

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seiring berkembangnya zaman, semakin berkembang juga ilmu pengetahuan dan teknologi baru. Dengan adanya ilmu teknologi dan informasi yang berkembang sangat pesat dapat mempengaruhi segala aspek kehidupan manusia. Kemajuan teknologi di zaman sekarang ini sudah tidak dapat dihindari lagi karena pada hakikatnya teknologi menjadi sebuah alat yang dapat membantu kehidupan manusia dalam memudahkan segala aktifitas, baik untuk berkomunikasi, mengakses informasi, keperluan bisnis, hiburan dan memenuhi kebutuhan sehari-hari yang bisa diakses dalam kondisi apapun dan dimanapun. Salah satu negara yang penggunaan Internetnya meningkat setiap tahunnya adalah Indonesia, dalam sebuah survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyedia Jasa Internet memperkirakan bahwa pada sepanjang tahun 2024, ada kurang lebih sebanyak 221 juta orang Indonesia menggunakan internet (APJII, 2024).

Semakin berkembangnya internet, begitupun semakin berkembang juga berbagai media sosial, kehadiran media sosial memudahkan orang untuk berkomunikasi, berbagi, dan menciptakan konten dengan mudah, seperti *blog*, *wiki*, forum, dan dunia virtual yang dapat digunakan dari mana saja dan kapan saja (Ainiya, 2019). Media sosial juga dapat menjadi platform yang bisa digunakan dalam periklanan bisnis, selain itu juga bisa menjadi sarana berbagi informasi dalam hal mengekspresikan diri dengan bebas dengan memposting gambar ataupun video secara terbuka tanpa adanya batasan ruang dan waktu. Platform media sosial yang banyak digunakan pada masa kini adalah Youtube, Instagram, Tiktok, X, dll. Dengan adanya media sosial ini, pengguna juga dapat mendapatkan berbagai topik, termasuk informasi seputar isu-isu terkini, seperti berita, konten hiburan, dan ide-ide kreatif lainnya. Siapa pun bahkan dapat bergabung dengan

komunitas yang disesuaikan dengan peminat penggunanya, dan siapapun bisa mendapatkan teman *online*. Maka dari itu dengan segala kemudahan media sosial yang diberikan membuatnya semakin populer.

Pengguna media sosial didominasi oleh kalangan anak sekolah, pelajar Sekolah Menengah Atas (SMA) berada di usia 15-17 tahun, tentu melihat ini usia tersebut masuk dalam kategori remaja Madya. Salah satu perubahan perubahan yang terjadi yaitu terjadi berbagai macam perubahan termasuk perubahan emosi dan tingkah laku. Remaja memiliki kepekaan yang begitu kuat terhadap hal-hal yang baru, dan mereka akan cenderung meniru hal-hal yang paling menonjol di sekitarnya, perubahan perilaku remaja meliputi penggunaan media sosial. Remaja sangat peka terhadap hal-hal baru, dan mereka sering meniru hal-hal yang paling menonjol di lingkungan mereka, salah satunya memanfaatkan media sosial. Banyak remaja yang menghabiskan sebagian waktunya untuk bermain media sosial, hal ini dikarenakan banyaknya fitur-fitur yang bisa digunakan dan mudah membuat remaja akan cenderung untuk mengeksplorasi berbagai media sosial baru.

TikTok merupakan media sosial yang sedang marak di berbagai kalangan, termasuk siswa dari kalangan remaja pada usia sekolah. Menurut Kustiawan, dkk (2022) siswa memutuskan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan melihat TikTok, karena menurut persepsi siswa aplikasi ini dapat menghibur disaat mereka sedang merasa jenuh ataupun bosan ketika belajar. Dalam sebuah survei TikTok menjadi peringkat pertama sebagai media sosial yang paling banyak di unduh. Popularitas TikTok terus naik dalam beberapa tahun terakhir, kepopuleran TikTok di Indonesia bisa dilihat dari jumlah penggunanya yang terus bertambah setiap tahunnya. Dalam sebuah berita tercatat sekitar 106,51 juta pengguna TikTok di Indonesia pada bulan Oktober 2023 ada (Databoks, 2023).

Kusumawardhani dan Sari (2021) menjelaskan bahwa TikTok merupakan aplikasi yang sangat mudah untuk digunakan bagi para penggunanya (*user friendly*). Seseorang dapat TikTok dapat membuat

sebuah video singkat, lalu mengoperasikannya dengan berbagai fitur yang tersedia secara bebas dan gratis. Hal yang bisa ditambahkan dengan menambahkan filter, musik serta memberikan tulisan pada video, untuk menghasilkan sebuah konten video yang lebih menarik. Selain itu, tersedia juga konten-konten yang menarik disesuaikan dengan ketertarikan penggunanya. Banyaknya fitur yang ditawarkan melalui TikTok inilah menjadikan siswa sangat menyukai media sosial TikTok, dan menjadikan TikTok sebagai salah satu aplikasi yang bisa menghibur dan menjadi cara mengalihkan rasa bosan yang muncul dari kehidupan tugas-tugas sekolah (Rasmitasari, dkk, 2021)

Kehidupan remaja sangat dipengaruhi oleh media sosial, terutama bagi siswa. Terlepas dari segala kemudahan yang ditawarkan, penggunaan internet dapat memberikan dampak yang baik dan buruk bagi setiap penggunanya. Adapun dampak positifnya adalah memudahkan dalam hal komunikasi, dalam mengakses informasi menjadi lebih cepat, pertemanan menjadi luas, mengasah *skill* kreativitas dan lain sebagainya. Namun disisi lain media sosial ini juga dapat memberikan dampak yang tidak baik. Rosenthal, dkk (dalam Aziz, 2020) menyebutkan seperti yaitu *cyberbullying*, lupa waktu yang menimbulkan kecanduan atau perasaan khawatir apabila tidak mengakses internet, dan dapat menimbulkan rasa iri terhadap kehidupan orang lain yang terlihat mewah di media sosial.

Remaja saat ini sangat peka terhadap perubahan teknologi yang terjadi dan mampu mengikuti perkembangan dalam era serba digital ini. Perkembangan internet ini diharapkan bisa membawa remaja ke arah yang lebih positif, yaitu dalam kapasitas pengembangan diri yang berkaitan dengan kemampuan, wawasan dan tanggung jawab terhadap tugas-tugas akademik untuk semakin meningkatkan prestasi belajar yang baik di sekolah. Kualitas belajar yang baik, bisa diterapkan apabila siswa bisa mengikuti dan mematuhi semua pedoman umum mengenai proses pembelajaran yaitu keteraturan dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugas akademik, disiplin menggunakan waktu sehingga bisa

berkonsentrasi dalam mengerjakan maupun menyelesaikan sesuatu sesuai dengan waktu yang diberikan. Solomon & Rothblum (dalam Chisan & Jannah, 2021) mengungkapkan bahwa hasil belajar yang efektif hanya dapat dicapai apabila seluruh tugas siswa telah terselesaikan. Artinya siswa diharapkan harus mampu berpartisipasi secara aktif dan mandiri selama proses belajarnya, yaitu dengan menyelesaikan seluruh tugas sekolah, membaca materi yang berkaitan dengan pembelajaran, menghadiri kelas dalam setiap belajar, mengikuti diskusi kelas, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, serta belajar mandiri dalam mempersiapkan menghadapi ujian.

Namun realitanya siswa pasti akan menghadapi berbagai tantangan dan permasalahan selama proses pembelajaran sehari-hari, salah satunya adalah rasa bosan selama proses belajar tersebut. Menurut Hakim (dalam Herdiana, dkk., 2021) mengartikan kejenuhan belajar sebagai keadaan psikologis dimana rasa lelah dan bosan yang membuat seseorang menjadi tidak bersemangat, atau tidak bergairah dalam belajar. Kondisi ini biasanya muncul ketika siswa merasa bahwa jumlah tugas yang diberikan melebihi kapasitas, sehingga bisa menimbulkan hasil belajar yang tidak maksimal. Oleh karena itu, banyak siswa yang memilih untuk mengesampingkan tugas utama dan lebih memilih melakukan suatu kegiatan yang dianggap bisa lebih menyenangkan sebagai upaya untuk menghilangkan kebosanan saat belajar. Oleh karena itu, banyak dari remaja yang sudah pasti memiliki akun media sosial dan mengalokasikan sebagian waktunya untuk berinteraksi di media sosial. Saat siswa menghadapi tugas-tugas yang dianggap sulit dan berhadapan dengan situasi yang membosankan, mereka akan memilih untuk menunda menyelesaikan tugas tersebut dengan melakukan aktivitas lain yang dianggap lebih mengasyikkan, seperti menonton film, membaca buku, berolahraga, atau sekadar menggunakan ponsel untuk mengakses media sosial, hal ini dilakukan upaya untuk menghilangkan rasa bosan tersebut.

Menurut Ajzen (dalam Afrelia & Khairat, 2022) intensitas adalah upaya yang dilakukan seseorang dalam mengerjakan suatu kegiatan.

Tingkat intensitas seseorang dalam melakukan sesuatu dapat diukur dari durasi, frekuensi, perhatian dan penghayatan. Konsekuensi dari semakin meningkatnya penggunaan media sosial TikTok dikalangan remaja dapat membuat mereka menjadi lupa waktu. Menurut Judith (dalam Afrelia & Khairat, 2022) terkait penggunaan media sosial, remaja dikatakan normal dalam mengakses TikTok apabila pemakaiannya kurang dari 3 jam sehari. Akan tetapi jika penggunaan media sosial TikTok sudah melewati dari 3 jam sehari, maka hal tersebut sudah melewati batas normal, sehingga hal ini bisa membuat mereka dalam pengendalian diri. Kemampuan menggunakan waktu dengan tepat tidak selalu dimiliki oleh siswa, Ketidakmampuan siswa dalam mengendalikan diri menggunakan waktu dengan baik akan menimbulkan perilaku kecanduan dalam bermain media sosial, hal ini membuat siswa menjadi malas dan melupakan kewajiban mereka sebagai pelajar dan membuat mereka menjadi menunda tugas-tugas yang seharusnya dikerjakan (Gani, 2020). Pengguna TikTok yang dengan intensitas yang tinggi mungkin cenderung bisa membuat penggunanya menjadi lupa waktu. apabila dibiarkan secara terus menerus tak jarang akan membuat penggunanya menjadi kecanduan seperti muncul rasa malas terhadap tugas, melupakan kewajibannya dalam belajar, dan kebiasaan selalu menunda mengerjakan tugas sekolah karena terhanyut dalam menggunakan Tik Tok (Firliana & Dariyo, 2023).

Menurut McCloskey dan Scielzo (dalam Tannia & Monika, 2022) prokrastinasi akademik dapat terjadi kepada seluruh tingkat pendidikan, karena perilaku menunda-nunda yang dilakukan ini adalah sebuah perilaku yang dilakukan secara sadar oleh siswa dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Salah satu alasan utama mengapa orang menunda memulai atau menyelesaikan suatu tugas disebabkan karena kurangnya seseorang dalam manajemen waktu dengan baik. Banyaknya tugas yang diberikan oleh guru di sekolah sering kali membuat siswa enggan memulai mengerjakannya dan biasanya menyebabkan perilaku menunda-nunda dalam mengerjakan tugas.

Bentuk penundaan yang dilakukan oleh siswa dalam psikologi dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Prokrastinasi akademis mengacu pada jenis penundaan yang terjadi pada tugas formal yang terkait dengan akademis seperti tugas sekolah. Istilah prokrastinasi mengacu pada kurangnya disiplin dalam menggunakan waktu dengan benar, yang mengakibatkan banyak waktu terbuang untuk kegiatan yang sia-sia, sehingga mengakibatkan penyelesaian tugas yang kurang optimal. Penundaan yang dilakukan oleh siswa termasuk menunda mengerjakan tugas, menunda belajar untuk ujian, menunda pergi ke sekolah, dan sebagainya.

Ellis dan Knaus (Ghufron & Risnawita, 2010) menggambarkan prokrastinasi sebagai jenis penundaan yang disebabkan oleh keyakinan seseorang bahwa segala sesuatunya harus diselesaikan dengan sempurna, sehingga rasa takut melakukan kesalahan membuat orang tersebut merasa lebih baik jika mereka tidak melakukannya. Penundaan akademis juga dapat disebabkan oleh keyakinan irasional yang dihasilkan dari kesalahan dalam persepsi tugas, seperti tugas yang dianggap sulit dan membosankan untuk diselesaikan. Ketika siswa merasa tidak mampu mengerjakan tugas yang dianggap terlalu sulit, hal ini dapat menyebabkan siswa membutuhkan lebih banyak waktu untuk menyelesaikan tugas mereka, yang secara eksplisit menjelaskan mengapa siswa tidak dapat menyelesaikannya tepat waktu. Kebiasaan menunda-nunda ini dapat terjadi karena ada faktor-faktor dalam diri individu yang mendorongnya misalnya karena bermalas-malasan, tidak suka akan tugas yang harus diselesaikan, merasa bosan dalam belajar sehingga lebih memilih melakukan kegiatan yang dianggap menyenangkan.

Menurut Solomon & Rothblum (dalam Chisan & Jannah, 2021) perilaku prokrastinasi akademik bisa muncul pada siswa disebabkan oleh karena berbagai alasan, misalnya: kecemasan akan evaluasi, kesulitan dalam membuat keputusan, ketidakmampuan dalam mendisiplinkan diri, ketakutan akan konsekuensi dari sebuah pencapaian, adanya penolakan pada tugas, dan sifat perfeksionis terhadap diri sendiri. Jika keterlambatan

siswa tidak ditangani, mungkin sulit bagi mereka untuk menyelesaikan tugas mereka. Ferrari (dalam Latifah, dkk 2023) menyatakan bahwa penundaan memiliki makna yang baik jika terjadi pada saat yang tepat, didukung oleh alasan yang kuat, dan memiliki tujuan yang jelas. Bentuk penundaan berfungsi sebagai rencana dan upaya untuk menjamin bahwa suatu pekerjaan diselesaikan dengan benar dan menyeluruh, bahkan jika membutuhkan waktu lebih lama dari yang dimaksudkan. Contohnya termasuk menunda pekerjaan karena merasa tidak enak badan, menunda pekerjaan karena tidak ada cukup perlengkapan untuk melakukan pekerjaan tersebut. Penundaan yang terjadi tanpa tujuan yang jelas dapat menimbulkan masalah dan dapat dianggap sebagai penundaan yang buruk, jika tidak ditangani dapat berdampak buruk pada kemampuan siswa untuk menyelesaikan tugas mereka.

Solomon dan Rothblum (dalam Chisan & Jannah, 2021) menyatakan bahwa seseorang yang menunda mengerjakan melewati batas tenggat waktu akan berdampak buruk, yang menyebabkan tugas menjadi tidak terselesaikan dengan baik. Akibatnya hasil belajar yang diperoleh menjadi tidak optimal dan tidak sesuai dengan apa yang diharapkan. Hal ini memperkuat pernyataan Savira dan Yudi (dalam Junia, dkk, 2019) menyebutkan bahwa kesuksesan dalam akademik tidak dilihat hanya dari faktor intelegensi saja, tetapi kebiasaan dengan melakukan penundaan terutama memulai dan menyelesaikan tugas akademik juga bisa memberikan hasil belajar menjadi tidak optimal. Siswa yang melakukan penundaan bisa terjadi juga karena banyaknya beban tugas yang menumpuk, hal ini menyebabkan siswa berasumsi bahwa tugas sekolah merupakan sesuatu tugas yang berat dan membosankan. Dalam mengatasi hal tersebut, banyak siswa yang memilih untuk mencari hiburan melalui media sosial. Tingkat prokrastinasi akademik di kalangan pelajar Indonesia telah menjadi subjek berbagai penelitian. Salah satu hal yang membuat seseorang menunda mengerjakan tugas dan kewajibannya adalah penggunaan media sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Neidi (2019) menemukan adanya korelasi yang positif terhadap intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik. Akibat dari penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menjadikan seseorang lupa akan aktivitas yang seharusnya dilakukan. Dalam temuan Latifah, dkk (2023) juga terdapat pengaruh positif yang signifikan antara variabel intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial akan diikuti semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti saat sedang melakukan Pengalaman Praktik Lapangan (PPL) pada bulan Juli-Oktober 2023 pada siswa kelas X (A, B, C) di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur. Terdapat beberapa perilaku prokrastinasi yang terlihat seperti: tugas harian individu yang diberikan oleh guru tidak langsung dikerjakan melainkan acuh dan memilih fokus berbincang dengan teman ataupun melihat *handphone*, siswa melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas tanpa memperkirakan akan adanya keterbatasan waktu sehingga pada saat pengumpulan tugas menjadi terlambat, siswa kerap terlambat mengumpulkan PR meskipun sudah diberikan tenggang waktu pada saat pengumpulan. Siswa kerap menunda-nunda waktu untuk masuk kelas pada saat jam pelajaran jadi ketika guru sudah masuk ke dalam kelas masih ada siswa yang berada diluar kelas atau bahkan pura-pura izin ke toilet padahal karena tidak ingin belajar, saat guru masuk kelas siswa masih belum siap memulai pembelajaran karena masih asik melakukan hal-hal seperti bermain *game online*, menonton film, dan melakukan aktivitas lainnya. Kebiasaan-kebiasaan yang peneliti lihat sejalan dengan ciri-ciri prokrastinasi akademik yang dikemukakan oleh Ferrari, dkk (dalam Ghufron & Risnawita, 2010) yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, Keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara kinerja dan aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

Peneliti juga melakukan survei awal kepada siswa kelas X SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur. Survei tersebut disusun dalam bentuk pertanyaan yang hendak mengetahui seberapa banyak siswa yang memiliki dan menggunakan sosial media TikTok. Hasil dari total 76 siswa yang mengisi angket tersebut diperoleh data bahwa sebanyak 66 siswa (86,8%) memiliki dan menggunakan sosial media TikTok. Dari 66 siswa tersebut, sebanyak 57 siswa (75%) menggunakan TikTok setiap hari. Diperoleh data juga bahwa sebanyak 57 siswa (75%) menggunakan TikTok setiap hari untuk melihat konten dan sisanya sebanyak 19 siswa (25%) menggunakan TikTok setiap hari untuk membuat konten. Selain itu, diperoleh juga data bahwa sebanyak 41 siswa (54%) memilih menggunakan TikTok sebagai aktivitas untuk menunda mengerjakan tugas sekolah. Gambaran data studi awal tersebut dapat mendeskripsikan bahwa adanya kecenderungan siswa untuk menunda menyelesaikan tugas sekolah karena waktu yang ada dihabiskan untuk menggunakan TikTok.

Berdasarkan dari fenomena yang telah dipaparkan, peneliti merasa ini perlu dilakukan karena dan perilaku prokrastinasi akademik adalah sebuah permasalahan yang kerap dialami oleh banyak siswa. Penggunaan TikTok dengan intensitas yang besar dapat membuat siswa merasa malas dalam mengerjakan dan menyelesaikan tugas sekolah. Peneliti tertarik ingin meneliti dan mengetahui secara spesifik apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan prokrastinasi akademik, dengan lokasi dan sampel penelitian yang berbeda dari dari penelitian sebelumnya. Maka dari itu peneliti menetapkan judul yaitu: “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Perilaku Prokrastinasi Akademik di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Seperti apa profil intensitas penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur?
2. Seperti apa profil prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur?
3. Apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial TikTok dengan perilaku prokrastinasi akademik di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur?

C. Batasan Masalah

Studi ini difokuskan pada kecenderungan perilaku menunda-nunda yang disebabkan oleh intensitas penggunaan TikTok yang berlebihan. Beberapa contoh penundaan yang dilakukan antara lain tidak menyerahkan tugas tepat waktu, mengabaikan pelajaran yang diberikan guru, dan memilih untuk melakukan sesuatu yang dianggap lebih menyenangkan daripada menyelesaikan tugas tepat waktu.

D. Tujuan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan tingkat intensitas penggunaan media sosial TikTok pada siswa kelas X di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur.
2. Mendeskripsikan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa kelas X di SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur.
3. Mengetahui apakah terdapat hubungan antara Intensitas penggunaan media sosial TikTok dengan perilaku prokrastinasi akademik di pada SMA Ignatius Slamet Riyadi Jakarta Timur.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini menjadi kajian literatur yang bisa digunakan bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling

yang menyangkut permasalahan siswa yang mengalami prokrastinasi akademik.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi sekolah penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai permasalahan siswa sehingga dapat dijadikan masukan dalam penyelenggaraan program layanan yang akan diberikan kepada siswa;
- b. Manfaat bagi guru BK, penelitian ini diharapkan menjadi bahan evaluasi untuk kedepannya agar bisa mengontrol siswa di sekolah, dan dapat menjadi referensi untuk memberikan layanan yang sesuai kepada siswa yang mengalami prokrastinasi akademik yang disebabkan karena mengakses media sosial terlalu sering;
- c. Manfaat bagi siswa, diharapkan siswa bisa mengelola waktunya dengan baik sehingga bisa meminimalisir perilaku menunda-nunda dalam menyelesaikan tugas.