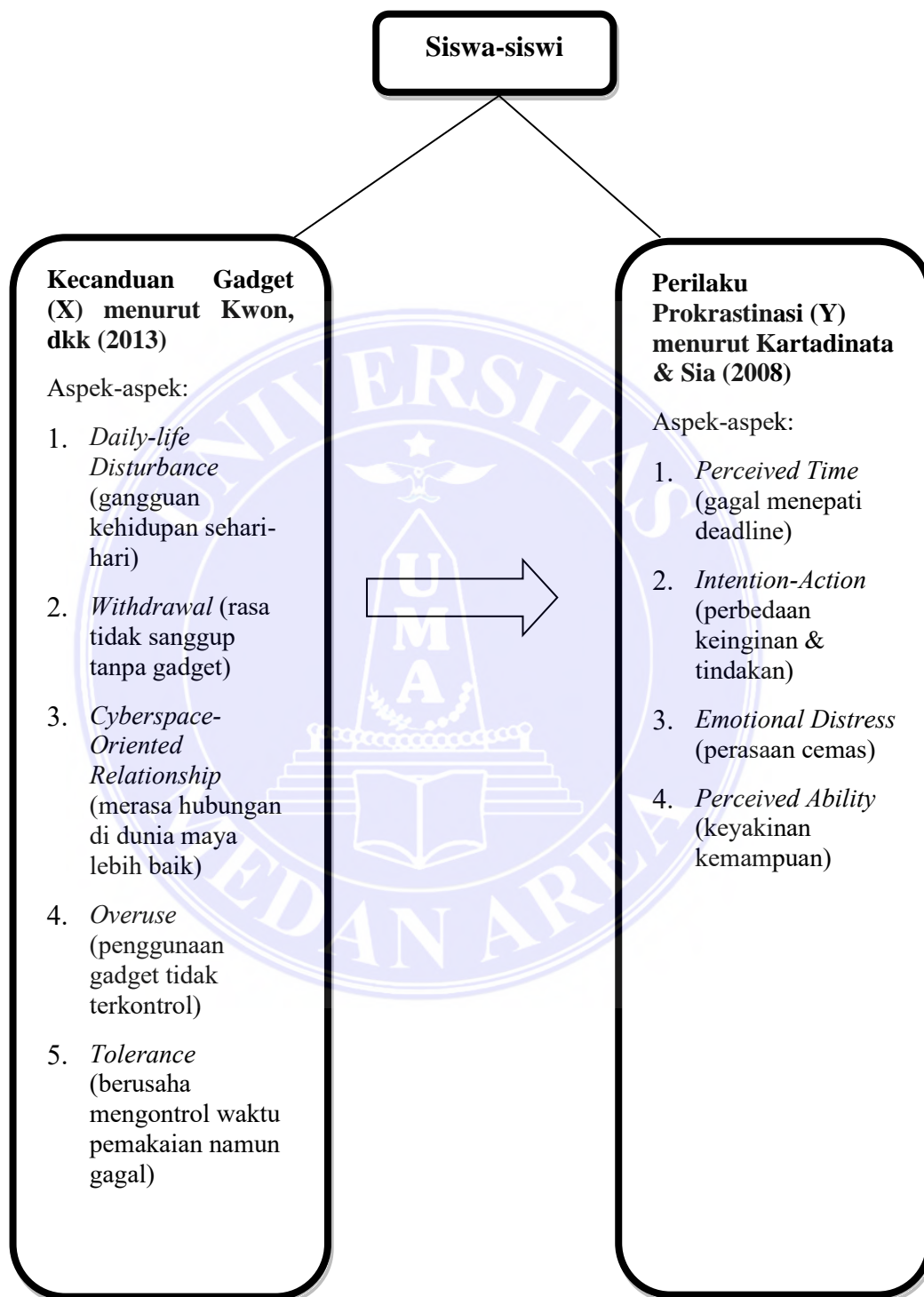
Penelitian sebelumnya pernah dilakukan oleh (Fithri&Afifatus, 2019) yang berjudul “Hubungan Antara Kecanduan *Gadget* Dengan Prokrastinasi Akademik” teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, dengan subjek penelitian ini sebanyak 106 subjek. Hasil analisis data yang menggunakan korelasi *product moment pearson* menunjukkan nilai koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,715 pada taraf signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Yang berarti ada hubungan positif pada penelitian ini. Jadi semakin rendah kecanduan *gadget* maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik, sebaliknya semakin tinggi kecanduan *gadget* maka prokrastinasi akademik akan semakin tinggi.

Selanjutnya Penelitian tentang prokrastinasi berdasarkan intensitas penggunaan media sosial juga pernah dilakukan oleh Ayunda (2019) terhadap 120 siswa SMP kelas VIII dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket tertutup. Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa persentase 53,7 % pengguna rendah, 43,2% pengguna sedang, dan 45,3% pengguna berat. Hasil penelitian menunjukkan semakin sering menggunakan media sosial maka semakin tinggi kecenderungan dalam melakukan prokrastinasi.

Berdasarkan uraian diatas dapat diasumsikan bahwa adanya hubungan positif antara kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi. Saat melakukan observasi di sekolah SMA Mulia Pratama peneliti juga menemukan fenomena banyak siswa/siswi tergoda terus-menerus untuk mengecek dan memainkan *gadget* pada saat jam pelajaran, bukannya menggunakan *gadget* untuk mengakses materi pembelajaran melainkan memakai *gadget* untuk kesenangan pribadi seperti membuka sosial media, bermain game dan kesenangan lainnya. Mereka tidak lagi memperdulikan guru, hukuman, dan aturan-aturan yang ada di sekolah demi kesenangan pribadi.

D. Kerangka Konseptual



E. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Adanya hubungan positif antara kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa, dengan asumsi semakin tinggi kecanduan *gadget* maka semakin tinggi pula perilaku prokrastinasi atau sebaliknya semakin rendah kecanduan *gadget* maka semakin rendah perilaku prokrastinasi”



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif merupakan pendekatan analisis dengan metode statistika Azwar (2007). Penelitian korelasional adalah penelitian yang digunakan untuk mencari informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi antar variabel Azwar (2007). Penelitian korelasional bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan satu atau lebih variabel berdasarkan koefisien korelasi (Azwar. (2007).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang memiliki variasi baik secara kualitatif maupun secara kuantitatif (Azwar, 2006). Variabel dalam penelitian ini terdiri dari 2 variabel yaitu variabel bebas dan variable terikat. Adapun masing-masing variabel sebagai berikut:

1. Variabel Dependent (terikat) : Prokrastinasi, yang dilambangkan dengan Y
2. Variabel Independent (bebas) : Kecanduan *Gadget*, yang dilambangkan dengan X

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kecanduan *Gadget*

Kecanduan *gadget* didefinisikan sebagai perilaku terlalu lama bermain *gadget* sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari si pengguna, Intensitas bermain pada pecandu *gadget* memiliki waktu bermain *gadget* yakni diatas 8 jam dalam sehari. Untuk mengukur kecanduan *gadget* digunakan skala berdasarkan aspek-aspek kecanduan *gadget* Kwon, dkk (2019) yaitu : *Daily-life Disturbance* (Merupakan gangguan kehidupan sehari-hari), *Withdrawal* (terkait dengan rasa tidak sabar, gelisah dan tidak sanggup tanpa *gadget*), *Cyberspace-Oriented Relationship* (mencakup pertanyaan mengenai seseorang yang merasa hubungan dengan teman yang dikenalnya melalui *gadget* menjadi jauh lebih akrab daripada hubungan dengan teman di kehidupan nyata), *Overuse* (mengacu pada penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol), *Tolerance* (selalu berusaha untuk mengontrol agar tidak menggunakan *gadget* akan tetapi selalu gagal melakukannya)

2. Prokrastinasi

Prokrastinasi di definisikan sebagai perilaku menunda-nunda dengan sengaja tugas-tugas penting dengan memilih melakukan aktivitas-aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan oleh para pelaku prokrastinasi. Untuk mengukur perilaku prokrastinasi digunakan skala berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi Kartadinata & Sia (2008) yaitu *Perceived Time* (gagal menepati deadline), *Intention-Action* (Perbedaan antara keinginan dengan tindakan),

Emotional Distress (adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi),
Perceived Ability (keyakinan terhadap kemampuan diri).

D. Subjek Penelitian.

1. Populasi.

Menurut Hadi (2004) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini yang terdiri dari siswa kelas X dan XI SMA Swasta Mulia Pratama Medan yang berjumlah 153 Orang.

Tabel 3.1 Jumlah Siswa Kelas X & XI SMA Mulia Pratama Tahun Ajaran 2021/2022.

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		LK	PR	
1	X-1	16	22	38
2	X-2	11	21	32
3	X-3	12	15	27
4	XI-IPA	11	20	31
5	XI-IPS	9	16	25
Jumlah				153

2. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2005). Jika populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2009). Sampel pada penelitian

ini adalah siswa SMA Mulia Pratama Medan di kelas X dan XI (IPA dan IPS) yang berjumlah 86 orang, yang terdiri dari 40 orang siswa dan 46 orang siswi, yang diperoleh dengan cara mendata dengan memberikan pertanyaan sesuai dengan ciri kecanduan gadget yakni bermain gadget lebih dari 8 jam setiap harinya di tiap kelas dari kelas X dan XI.

Tabel 3.2 Jumlah Siswa yang Menjadi Sampel Penelitian

No	Kelas	Jenis Kelamin		Jumlah
		LK	PR	
1	X-1	9	10	19
2	X-2	6	9	15
3	X-3	7	12	19
4	XI- IPA	9	4	13
5	XI-IPS	9	11	20
Jumlah		40	46	86

Karakteristik sampel pada penelitian ini adalah:

- a. Siswa yang memiliki gadget pribadi
- b. Bermain gadget lebih dari 8 jam dalam sehari

3. Teknik Pengambilan Sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Teknik pada dasarnya dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu *probability sampling* dan *nonprobability sampling* (Sugiyono, 2012). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling*.

Teknik *nonprobability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang nol bagi setiap unsur (anggota) artinya pengambilan sampel didasarkan kriteria tertentu seperti judgment, status, kuantitas, kesukarelaan dan sebagainya. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *sampling purposive (purposive or judgmental sampling)* yaitu suatu tipe *nonprobability sampling*, di mana peneliti dalam memilih sampel dengan cara seleksi khusus. Adapun yang menjadi ciri khusus yang akan dijadikan sampel yaitu siswa-siswi SMA Mulia Pratama Medan, memiliki *gadget* pribadi, serta aktif menggunakan gadget lebih dari 8 jam dalam sehari dengan jumlah sampel sebanyak 86 subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik tersebut.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah metode skala likert. Skala yaitu suatu metode pengumpulan data yang berisikan suatu daftar pernyataan yang harus dijawab oleh subjek secara tertulis

(Hadi, 2004). Skala merupakan kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu objek. Skala merupakan suatu bentuk pengukuran terhadap performansi tipikal individu yang cenderung dimunculkan dalam bentuk respon terhadap situasi-situasi tertentu yang sedang dihadapi (Azwar, 2006).

Metode skala yang digunakan terdiri dari 2 jenis yaitu skala untuk mengukur prokrastinasi dan skala untuk mengukur kecanduan gadget.

1) Skala Prokrastinasi

Butir-butir skala prokrastinasi disusun berdasarkan aspek- aspek yang dikemukakan oleh Kartadinata & Sia (2008) yaitu *perceived time, intention-action, emotional distress, perceived ability*. Skala tersebut menggunakan skala Likert yang berupa pernyataan yang terdiri dari aitem *favourable* (mendukung) dan *unfavourable* (tidak mendukung) dengan empat alternatif jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) untuk setiap empat butir jawaban. Adapun pemberian nilai untuk pernyataan *favourable* (mendukung) diberi rentang skor 4-1 dan *unfavourable* (tidak mendukung) dinilai mulai dari nilai 1-4. Uraian diatas dapat dilihat secara rinci pada tabel 3.3 dibawah ini.

Jawaban	Nilai Favorable (+)	Jawaban	Nilai unfavorable (-)
Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Setuju (SS)	1
Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

2) Skala Kecanduan *Gadget*

Butir-butir skala kecanduan *gadget* disusun berdasarkan aspek- aspek yang dikemukakan oleh Kwon, dkk (2013) yaitu *Daily-life, Disturbance, Withdrawal, Cyberspace-Oriented Relationship, Overuse, Tolerance*. Skala tersebut menggunakan skala Likert yang berupa pernyataan yang terdiri dari aitem *favourable* (mendukung) dan *unfavourable* (tidak mendukung) dengan empat alternatif jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) untuk setiap empat butir jawaban. Adapun pemberian nilai untuk pernyataan *favourable* (mendukung) diberi rentang skor 4-1 dan *unfavourable* (tidak mendukung) dinilai mulai dari nilai 1-4. Uraian diatas dapat dilihat secara rinci pada tabel 3.4 dibawah ini.

Jawaban	Nilai favorable (+)	Jawaban	Nilai unfavorable (-)
Sangat Setuju (SS)	4	Sangat Setuju (SS)	1
Setuju (S)	3	Setuju (S)	2
Tidak Setuju (TS)	2	Tidak Setuju (TS)	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	Sangat Tidak Setuju (STS)	4

2. Kuesioner

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data primer yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2004). Dalam penelitian ini, peneliti membagikan angket langsung kepada siswa SMA Swasta Mulia Pratama Medan,

Pembagian angket bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan gadget dengan perilaku prokrastinasi.

Sebelum dilakukan penelitian maka dilakukan dahulu uji validitas dan reliabilitas alat ukur.

1. Uji Validitas

Validitas merupakan derajat yang menyatakan suatu tes mengukur apa yang seharusnya diukur (Azwar, 2006). Uji validitas digunakan untuk mengukur sah/valid tidaknya suatu skala. Teknik yang digunakan untuk menguji validitas alat ukur (skala) adalah teknik korelasi Product Moment dari Karl Pearson.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata “*Reliability*”. Suatu pengukuran yang mampu menghasilkan data yang memiliki tingkat reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliabel. Gagasan pokok yang terkandung dalam konsep reliabilitas sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2006). Pengukuran reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus koefisien *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2010).

F. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data *Korelasi Product Moment* dari Karl Pearson Untuk melihat hubungan kecanduan gadget dengan prokrastinasi pada siswa. Cara penghitungannya dibantu dengan menggunakan program SPSS 22.0 for windows. Alasan digunakannya teknik korelasi ini disebabkan karena pada penelitian ini memiliki tujuan ingin melihat

hubungan antara suatu variabel bebas yaitu kecanduan gadget dengan variabel terikat yaitu prokrastinasi. Sebelum data ini dianalisis dengan teknik analisis Product Moment maka data yang diperoleh terlebih dahulu harus diuji asumsi terhadap masing-masing variabel penelitian. Uji asumsi yang dimaksud adalah:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian bahwa sampel yang dihadapi adalah berasal dari populasi yang terdistribusi normal. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji one sample kolmogorov-smirnov dengan bantuan SPSS 22,0 for windows, data dikatakan terdistributor normal jika nilai $p > 0,05$ dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebarannya dinyatakan tidak normal (Hadi, 2004).

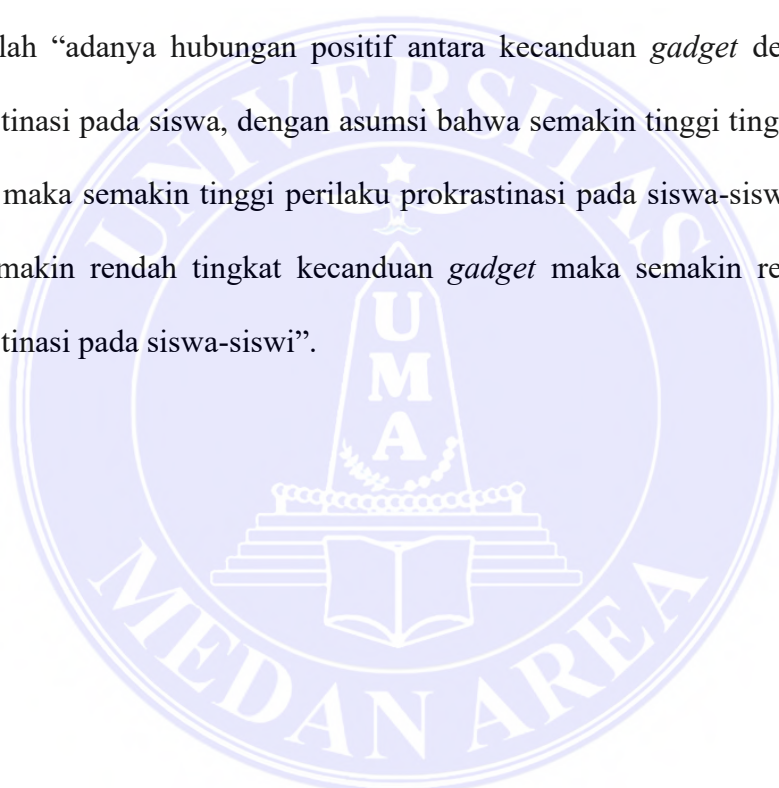
2. Uji Linearitas

Uji linearitas hubungan digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung atau terikat serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan dari linieritas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan tersebut tidak signifikan maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung linier. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan analisis statistic uji F dengan bantuan komputer SPSS 22.0 for windows. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung adalah jika $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung dinyatakan linier, sebaliknya jika $p > 0,05$ berarti hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung

dinyatakan tidak linier (Hadi, 2004). Apabila uji asumsi terpenuhi, maka dilanjutkan dengan uji hipotesis.

3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linieritas, selanjutnya akan dilakukan uji hipotesis. Tujuannya adalah untuk menguji hipotesis yang telah diajukan ditolak atau diterima. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “adanya hubungan positif antara kecanduan *gadget* dengan perilaku prokrastinasi pada siswa, dengan asumsi bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *gadget* maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi pada siswa-siswi. Sebaliknya, jika semakin rendah tingkat kecanduan *gadget* maka semakin rendah perilaku prokrastinasi pada siswa-siswi”.



BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Hasil dalam penelitian ini, terdapat hubungan positif antara kecanduan gadget dengan empati pada siswa-siswi SMA Swasta Mulia Pratama Medan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan uji korelasi *r Product Moment* diketahui terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecanduan *gadget* dengan prokrastinasi pada siswa/siswi SMA Swasta Mulia Pratama Medan. Hal ini dibuktikan dengan koefisien korelasi r_{xy} (0,427) dengan signifikan (P) $0,000 < 0,05$ yang berarti semakin tinggi tingkat kecanduan *gadget* maka semakin tinggi prokrastinasi pada siswa/siswi. Begitupun sebaliknya, jika semakin rendah tingkat kecanduan *gadget* maka semakin rendah juga prokrastinasi pada siswa/siswi. Dengan demikian maka hipotesis yang peneliti ajukan diterima
2. Koefisien determinan (r^2) dari hubungan antar variabel bebas (kecanduan *gadget*) dengan variabel terikat Y (prokrastinasi) yaitu dengan nilai = 0,182. Dengan demikian dapat diartikan bahwa kecanduan *gadget* mempengaruhi 18,2 %, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor prokrastinasi lain, yaitu *Perceived Time* (gagal menepati deadline), *Intention-Action* (perbedaan keinginan & tindakan), *Emotional Distress* (perasaan cemas), *Perceived Ability* (keyakinan kemampuan).

Secara umum hasil penelitian ini menyatakan bahwa siswa/siswi SMA Swasta Mulia Pratama Medan ini memiliki tingkat kecanduan *gadget* yang tergolong

tinggi dan prokrastinasi yang tinggi. Hal ini didukung melalui nilai rata-rata empirik kecanduan *gadget* yaitu 139,16 sedangkan nilai rata-rata hipotetiknya yaitu 120 selisihnya melebihi bilangan SD (Simpangan Deviasi) yaitu 13,48. Sedangkan rata-rata nilai empirik variabel prokrastinasi yaitu 144,87 dan nilai rata-rata hipotetik dari prokrastinasi yaitu 120, selisihnya melebihi dari bilangan SD (Simpangan Deviasi) yaitu 16,084.

B. Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian dan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini peneliti memberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran Kepada Subjek Penelitian

Melihat dari hasil penelitian, diharapkan pentingnya siswa membangun kesadaran diri yang tinggi bahwa banyaknya kerugian jika terlalu berlebihan dalam bermain gadget salah satunya dapat membuat nilai akademik menurun, kesehatan terganggu, dan dapat menyebabkan tinggal kelas. Maka dari itu diharapkan kepada siswa untuk membangun kesadaran tanggung jawab akan akademisnya, di mana tugas seorang siswa adalah belajar, mengembangkan potensi diri untuk bekal bagi siswa agar dapat meraih cita-cita sesuai yang diharapkan.

2. Saran Kepada Pihak Sekolah

Melihat dari hasil penelitian di mana ada hubungan antara kecanduan gadget dengan perilaku prokrastinasi, diharapkan kepada guru agar berinovasi mengikuti perkembangan zaman dan menambah kreativitas dengan mengkolaborasikan antara pelajaran dengan media sosial yang sedang di

gemari para siswa agar dapat terjadi interaksi yang aktif dan efektif antara guru dan siswa, seperti membuat konten video yang membahas materi pelajaran agar siswa semakin semangat dalam belajar dan ketika berada di rumah siswa dapat mengulang pelajaran walaupun sedang tidak membuka buku pelajaran. Dan diharapkan juga kepada pihak sekolah terutama guru bimbingan konseling untuk lebih meningkatkan disiplin terhadap peraturan yang telah dibuat mengenai penggunaan gadget, serta memberikan sanksi yang tegas kepada siswa yang kedapatan melanggar peraturan yang berlaku di sekolah.

3. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyadari penelitian ini belum sempurna, maka disarankan kepada peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan penelitian tentang hal ini untuk dapat mencari variabel-variabel dari adanya faktor-faktor lain yang diduga juga memiliki hubungan seperti *locus of control*, dukungan sosial, dan faktor kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, S. (2017). Analisis Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 3 (2).
- Agusta, D. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Akinsola, T. & Tella. (2007). Correlates of Academic Procrastination and Mathematics Achievement of University Undergraduate Student. *Eurasia Journal of Mathematics, Science & Technology Education* 2007, 3(4).
- Annisa, Y. P. 2018. "Hubungan antara kecanduan smartphone dengan kualitas tidur pada remaja". Skripsi. Surabaya: Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Ayunda V.J Rahmi, S. Rani, M, P. (2019). Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Intensitas Penggunaan Media Sosial d SMPN 18 Palembang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling* 6 (1).
- Azwar, S. (2007). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Farouq, A. 2010 *Mengupas Kiat Sukses Mengatur Waktu*, Jakarta: Prestasi Pustakarya
- Fithri, M. & Afifatul S. (2019). "Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Triadik* 18(1)
- Gana, E. F. & Anang P. (2017). "Peran Sekolah dalam Perilaku Menyimpang Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Kota Malang. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan dan Hukum*.
- Hadi, Sutriano. 2004. *Metodologi Research*, Yogyakarta: Pustaka Belajar.
<https://kbbi.web.id/sekolah.lhtm> diakses Januari, 2020)
- Materi belajar.co.id (2020) <https://materibelajar.co.id/pengertian-siswa-menurut-para-ahli/>, diakses Januari, 2020)
- Alodokter (2021) <https://www.alodokter.com/ini-ciri-ciri-kecanduan-gadget-dan-tips-menanggulangnya>, diakses, december 2021)
- Iswidharmanjaya, D. 2014. *Bila Si Kecil Bermain Gadget, Panduan Bagi Orang tua Untuk Memahami Faktor-faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget*. Yogyakarta: Bisakimia.
- Jahja, Y. *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Kencana, 2011, hlm.238
- Junniersa, M (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan. *Jurnal Kopasta*, 5 (2).

- Kartadinata, Is & Sia, T. 2008. "Prokrastinasi Akademik dan Manajemen Waktu". Dalam Jurnal Anima, Indonesian Psychological. Vol.23, No.3).
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013b). The smartphone addiction: development and validation of a short version for adolescents (SAS-SV). Plos One, 8(12), 1-7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558> di akses januari, 2020)
- Laurentius, W. (2010). Kecenderungan Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Skripsi: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Ma'rifatul Laili, F., & Nuryono, W. (2015). Penerapan Konseling Keluarga Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VIII Smp Negeri 21 Surabaya. Jurnal BK, 5(1).
- Mautia, A. (2018). Kemampuan Bersosialisasi pada Anak yang Kecanduan Gadget (Smartphone). Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mayrika A. Daharnis, Yusri (2015). Hubungan Motivasi Belajar dengan Prokrastinasi Akademik Siswa. Jurnal Konselor 4(1).
- Mustakim. (2015). Hubungan Antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa MAN 1 Medan. Skripsi. Universitas Medan Area. Sumatera Utara.
- Nafeesa. (2018). "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Siswa Yang Menjadi Anggota Organisasi Siswa Intra Sekolah". Jurnal Antropologi Sosial dan Budaya. Vol. 4(1).
- Nela. R., Ide. B.S., Nadia. S., (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. Makara Seri Sosial Humaniora, 17 (1), 1-18.
- Noor, Juliansyah. (2011). Metode Penelitian. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Notoatmodjo, S. 2005. Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasinya, Jakarta: Rineka Cipta.
- Patricia, E. D. 2021. "Perbedaan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yang Berasal Dari Jawa dan Luar Jawa". Skripsi. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Restu P, R., & Hendri, W. (2016). Prokrastinasi Akademik Menurunkan Prestasi Belajar Siswa. Jurnal Pendidikan Manajemen Perkantoran. 1 (1), 154 - 159.
- Rohmah, O. C. 2017. "Pengaruh Penggunaan Gadget Dan Lingkungan Belajar Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas Xi Kompetensi Keahlian

- Administrasi Perkantoran Smk Muhammadiyah 2 Yogyakarta”. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sarip, H. (2014). Kecanduan Penggunaan Smartphone dan Kualitas Tidur pada mahasiswa RIK UI. *Jurnal Keperawatan 1 (1)*, 1-10
- Suardi. 2006. Psikologi Perkembangan pada Remaja. Bandung: Raja Grafindo Persada
- Sugiyono, P. D. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta cetakan ke-19.
- Sugiyono. 2004. Metode Penelitian. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2009. Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2012. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D. Bandung: Alfabeta.
- Supratiknya. (2014). Pengukuran Psikologis. Yogyakarta: Penerbit Universitas Sanata Dharma
- Sutriyono, Riyani, Berta.E.A. Prasetya Alfin Miftahul Khairi. (2012). "Perbedaan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Berdasarkan tipe Kepribadian A dan B., Vol.28., no. 2. 127-135.
- Triyono, Alfin. M.K. (2018). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA. *Jurnal Al Qalam*, 19 (2).
- Ursia, Nera, Regar, Ide Bagus Siaputra, & Nadia Sutanto. (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Jurnal*. Vol.1798, no.17.)
- West, R. (2006). Theory of Addiction. Blackwell Publishing, (pp 22-24).
- Wijanarko, Setiawati, J., Esther. (2016). Ayah Ibu Baik Parenting Era Digital. Jakarta Selatan: Keluarga Indonesia Bahagia.
- Yuana, Z.&Neti, H. (2015). Prokrastinasi Akademik Menghambat Peningkatan Prestasi Akademik Remaja di Wilayah Pedesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*. 8 (3), 163-167.

LAMPIRAN A
ALAT UKUR PENELITIAN
SKALA KECANDUAN GADGET
SKALA PROKRASINASI



PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas saudara/i dengan jelas pada lembar jawaban yang telah disediakan.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dengan memberikan tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan dengan pilihan jawaban:

SS : **Jika Sangat Sesuai**

S : **Jika Sesuai**

TS : **Jika Tidak Sesuai**

STS : **Jika Sangat Tidak Sesuai**

Tidak ada jawaban salah dalam setiap pernyataan. **Seluruh jawaban**

adalah benar selama jawaban tersebut sesuai dengan diri anda

Contoh:

Pernyataan	STS	TS	S	SS
Saya menggunakan gadget setiap hari			✓	

3. Periksa kembali semua jawaban, jangan sampai ada yang belum terjawab.
4. Jika sudah selesai, kumpulkan kembali angket dan lembar jawaban pada petugas.

**Terimakasih
Selamat mengerjakan**



ANGKET SISWA

Nama (inisial) :

Kelas :

Jenis Kelamin :

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya merasa waktu yang di berikan oleh guru sangat kurang untuk mengerjakan tugas				
2	Saya tetap mengerjakan tugas meskipun tenggang waktu pengumpulan tugas masih lama				
3	Saya sering menunda mengerjakan tugas yang di berikan guru karena merasa masih banyak waktu				
4	Saya selalu mengerjakan tugas sesuai dengan jadwal yang sudah saya buat				
5	Saya tidak mengerjakan tugas tepat waktu karena merasa waktu pengumpulan tugas akan di perpanjang				
6	Saya selalu tepat waktu dalam mengumpul tugas				
7	Saya tidak pandai dalam mengatur waktu untuk mengerjakan tugas				
8	Saya tidak tepat waktu dalam mengerjakan tugas dikelas karena merasa akan bisa jadi PR nantinya				
9	Saat guru memberikan tugas di kelas saya sering tidak siap karena tidak memperhatikan guru saat menerangkan pelajaran				
10	Saya kesulitan menyelesaikan tugas karena tidak mau bertanya kepada guru saat tidak mengerti				
11	Setiap hari saya selalu mencicil tugas-tugas sekolah agar cepat selesai				
12	Saya tidak menyelesaikan tugas karena tidak membeli buku pelajaran yang di wajibkan				
13	Saya selalu memeriksa kembali hasil tugas saya untuk				

	meminimalisir kesalahan				
14	Saya tidak mampu menyelesaikan tugas karena tidak mau berdiskusi dengan teman				
15	Saya selalu bersemangat untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah				
16	Saya tidak mampu menyelesaikan tugas karena tidak mencatat materi penting di papan tulis				
17	Rasa malas sering sekali membuat saya gagal untuk memulai mengerjakan tugas				
18	Saya selalu membuat catatan kecil untuk tugas agar tidak lupa				
19	Saya suka menumpuk-numpukkan tugas				
20	Saya sering lupa kalau ada tugas yang harus di kerjakan				
21	Saya sangat gelisah jika kelompok saya presentasi di kelas karena tidak ikut dalam mengerjakannya				
22	Saya akan menyelesaikan PR terlebih dahulu sebelum nongkrong dengan teman				
23	Saya lebih suka ngobrol dengan teman saat guru menerangkan di kelas				
24	Saya tidak akan nyenyak tidur jika belum menyelesaikan PR				
25	Saya lebih suka bercanda dengan teman daripada harus mencatat materi di papan tulis				
26	Saya lebih suka pergi ke kantin daripada menyalin catatan				
27	Saya akan mengabaikan ajakan teman berbicara saat mengerjakan latihan				
28	Saya tetap fokus mendengarkan guru memaparkan materi meskipun di ajak teman berbicara				
29	Saya lebih suka main ke mall dengan teman daripada mengerjakan PR				

30	Saya lebih suka menonton TV daripada mengerjakan PR				
31	Ketika presentasi kelompok saya takut tidak bisa menjawab pertanyaan dari teman karena tidak mempelajari materi sebelumnya				
32	Saya takut tidak mampu memaparkan tugas individu di depan kelas karena khawatir di kritik teman				
33	Saya lebih suka tidur daripada mengerjakan PR				
34	Saya lebih suka membaca nongkrong daripada mengerjakan PR				
35	Saya khawatir tidak akan mampu menjawab pertanyaan guru saat memaparkan tugas individu di depan kelas				
36	Saya takut tidak mampu memaparkan tugas individu di depan kelas karena mengerjakannya terburu-buru				
37	Saya lebih suka main kerumah teman daripada mengerjakan PR				
38	Saya selalu menyelesaikan bagian tugas kelompok yang sudah di bagi				
39	Saya khawatir tidak bisa mengerjakan tugas karena tidak pernah berlatih mengerjakan tugas sebelumnya				
40	Saya cemas tidak mampu mengerjakan tugas karena di awasi oleh guru				
41	Saya khawatir dengan nilai tugas karena tidak maksimal saat mengerjakannya				
42	Saya langsung cemas tidak dapat mengerjakan tugas yang menurut saya sulit karena malas belajar				
43	Saya takut jika hasil tugas saya jelek karena guru tidak bisa membaca tulisan saya karena terburu-buru menulisnya				
44	Saya sangat percaya diri untuk menjawab pertanyaan yang muncul saat presentasi kelompok				
45	Saya merasa mampu menyelesaikan tugas secara individu				

46	Saya ragu akan kemampuan saya sehingga mencontek karena takut gagal				
47	Saya yakin hasil tugas saya akan mendapat nilai yang baik karena mengerjakannya dengan maksimal				
48	Saya merasa tidak yakin dengan kemampuan saya mengerjakan tugas sehingga bertanya teman dahulu agar saya merasa aman				
49	Saya yakin dapat mengerjakan tugas yang menurut saya sulit karena selalu berlatih				
50	Saya selalu mencari referensi-referensi untuk tugas agar tidak kewalahan saat mengerjakannya				
51	Karena tidak yakin dengan kemampuan diri, saya sengaja berleha-leha membuat tugas karena takut salah jika mengerjakannya				
52	Karena takut gagal saya ragu untuk mengerjakan tugas karena merasa kemampuan saya jelek				
53	Mengingat kemampuan saya yang kurang saya merasa ragu dapat memahami maksud dari tugas yang di berikan guru sehingga saya memilih mendiamkan tugas tersebut				
54	Saya merasa kemampuan saya baik untuk dapat mengerjakan tugas dengan maksimal				
55	Saya selalu yakin dengan jawaban tugas yang sudah saya kerjakan sehingga saya tidak perlu mencontek				
56	Saya selalu percaya diri mengangkat tangan di kelas apabila ada pertanyaan dari guru karena saya merasa dapat menjawab pertanyaan dari guru				

PETUNJUK PENGISIAN

1. Tuliskan identitas saudara/i dengan jelas pada lembar jawaban yang telah disediakan.
2. Pilihlah salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan anda, dengan memberikan tanda ceklis (✓) pada kolom yang telah disediakan dengan pilihan jawaban:

SS : Jika Sangat Sesuai

S : Jika Sesuai

TS : Jika Tidak Sesuai

STS : Jika Sangat Tidak Sesuai

Tidak ada jawaban salah dalam setiap pernyataan. Seluruh jawaban

adalah benar selama jawaban tersebut sesuai dengan diri anda

Contoh:

Pernyataan	STS	TS	S	SS
Saya menggunakan gadget setiap hari			✓	

3. Periksa kembali semua jawaban, jangan sampai ada yang belum terjawab.
4. Jika sudah selesai, kumpulkan kembali angket dan lembar jawaban pada petugas.

**Terimakasih
Selamat mengerjakan**



ANGKET SISWA

Nama :

Kelas :

Jenis Kelamin :

No	Pernyataan	STS	TS	S	SS
1	Saya sulit konsentrasi saat guru sedang memaparkan materi akibat sambil bermain game				
2	Saya membuat gadget saya dalam mode silent gara tidak terpengaruh dengan notifikasi				
3	Banyak tugas saya di kelas yang tidak siap karena terlalu banyak membalas pesan-pesan masuk				
4	Saya sering terlambat masuk kedalam kelas karena terlalu fokus membuat konten tiktok				
5	Saya sering bolos sekolah karena mabar (main bareng) mobile legend dengan teman-teman				
6	Saya membuka gadget untuk mencari informasi mengenai materi pelajaran saja				
7	Saya tetap berkonsentrasi di kelas meskipun gadget sayan bergetar				
8	Di kelas saya sering merasa lelah dan ngantuk akibat kurang tidur karena bermain gadget semalaman				
9	Meskipun tengah asyik bermain gadget saya akan tidur jika sudah waktu nya				
10	Saya sering tidak tidur di malam hari karena tidak ingin menghentikan game yang sedang saya mainkan				
11	Saya mengabaikan rasa ngantuk ketika sedang asyik chattingan dengan teman				
12	Saya selalu mematikan gadget saat mau tidur				

13	Saya sering nonton youtube hingga larut malam				
14	Saya tidak pernah tidur dibawah jam 10 malam akibat teleponan dengan teman				
15	Saya lebih baik tidur daripada membalas pesan masuk yang menurut saya tidak penting				
16	Bagi saya gadget bukanlah hal yang penting				
17	Saya tidak akan sanggup berada di sekolah jika gadget saya ketinggalan dirumah				
18	Saya hanya memeriksa gadget ketika berbunyi saja				
19	Saya akan merasa gelisah dan tidak sabaran jika tidak memegang gadget saat di kelas				
20	Saya memainkan gadget hanya saat jam istirahat saja				
21	Gadget dapat membuat mood saya menjadi baik saat jenuh dengan pelajaran				
22	Saya mampu membatasi diri dalam pemakaian gadget				
23	Saya selalu memikirkan gadget saya meskipun saya sedang mengerjakan latihan yang di berikan guru				
24	Saya menonton youtube hanya saat ada waktu luang saja				
25	Bagi saya tidak ada hal yang menyenangkan di sekolah selain bermain gadget				
26	Saya kesulitan untuk berhenti menggunakan gadget walaupun sedang serius diskusi kelompok				
27	Saya tidak akan membalas pesan masuk jika sedang belajar				
28	Meskipun tidak bergetar saya terus-menerus memeriksa gadget saat presentasi kelompok				
29	Saya akan tetap bermain gadget meskipun guru sudah melarangnya				
30	Saya merasa hubungan dengan teman-teman dunia maya jauh lebih akrab daripada teman di sekolah				

31	Saya tidak akan berhenti menggunakan gadget walaupun sudah mempengaruhi nilai-nilai sekolah saya				
32	Saya akan marah jika di ganggu saat bermain gadget				
33	Saya lebih suka komunikasi lewat media sosial daripada komunikasi secara langsung				
34	Saya lebih suka berteman secara langsung				
35	Saya merasa teman online saya lebih memahami saya daripada teman kehidupan nyata				
36	Komunikasi lewat sosial media menurut saya membingungkan				
37	Saya tidak masalah jika satu persatu teman sekelas saya menjauhi saya karena saya memiliki banyak teman dunia maya				
38	Saya memiliki banyak teman dan komunitas dalam dunia nyata				
39	Saya lebih baik cattering dengan teman dunia maya daripada ngobrol dengan teman di kelas				
40	Saya selalu memeriksa sosial media agar tidak ketinggalan percakapan dengan teman online meskipun sedang di ajak ngobrol teman semeja				
41	Saya tidak memainkan gadget saat sedang di charger				
42	Saya merasa terdorong untuk membuka gadget kembali tepat sesaat setelah berhenti menggunakannya				
43	Saya tidak masalah jika kuota internet saya habis				
44	Saya merasa tidak perlu membawa gadget kesekolah				
45	Saat di sekolah saya tetap membawa gadget walaupun sedang terburu-buru izin ketoilet				
46	Waktu yang saya gunakan bermain gadget ternyata lebih lama dari waktu yang sudah saya rencanakan sebelumnya				
47	Saya lebih memilih mencari informasi lewat google				

	daripada bertanya kepada guru				
48	Saya kesulitan untuk membagi waktu antara mengerjakan PR dan bermain gadget				
49	Saya sering mengabaikan tugas tugas sekolah karena asyik menonton live instagram artis idola saya				
50	Saya selalu menciptakan kesempatan untuk bermain gadget walaupun saya tahu bukan waktu yang tepat				
51	Baterai gadget saya yang terisi penuh tidak pernah bertahan sehari karena saya tidak berhenti berbalas pesan di whatsapp				
52	Saya sering diingatkan oleh orangtua karena terlalu banyak menghabiskan waktu bermain gadget daripada mengerjakan PR namun saya tetap saja melupakannya				
53	Saya selalu memikirkan cara untuk mengurangi waktu bermain gadget namun tidak pernah terlaksana				
54	Saya selalu membatasi waktu untuk bermain gadget dan belajar untuk menghadapi ujian				
55	Saya sengaja menghapus aplikasi online untuk mengurangi durasi bermain gadget namun selalu gagal karena saya mendownload dan memainkannya kembali				
56	Saya akan menyimpan gadget saya jika sedang mengerjakan tugas				
57	Saya hanya akan membuka sosial media jika semua tugas-tugas saya yang akan di kumpulkan besok telah selesai				

LAMPIRAN B
SEBARAN DATA PENELITIAN

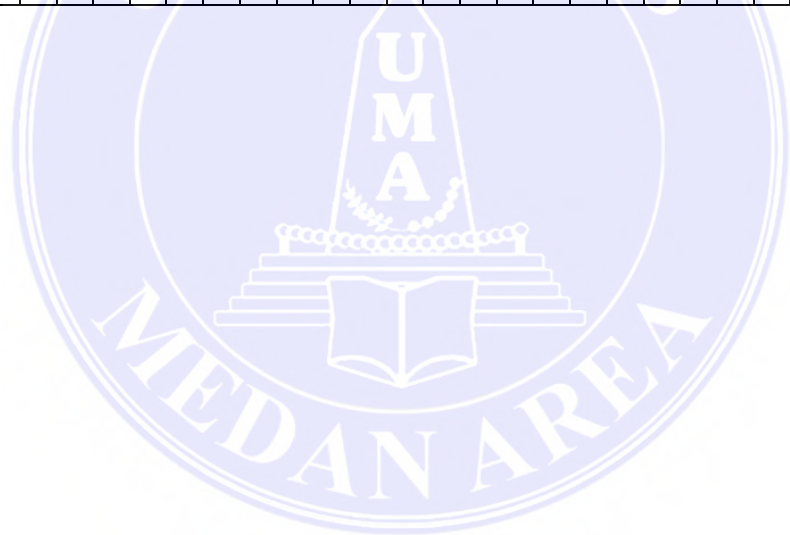


17	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	2	1	2	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	135							
18	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	1	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	168								
19	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	4	3	150				
20	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	1	2	3	1	3	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	145							
21	3	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	2	3	3	2	2	2	1	2	3	1	129				
22	4	3	2	3	2	2	2	3	2	4	3	4	3	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	4	141				
23	2	1	3	3	2	2	1	3	2	2	1	1	2	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	127					
24	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	1	1	2	3	3	4	4	4	2	148					
25	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	3	3	135						
26	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	2	2	2	3	2	4	4	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	3	3	142							
27	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	1	4	1	1	3	4	4	4	4	4	2	1	3	2	1	3	2	2	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	1	148						
28	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	151				
29	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	156					
30	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	2	3	2	4	1	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	150						
31	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	1	4	1	3	4	4	4	169		
32	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	153					
33	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	2	2	2	4	4	3	3	4	4	4	161						
34	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	2	3	4	1	4	4	3	151					
35	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	167					
36	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	3	1	3	3	3	3	3	4	4	3	154					
37	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	1	3	3	4	4	3	3	2	4	142

38	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	1	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	153				
39	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	153				
40	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	154				
41	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	137		
42	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	161			
43	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	4	3	1	3	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	146			
44	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	148			
45	4	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	143			
46	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	157		
47	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	161	
48	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	151		
49	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	164	
50	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	2	3	2	2	3	2	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	141		
51	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	1	2	2	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	162	
52	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	168
53	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	155	
54	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	4	4	4	156
55	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	1	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	1	2	2	2	2	4	4	4	4	4	3	154	
56	4	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	153	
57	4	3	2	3	4	2	3	1	4	3	2	3	3	4	3	2	4	2	3	2	2	1	3	2	1	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	135	
58	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	2	2	1	2	3	4	2	1	2	2	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	147	

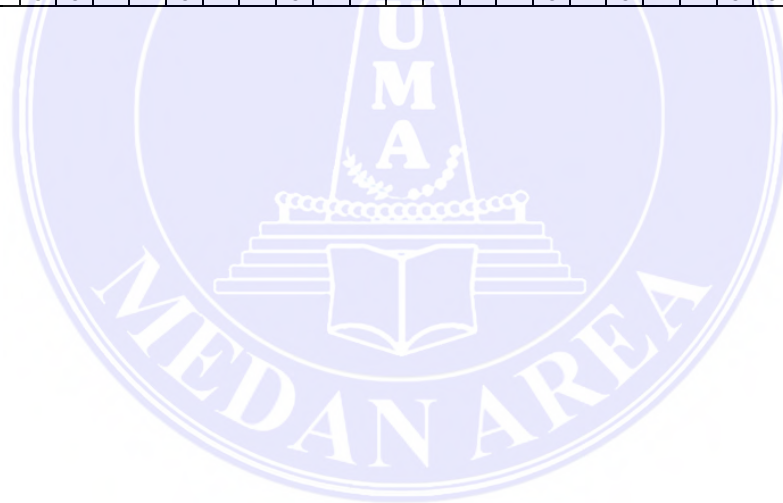
59	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	1	3	3	2	1	2	1	2	1	3	1	1	1	4	2	3	3	3	3	4	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	133
60	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	1	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	149	
61	4	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	1	4	3	4	3	2	4	3	1	4	3	3	4	3	2	1	4	2	3	2	1	3	2	4	145	
62	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	4	2	2	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	134	
63	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	1	3	1	3	2	1	1	2	1	3	1	126		
64	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	143		
65	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	4	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	153		
66	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	2	1	2	2	3	1	3	2	1	1	2	1	2	1	4	4	4	3	4	3	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	130		
67	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	143		
68	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	2	4	4	4	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	151		
69	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	149	
70	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	2	1	130	
71	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	159		
72	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	1	2	3	3	2	3	2	2	4	3	1	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	153		
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	156		
74	4	4	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	1	2	2	2	2	2	1	1	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	141		
75	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	152		
76	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	1	1	2	1	1	3	1	1	2	2	1	1	2	2	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	1	2	2	3	3	2	2	2	4	3	3	128		
77	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	151		
78	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	4	1	2	2	1	2	2	2	1	4	3	3	4	141		
79	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	130		

80	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	4	4	3	2	4	1	1	3	3	3	1	1	3	3	4	1	4	4	3	4	3	3	4	4	4	1	1	2	2	1	1	3	1	2	2	1	2	123	
81	3	2	3	3	1	1	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	134	
82	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	113		
83	4	2	4	2	1	4	4	3	3	3	4	3	3	2	1	1	2	1	2	2	2	2	4	2	4	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	124
84	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	1	1	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	2	4	1	1	1	3	3	1	1	3	1	88	
85	2	1	2	1	1	1	1	4	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	4	1	4	2	1	1	1	1	1	4	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	1	1	2	1	90
86	2	2	2	1	2	1	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	4	1	1	1	2	2	1	1	3	3	1	1	2	3	4	2	2	2	3	3	2	1	1	2	2	92	



35	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	2	4	3	3	2	3	1	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	153			
36	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	4	2	2	1	2	3	131		
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	4	4	3	2	4	4	2	3	3	3	3	141				
38	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	150				
39	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	1	4	3	3	1	3	3	3	1	4	4	2	3	3	3	3	141		
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	3	3	1	4	3	3	1	3	3	3	1	4	4	2	2	2	3	3	141		
41	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	3	146			
42	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	4	140	
43	2	2	4	4	2	3	2	3	1	2	2	3	4	2	4	2	3	1	4	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	141		
44	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	4	4	2	4	3	4	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	137			
45	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2	4	3	2	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	136			
46	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	4	3	2	3	3	139		
47	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	151			
48	3	3	4	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	138			
49	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	151			
50	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	1	2	3	1	2	2	3	4	2	2	2	3	1	1	4	3	3	3	3	124	
51	3	4	1	3	2	3	3	3	3	1	2	3	3	2	4	3	4	2	4	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	2	3	4	2	2	4	3	2	2	3	3	4	136	
52	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	147		
53	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	3	3	138		
54	3	3	4	4	1	3	2	3	4	3	2	4	4	2	4	2	4	3	4	4	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	4	4	4	150		
55	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	141			
56	4	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	2	4	3	2	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	154	
57	3	1	3	3	2	4	3	3	3	2	2	4	3	2	1	2	1	1	4	2	4	3	2	4	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	122			
58	4	2	2	3	2	4	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	1	2	1	2	3	3	3	1	2	3	3	1	2	3	4	2	1	4	4	2	3	4	4	3	130			
59	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	3	3	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	4	163
60	3	4	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	131		
61	3	1	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	1	1	3	2	3	4	3	2	4	4	4	2	2	4	3	2	4	4	2	2	3	3	3	128		
62	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	1	4	3	3	2	4	3	2	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	2	2	3	4	142		
63	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	123		
64	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	1	3	1	4	2	4	3	3	3	2	2	4	3	4	2	2	2	1	1	2	4	2	4	2	4	2	3	124	
65	4	3	2	2	1	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	1	4	2	4	3	2	3	2	3	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	3	3	1	2	2	1	140	
66	2	3	3	3	3	2	4	2	4	1	3	3	2	2	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	2	2	4	4	145
67	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	126	
68	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	1	3	1	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	135		
69	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	1	2	3	3	4	3	3	2	3	4	2	1	3	3	2	1	4	3	2	2	2	3	3	132	
70	3	2	3	3	2	4	3	3	1	3	1	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	126	
71	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	1	1	2	3	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	139		
72	3	3	4	4	3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	1	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	154	

73	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	2	4	2	4	1	3	3	2	4	2	2	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	150			
74	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	145		
75	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	3	4	152		
76	4	2	4	4	2	4	1	3	1	2	3	3	3	2	4	1	1	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	1	4	3	2	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	131			
77	3	2	4	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	4	3	3	1	3	1	4	3	2	2	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	4	134	
78	3	3	4	4	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	156
79	3	1	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	135	
80	3	3	4	3	2	2	1	3	1	3	1	1	4	2	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	150	
81	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	4	2	2	3	3	122	
82	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	4	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	2	4	139	
83	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	3	2	2	4	2	4	2	2	2	4	1	3	1	2	3	3	3	1	2	1	1	3	2	4	3	2	2	2	3	3	93	
84	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	1	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	119	
85	2	2	4	2	2	3	3	2	1	3	2	4	1	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	120	
86	2	1	3	2	1	1	1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	110



LAMPIRAN C
UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS



Scale: KECANDUAN GADGET

Case Processing Summary

	N	%
Valid	86	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	86	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,891	57

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,02	,686	86
aitem_2	2,79	,842	86
aitem_3	3,22	,693	86
aitem_4	3,10	,669	86
aitem_5	2,34	,835	86
aitem_6	2,10	,752	86
aitem_7	2,50	,822	86
aitem_8	3,07	,732	86
aitem_9	2,58	,818	86
aitem_10	2,81	,660	86
aitem_11	2,79	,813	86

aitem_12	3,01	,847	86
aitem_13	2,78	,710	86
aitem_14	2,28	,746	86
aitem_15	3,24	,766	86
aitem_16	3,09	,730	86
aitem_17	2,79	,856	86
aitem_18	2,50	,793	86
aitem_19	3,57	,775	86
aitem_20	3,16	,684	86
aitem_21	3,22	,773	86
aitem_22	2,95	,701	86
aitem_23	2,22	,758	86
aitem_24	3,58	,563	86
aitem_25	3,21	,596	86
aitem_26	2,81	,660	86
aitem_27	3,06	,639	86
aitem_28	2,91	,777	86
aitem_29	3,21	,653	86
aitem_30	3,15	,642	86
aitem_31	2,44	,862	86
aitem_32	2,12	,758	86
aitem_33	2,51	,822	86
aitem_34	3,12	,693	86
aitem_35	2,60	,830	86
aitem_36	2,85	,642	86
aitem_37	2,83	,785	86
aitem_38	3,02	,826	86
aitem_39	2,80	,717	86
aitem_40	2,35	,763	86

aitem_41	3,28	,730	86
aitem_42	3,03	,774	86
aitem_43	2,80	,879	86
aitem_44	2,60	,786	86
aitem_45	3,59	,742	86
aitem_46	3,15	,660	86
aitem_47	3,17	,857	86
aitem_48	2,95	,701	86
aitem_49	2,24	,781	86
aitem_50	3,55	,626	86
aitem_51	3,17	,689	86
aitem_52	2,77	,777	86
aitem_53	2,67	,659	86
aitem_54	2,78	,817	86
aitem_55	2,69	,858	86
aitem_56	2,90	,736	86
aitem_57	3,08	,723	86

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	161,15	214,789	,319	,869
aitem_2	161,38	209,016	,491	,866
aitem_3	160,95	214,727	,319	,869
aitem_4	161,07	211,030	,525	,866
aitem_5	161,84	215,056	,242	,870
aitem_6	162,07	218,372	,123	,872
aitem_7	161,67	210,693	,432	,867

aitem_8	161,10	215,318	,371	,869
aitem_9	161,59	211,797	,387	,868
aitem_10	161,36	213,669	,392	,868
aitem_11	161,38	215,627	,325	,870
aitem_12	161,16	215,620	,215	,871
aitem_13	161,40	212,830	,403	,868
aitem_14	161,90	214,824	,388	,869
aitem_15	160,93	212,889	,367	,868
aitem_16	161,08	210,052	,524	,866
aitem_17	161,38	216,639	,171	,871
aitem_18	161,67	214,787	,369	,870
aitem_19	160,60	213,960	,314	,869
aitem_20	161,01	215,541	,382	,869
aitem_21	160,95	213,692	,327	,869
aitem_22	161,22	213,068	,396	,868
aitem_23	161,95	216,915	,188	,871
aitem_24	160,59	216,644	,385	,869
aitem_25	160,97	215,187	,350	,869
aitem_26	161,36	214,327	,358	,868
aitem_27	161,12	216,951	,329	,870
aitem_28	161,27	212,410	,383	,868
aitem_29	160,97	218,152	,361	,871
aitem_30	161,02	219,976	,068	,872
aitem_31	161,73	219,163	,369	,873
aitem_32	162,06	216,597	,302	,871
aitem_33	161,66	212,838	,340	,868
aitem_34	161,06	217,067	,302	,870
aitem_35	161,57	211,119	,409	,867
aitem_36	161,33	216,575	,348	,870

aitem_37	161,35	210,677	,456	,867
aitem_38	161,15	215,918	,209	,871
aitem_39	161,37	211,295	,474	,867
aitem_40	161,83	216,193	,318	,870
aitem_41	160,90	215,389	,468	,870
aitem_42	161,14	215,204	,459	,870
aitem_43	161,37	213,483	,389	,869
aitem_44	161,57	214,201	,398	,869
aitem_45	160,58	216,505	,212	,870
aitem_46	161,02	212,376	,461	,867
aitem_47	161,00	208,141	,518	,865
aitem_48	161,22	213,492	,375	,868
aitem_49	161,93	215,219	,355	,870
aitem_50	160,63	216,660	,351	,870
aitem_51	161,00	213,600	,377	,868
aitem_52	161,41	213,915	,315	,869
aitem_53	161,50	215,453	,499	,869
aitem_54	161,40	216,665	,180	,871
aitem_55	161,49	211,947	,360	,868
aitem_56	161,28	213,827	,339	,868
aitem_57	161,09	216,038	,341	,870

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
164,17	221,675	14,889	57

Scale: PROKRASINASI

Case Processing Summary

	N	%
Valid	86	100,0
Cases Excluded ^a	0	,0
Total	86	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,905	56

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	3,52	,646	86
aitem_2	3,09	,777	86
aitem_3	3,07	,610	86
aitem_4	3,14	,654	86
aitem_5	2,90	,812	86
aitem_6	3,10	,752	86
aitem_7	3,19	,744	86
aitem_8	3,34	,662	86
aitem_9	3,31	,656	86
aitem_10	3,43	,624	86
aitem_11	3,16	,765	86

aitem_12	3,47	,807	86
aitem_13	3,27	,622	86
aitem_14	3,06	,873	86
aitem_15	2,37	,868	86
aitem_16	2,69	,740	86
aitem_17	2,55	,821	86
aitem_18	2,58	,818	86
aitem_19	2,78	,726	86
aitem_20	2,81	,695	86
aitem_21	2,63	,783	86
aitem_22	2,91	,777	86
aitem_23	2,72	,877	86
aitem_24	3,21	,753	86
aitem_25	3,15	,712	86
aitem_26	2,58	,951	86
aitem_27	3,13	,865	86
aitem_28	2,91	,890	86
aitem_29	3,49	,715	86
aitem_30	3,12	,758	86
aitem_31	3,09	,644	86
aitem_32	3,22	,562	86
aitem_33	2,99	,744	86
aitem_34	3,17	,636	86
aitem_35	3,27	,562	86
aitem_36	3,37	,614	86
aitem_37	3,33	,676	86
aitem_38	3,38	,738	86
aitem_39	3,21	,653	86
aitem_40	3,53	,681	86

aitem_41	3,28	,644	86
aitem_42	3,07	,865	86
aitem_43	2,41	,873	86
aitem_44	2,72	,697	86
aitem_45	2,45	,792	86
aitem_46	2,65	,823	86
aitem_47	2,85	,678	86
aitem_48	2,83	,689	86
aitem_49	2,70	,753	86
aitem_50	2,92	,770	86
aitem_51	2,73	,860	86
aitem_52	3,12	,846	86
aitem_53	3,12	,742	86
aitem_54	2,64	,906	86
aitem_55	3,19	,790	86
aitem_56	2,93	,865	86

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	165,30	273,437	,510	,902
aitem_2	165,73	273,869	,400	,903
aitem_3	165,76	276,328	,398	,903
aitem_4	165,69	270,383	,649	,900
aitem_5	165,93	270,842	,496	,902
aitem_6	165,72	271,709	,504	,902
aitem_7	165,64	271,386	,523	,901

aitem_8	165,49	275,053	,422	,903
aitem_9	165,51	274,818	,438	,902
aitem_10	165,40	278,642	,375	,904
aitem_11	165,66	274,226	,393	,903
aitem_12	165,36	266,821	,655	,900
aitem_13	165,56	275,991	,406	,903
aitem_14	165,77	269,757	,497	,901
aitem_15	166,45	277,827	,313	,905
aitem_16	166,14	275,110	,371	,903
aitem_17	166,28	282,956	,041	,907
aitem_18	166,24	276,469	,280	,904
aitem_19	166,05	275,245	,373	,903
aitem_20	166,01	275,800	,367	,903
aitem_21	166,20	274,678	,365	,903
aitem_22	165,92	276,405	,300	,904
aitem_23	166,10	270,260	,476	,902
aitem_24	165,62	277,298	,375	,904
aitem_25	165,67	274,787	,401	,903
aitem_26	166,24	274,140	,308	,904
aitem_27	165,70	269,484	,511	,901
aitem_28	165,92	267,746	,557	,901
aitem_29	165,34	273,403	,458	,902
aitem_30	165,71	275,785	,334	,903
aitem_31	165,73	277,304	,328	,903
aitem_32	165,60	281,395	,162	,905
aitem_33	165,84	275,644	,347	,903
aitem_34	165,65	281,783	,120	,905
aitem_35	165,56	279,591	,358	,904
aitem_36	165,45	276,251	,398	,903

aitem_37	165,50	275,171	,407	,903
aitem_38	165,44	271,850	,508	,902
aitem_39	165,62	281,016	,151	,905
aitem_40	165,29	276,962	,324	,903
aitem_41	165,55	280,298	,187	,905
aitem_42	165,76	276,728	,353	,904
aitem_43	166,42	278,646	,384	,905
aitem_44	166,10	277,224	,304	,904
aitem_45	166,37	277,060	,368	,904
aitem_46	166,17	277,299	,348	,904
aitem_47	165,98	276,423	,349	,903
aitem_48	166,00	278,094	,369	,904
aitem_49	166,13	283,101	,043	,906
aitem_50	165,91	272,838	,445	,902
aitem_51	166,09	269,568	,512	,901
aitem_52	165,71	264,703	,703	,899
aitem_53	165,71	270,726	,552	,901
aitem_54	166,19	280,812	,103	,906
aitem_55	165,64	277,551	,250	,904
aitem_56	165,90	269,977	,494	,902

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
168,83	284,757	16,875	56

LAMPIRAN D

UJI NORMALITAS

NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kecanduan Gadget	86	139,16	13,418	93	177
Prokrastinasi	86	144,87	16,084	88	169

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KECANDUAN GADGET	PROKRASTINASI
N		86	86
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	139,16	144,87
	Std. Deviation	13,418	16,084
	Absolute	,076	,114
Most Extreme Differences	Positive	,073	,067
	Negative	-,076	-,114
Kolmogorov-Smirnov Z		,704	1,059
Asymp. Sig. (2-tailed)		,705	,212

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

LAMPIRAN E

UJI LINIERITAS

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Prokrastinasi * Kecanduan Gadget	86	100,0%	0	0,0%	86	100,0%

Report

PROKRASTINASI

KECANDUAN GADGET	Mean	N	Std. Deviation
93	124,00	1	.
109	137,00	1	.
110	92,00	1	.
117	123,00	1	.
119	88,00	1	.
120	90,00	1	.
122	142,33	3	13,577
123	126,00	1	.
124	142,00	2	1,414
126	139,00	3	7,810
128	145,00	1	.
130	147,00	1	.
131	145,80	5	11,323
132	138,00	2	15,556
134	150,50	2	,707

135	137,25	4	9,394
136	152,00	3	9,539
137	153,00	3	7,000
138	157,00	3	7,211
139	144,20	5	18,472
140	157,40	5	5,413
141	149,80	5	5,495
142	134,00	1	.
143	153,00	2	,000
144	150,50	2	3,536
145	135,50	2	7,778
146	133,00	2	5,657
147	150,50	2	24,749
150	147,00	4	16,062
151	164,67	3	4,041
152	152,00	1	.
153	167,00	1	.
154	157,67	3	8,083
155	168,00	1	.
156	141,00	1	.
158	153,00	2	7,071
160	141,00	1	.
163	133,00	1	.
164	134,00	2	1,414
177	151,00	1	.
Total	144,87	86	16,084

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Prokrastinasi * Kecanduan Gadget	(Combined)	16783,243	39	430,340	3,802	,000
	Between Groups	4000,815	1	4000,815	35,349	,000
	Linearity					
	Deviation from Linearity	12782,428	38	336,380	2,972	,110
	Within Groups	5206,350	46	113,182		
Total		21989,593	85			

LAMPIRAN F

UJI HIPOTESIS DAN UJI KORELASI

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KECANDUAN GADGET	139,16	13,418	86
PROKRASINASI	144,87	16,084	86

Correlations

		KECANDUAN GADGET	PROKRASINASI
Kecanduan Gadget	Pearson Correlation	1	,427**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	86	86
Prokrastinasi	Pearson Correlation	,427**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	86	86

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

LAMPIRAN G

SURAT IZIN PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Seltabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 351/FPSI/01.10/III/2022 17 Maret 2022
Lampiran : -
Hal : Riset dan Pengambilan Data

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
Mulia Pratama Medan
di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Nora Br Haloho**
NPM : **168600288**
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi


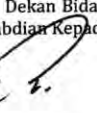
untuk melaksanakan pengambilan data di **Mulia Pratama Medan, Jl. Jaha Raya No. 1 Perumnas Simalingkar Medan** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Kecanduan Gadget dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Pendidikan, Penelitian Dan
Pengabdian Kepada Masyarakat



Dalli Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- , Mahasiswa Ybs
- Arsip





YAYASAN PENDIDIKAN NASIONAL SMA MULIA PRATAMA

NPSN : 10210881 NDS : 3007120144 NSS : 304 076 008 226

Alamat : Jl. Jahe Raya No. 1 - P. Simalingkar Medan - 20141 Telp. 061 - 836 2402

NO : 092/E.5/SMA.MP/III/2022

Medan, 22 Maret 2022

Lamp. : -

Hal : **Perizinan Tempat kegiatan
Riset dan Pengambilan Data**

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Medan Area

di

Tempat

Sehubungan dengan surat saudara Nomor 351/FPSI/01.10/III/2022 tanggal 17 Maret 2022 Perihal Tempat kegiatan Riset dan Pengambilan Data dalam rangka Penyusunan Skripsi atas nama **Nora Br. Haloho** (NPM : 168600288) dengan judul "*Hubungan Kecanduan Gadget dengan Perilaku Prokrastinasi Pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan.*"

Perlu kami informasikan beberapa hal sebagai berikut :

- Pada prinsipnya kami tidak keberatan dan dapat menyetujui permohonan tersebut.
- Izin melakukan riset dan pengambilan data digunakan semata-mata hanya untuk kepentingan Akademik.
- Kegiatan melakukan riset dan pengambilan data dilaksanakan selama 4 (empat) hari sejak tanggal ditetapkan.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Kepala SMA
Swasta Mulia Pratama

Miriam Beliarina Br. Bukit, S.Pd.