



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 5643-5655

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Investigasi Prokrastinasi Siswa dalam Perspektif Penggunaan Media Sosial

Hadiarni^{1✉}, Kiki Mariah², Santika Arizky Pratama³

(1,3) UIN Mahmud Yunus Batusangkar, (2) Universitas Riau

Email: hadiarni@uinmybatusangkar.ac.id^{1✉}

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh tingginya penggunaan media sosial di kalangan siswa sehingga berdampak terhadap penundaan terhadap tugas dan pekerjaannya. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam kondisi prokrastinasi siswa pengguna media sosial. Penelitian ini menggunakan adalah *Mixed Methods*, Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Sungai Tarab dengan teknik *purposive sampling* jumlah sampel 45 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan mengadminstrasikan angket dan ditindaklanjuti dengan dengan wawancara mendalam. Analisi data dilakukan dengan menggunakan rumus prosentase untuk mengetahui tingkatan prokrastinasi dan wawancara untuk menggali dampak penggunaan media sosial tersebut terhadap penundaan tugas. Temuan penelitian menunjukkan siswa yang mengalami prokrastinasi pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 orang siswa (7%), kategori tinggi, 22 orang (49%), kategori sedang, 17 orang (44%) dan tidak ditemukan pada kategori rendah dan sangat rendah. Dari analisis data wawancara ditemukan siswa siswa yang sangat tinggi dalam penggunaan media sosial dan prokrastinasi karena: 1) tidak membatasi penggunaan media sosial dalam sehari akan tetapi sering lupa waktu untuk mengerjakan tugas dan menunda melakukan pekerjaan rumah, 2) menggunakan media sosial dari pulang sekolah sampai sore dan dilanjutkan lagi pada malam hari dan 3) menggunakan media sosial lebih dari 4 jam dalam sehari.

Kata Kunci: *Prokrastinasi, Media Sosial*

Abstract

This research is motivated by the high use of social media among students which has an impact on delays in assignments and work. This research aims to dig deeper into the procrastination conditions of students who use social media. This research uses Mixed Methods. The population of this research is students of SMPN 1 Sungai Tarab with a purposive sampling technique with a sample size of 45 people. Data collection was carried out by administering a questionnaire and followed up with in-depth interviews. Data analysis was carried out using a percentage formula to determine the level of procrastination and interviews to explore the impact of using social media on task procrastination. The research findings showed that 3 students (7%) experienced procrastination in the very high category, 22 students (49%) in the high category, 17 students (44%) in the medium category and none in the low and very low categories. From the analysis of interview data, it was found that students were very high in social media use and procrastination because: 1) they did not limit their use of social media in a day but often forgot time to do assignments and postponed doing homework, 2) used social media from school until afternoon and continuing again in the evening and 3) using social media more than 4 hours a day.

Keywords: *Procrastination, Social Media*

PENDAHULUAN

Media sosial adalah sebuah media dalam jaringan (daring) sehingga penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Jejaring sosial merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia. Menurut Adreas, media sosial merupakan sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang dibangun atas dasar ideologi dan teknologi Web 2.0 yang memungkinkan penciptaan pertukaran user-generated content (berbagai bentuk konten) (Tri Buana, dkk., 2020:2). Tidak dapat dipungkiri bahwa penggunaan media sosial telah membawa perubahan begitu drastis terhadap pola pikir dan gaya hidup penggunanya, kemajuan ilmu teknologi telah membawa kehidupan ke era yang tak terbatas, jangkauan yang semakin luas, apapun nyaris bisa didapatkan dengan mudah hanya bermodalkan telepon selular dan laptop, baik itu informasi dan kebutuhan sehari-hari. Media sosial dapat memudahkan penggunanya dalam menjangkau informasi yang sangat luas. Teknologi informasi dan komunikasi adalah sesuatu yang bermanfaat untuk mempermudah semua aspek kehidupan manusia, media sosial merupakan media daring, yaitu media yang hanya ada dengan menggunakan internet dimana para penggunanya bisa menuangkan ide, mengekspresikan diri dan menggunakan sesuai dengan kebutuhannya. Meningkatnya teknologi digital juga menciptakan munculnya beragam laman dan aplikasi online sebagai media pendukung dan penunjang hidup seseorang, seperti platform pendidikan *online*, *marketplace*, *social networks*, *online m-banking* dan sebagian lainnya.

Terdapat beragam jenis media sosial yang tersedia ., Namun, yang kerap kali digunakan di akhir-akhir ini adalah *social networks*, seperti whatsapp, instagram, tiktok, line, youtube, twitter, facebook, dan sebagian lainnya (Novanda dan Supriyanto, 2020). Kehadiran beragam aplikasi media sosial memberikan kemudahan bagi penggunanya untuk berkomunikasi dan bersosialisasi. Media sosial memiliki banyak sekali dampak positif dalam kehidupan sehari-hari yaitu sebagai alat penghubung komunikasi ditengah-tengah kehidupan sosial, dengan media sosial individu akan mudah dalam berbagi dan menerima informasi, menambah banyak teman dan juga dapat berhubungan baik dengan sesama pengguna media sosial. Banyak sekali ditemukan dampak positif dari media sosial yaitunya memudahkan dalam berbagi dan menerima informasi, meningkatkan rasa percaya diri, menjalin silaturahmi serta dapat menambah wawasan lingkungan dan pertemanan (Ainiyah, 2018:225). Dampak positif lainnya yaitu sebagai sarana untuk berdiskusi sehingga mempermudah kegiatan belajar dan untuk menghilangkan rasa jenuh dalam belajar (Khairuni Nisa, 2016:100).

Diantara sekian banyaknya kegunaan media sosial tentunya ada beberapa kegunaan yang akan membawa keburukan jika tidak membatasi penggunaan media sosial akan menyebabkan kecanduan sehingga mengakibatkan kelalaian dari penggunanya, kelalaian atau menunda-nuda pekerjaan yang seharusnya dikerjakan karena sering menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial. Kumorotomo mengemukakan bahwa salah satu yang dapat menyebabkan terjadinya pemborosan waktu adalah keinginan untuk menggunakan atau mengakses media sosial (Riyandita, 2016 : 212). Ferrari, dkk mengemukakan bahwa melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan merupakan salah satu ciri seorang prokrastinator. Aktivitas menyenangkan tersebut dapat berupa membaca majalah, menonton televisi, mengobrol, jalan-jalan, mendengarkan musik, tak terkecuali bermain gadget. Dengan demikian menggunakan media sosial ini menjadi salah satu aktivitas menyenangkan dan memiliki hubungan terhadap penyelesaian tugas, seperti menggunakan whatsapp, instagram, snapchat, facebook, twitter, tiktok dan media chatting lainnya. Walaupun hanya sekedar membalas pesan, melihat-lihat tayangan video yang tentunya akan menghabiskan waktu (Ghufron & Risnawita, 2012).. Hasil pengamatan oleh Ghufron (2003) pada sebagian siswa SMU atau MA dan yang sederajat di Yogyakarta, dapat disimpulkan bahwa penundaan merupakan salah satu kebiasaan yang sering dilakukan remaja dalam menghadapi tugas-tugas mereka. Hal ini memperkuat pernyataan (Savira & Suharsono, 2013) yang mengatakan bahwa "kegagalan atau kesuksesan individu sebenarnya bukan karena faktor intelegensi semata namun kebiasaan melakukan penundaan terutama dalam penyelesaian tugas akademik".

Disamping dampak di atas, dampak negatif lainnya adalah terjadinya kemerosotan moral di kalangan warga masyarakat, khususnya di kalangan remaja dan pelajar, seperti kenakalan dan tindakan menyimpang di kalangan remaja semakin meningkat, serta perubahan pola interaksi dalam keluarga karena kehadiran komputer maupun smartphone (Ngafifi,2014). Barton menambahkan bahwa gangguan siswa dalam belajar sehingga tidak berkonsentrasi dalam belajarnya yang berakibat kepada kelalaian dan penundaan terhadap pekerjaannya salah satunya di akibatkan oleh penggunaan media sosial (Livia, 2022:5). Penundaan itu ini dikenal dengan istilah prokrastinasi.

Prokrastinasi yaitu seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan tugas disebut seseorang yang melakukan prokrastinasi. Tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak (Gufron, 2010:151). Menurut Steel (dalam Ilyas dan Suryadi, 2017:74) "Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diamanahkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat berpengaruh pada hal yang buruk pada hari ini bahkan juga masa depannya". Prokrastinasi memiliki ciri-ciri akademik tertentu (Ferrari, Johnson dan McCown, 1995 : 82) yaitu: 1) melakukan penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi, 2) kelambanan dalam mengerjakan tugas. 3) memiliki kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas, dan 4) lebih cenderung untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan. Prokrastinasi merupakan bentuk penundaan mengerjakan tugas yang berhubungan dengan kinerja akademik maupun non akademik. s. Menurut (Ferrari, dalam Ghufron, 2003) prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan jenis akademik, misalnya tugas sekolah. Prokrastinasi non-akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non-formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan lain sebagainya. Prokrastinasi juga memiliki beberapa ciri-ciri yaitu penundaan dalam memulai maupun dalam mengerjakan tugas, lamban dalam mengerjakan tugas, kurang mampu membagi waktu dalam mengerjakan tugas dan melakukan aktifitas lainnya yang dirasa lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas sekolah yaitu menggunakan media sosial. Mengakses media sosial merupakan salah satu aktivitas siswa yang sangat disenangi siswa. Mereka cenderung mengahabiskan waktu untuk mengakses internet yang sama sekali tidak berhubungan dengan tugas akademiknya, sehingga siswa melakukan penundaan terhadap tugas-tugas akademiknya (Azizah dan Kardiyem, 2020:127). Banyak faktor yang menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi yaitu faktor yang timbul dari diri individu

sendiri yang bertujuan untuk kesenangan dan juga faktor dari luar seperti pertemanan dan lingkungan sekitar tempat tinggal. Berbagai permasalahan yang timbul dalam penggunaan media sosial yang berdampak pada prokrastinasi akademik maupun non akademik, dapat menyebabkan berkurangnya efisien waktu, beresiko bagi kesehatan dan malas melakukan kegiatan tertentu (Ainiyah, 2018).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa intensitas bermain game online memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam bermain game online maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk berperilaku prokrastinasi akademik. (Kurniawan, 2017). Semakin sering siswa menggunakan media sosial maka semakin tinggi kecenderungan dalam melakukan prokrastinasi akademik.. (Junia, 2019), kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa pengguna media sosial tidak memiliki hubungan yang positif.

Beberapa penelitian yang telah dilakukan umumnya baru membahas tentang prokrastinasi akademik, baik yang berkaitan dengan tingkatan serta kaitannya dengan aspek lainnya. Sementara penelitian yang berkaitan dengan prokrastinasi non akademik serta alasan melakukan prokrastinasi tersebut belum banyak dibahas. Terkait dengan kondisi di atas, penelitian ini mencoba menggali informasi prokrastinasi akademik dan non akademik dikalangan siswa serta alasan mengapa prokrastinasi tersebut terjadi. Penelitian menjadi sangat signifikan untuk dilakukan mengingat prokrastinasi, baik itu akademik maupun non akademik akan sangat berdampak terhadap pencapaian tujuan pendidikan jika tidak segera ditindaklanjuti dan dicari solusi antisipatif agar prokrastinasi tersebut bisa diminimalisir.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan adalah mixed methods, karena menggunakan dua pendekatan yaitu kuantitatif dan kualitatif (Sugiyono, 2013) untuk mendapatkan gambaran tentang tingkat prokrastinasi dan mengapa prokrastinasi tersebut terjadi. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 1 Sungai Tarab sedangkan sampel adalah 45 orang siswa terpilih dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket menggunakan skala Likert alternatif dengan jawaban selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (JR), dan tidak pernah (TP) untuk mengetahui tingkat prokrastinasi siswa dan wawancara mendalam untuk mengetahui alasan mengapa prokrastinasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan rumus prosentase untuk

menggambarkan tingkat prokrastinasi siswa pengguna media sosial serta analisis kualitatif untuk mendeskripsikan penyebab prokrastinasi yang dialami siswa tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat Prokrastinasi Siswa Pengguna Media Sosial

Untuk memperoleh data prokrastinasi siswa, penulis membuat angket yang terdiri dari 18 pernyataan yang harus dijawab oleh siswa yang berisi seputar prokrastinasi siswa pengguna media sosial. penelitian dilakukan kepada 45 siswa yang dijadikan sampel penelitian. Data tersebut diolah dalam bentuk tabel dan kemudian dianalisis sebagai berikut:

Tabel 1. Interval Distribusi Data Prokrastinasi siswa

No	Interval	Frekuensi	%	Kategori
1	76 – 90	3	7 %	Sangat tinggi
2	62 – 75	22	49 %	Tinggi
3	47 – 61	20	44 %	Sedang
4	33 – 46	0	0 %	Rendah
5	18 – 32	0	0 %	Sangat rendah
Total		45	100%	

Penyebab Prokrastinasi Siswa Pengguna Media Sosial

Untuk menggali informasi lebih dalam mengapa prokrastinasi tersebut bias terjadi, beberapa temuan penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Menunda untuk menyelesaikan tugas karena menggunakan media sosial

Penundaan dalam memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi merupakan salah satu ciri dari seorang prokrastinator (Ferrari, Johnson & McCown, 1995 : 82). Jenis penyebab prokrastinasi ini dialami oleh responden 6 (JRD) dalam sebuah wawancara sebagaimana berikut:

Peneliti : Apa saja jenis media sosial yang digunakan ?

Responden 6 (JRD) : Saya menggunakan whatsapp, instagram, tiktok dan juga bermain game online.

Peneliti : Berapa lama menghabiskan waktu menggunakan media sosial dalam sehari?

Responden 6 (JRD) : Dalam menggunakan media sosial saya tidak membatasi waktu berapa lama terkadang saya bermain game online sampai lupa waktu, lupa makan dan tidak mengerjakan pekerjaan rumah.

Peneliti : Bagaimana akibat penggunaan media sosial terhadap tugas-tugas

Responden 6 : Media sosial bagi saya dapat menyebabkan kelalaian saya untuk mengerjakan tugas karena media sosial saya sering menunda waktu untuk mengerjakan tugas.

2. Tidak dapat menargetkan waktu dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan

Ketidakmampuan dalam menargetkan waktu dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan akan berdampak kepada kelambanan atau keterlambatan dalam mengerjakan tugas. Ini juga salah satu ciri dari seorang procrastinator (Ferrari, Johnson & McCown, 1995 : 82). Jenis penyebab prokrastinasi ini dialami oleh responden 35 (RTN) dalam sebuah wawancara sebagaimana berikut:.

Peneliti : Apa saja jenis media sosial yang digunakan ?

Responden 35 : Awalnya saya menggunakan facebook, tetapi sekarang yang sering digunakan yaitu nya, instagram, whatsapp, dan tiktok.

Peneliti : Berapa lama menghabiskan waktu menggunakan media sosial dalam sehari?

Responden 35 : Biasanya dari pulang sekolah sampai sore saya menggunakan media sosial, setelah itu melakukan kegiatan lain dan pada malam hari saya lanjut lagi menggunakan media sosial. Jika tidak menggunakan media sosial rasanya tidak senang karena media sosial sudah menjadi bagian penting bagi saya, setidaknya dalam sehari saya ada menggunakan media sosial.

Peneliti : Bagaimana akibat penggunaan media sosial terhadap tugas-tugas

Responden 35 : Jika menggunakan media sosial terlalu lama tugas-tugas sekolah maupun pekerjaan rumah sering terbengkalai. Biasanya saya bermain media sosial terlebih dahulu baru setelah itu mengerjakan tugas, hal tersebut membuat saya lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan media sosial tetapi tugas tetap saya kerjakan setelah itu.

3. Memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan

Kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan juga merupakan salah satu ciri dari seorang procrastinator (Ferrari, Johnson & McCown, 1995 : 82). Akibatnya, Tugas-tugas yang harusnya menjadi prioritas akhirnya menjadi terabaikan karena lebih memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan,

seperti menggunakan media sosial. Situasi ini dialami oleh responden 36 (NM) dalam sebuah wawancara sebagaimana berikut:

- Peneliti : Apa saja jenis media sosial yang digunakan ?
- Responden 35 (NM) : Sama halnya dengan yang lain saya menggunakan media sosial yang biasa digunakan yaitu instagram, whatsapp, dan tiktok, yang paling sering digunakan adalah tiktok.
- Peneliti : Berapa lama menghabiskan waktu menggunakan media sosial dalam sehari?
- Responden 35 (NM) : Saat di rumah saya lebih banyak menggunakan waktu untuk bersantai dengan menggunakan media sosial setelah itu baru saya mengerjakan tugas atau pekerjaan yang ada di rumah.
- Peneliti : Bagaimana akibat penggunaan media sosial terhadap tugas-tugas
- Responden 35 (NM) : Kadang-kadang dalam proses belajar yang seharusnya saya belajar akibat media sosial saya sering menunda waktu belajar saya, tugas yang seharusnya saya kerjakan tidak dikerjakan dan akhirnya menumpuk sehingga membuat pekerjaan saya menjadi berat.

Dari hasil penelitian ditemukan siswa yang sangat tinggi mengalami prokrastinasi sering menunda waktu dalam mengerjakan tugas dan menunda melakukan pekerjaan rumah, tidak dapat menargetkan waktu dalam mengerjakan tugas atau pekerjaan dengan cara menunda mengerjakan tugas dan pekerjaan rumah menjadi terbengkalai dan memilih melakukan aktivitas yang menyenangkan sehingga menunda mengerjakan tugas dan pekerjaan akibatnya pekerjaan menumpuk dan berat untuk dilakukan.

Terkait dengan temuan penelitian di atas, sebagian besar pengguna media sosial adalah siswa sekolah. Menurut laporan Hootsuite (Riyanto, 2021), orang Indonesia menghabiskan rata-rata 3 jam 14 menit per hari di media sosial. Siswa Gen Z paling banyak mengakses media sosial. Penggunaan media sosial ini berdampak kepada terjadinya prokrastinasi. Dari sekian banyak media sosial yang tersedia, yang paling sering digunakan adalah instagram, whatsapp, dan tiktok, yang paling sering digunakan adalah tiktok. Tiktok merupakan aplikasi yang memiliki banyak pengguna sehingga saat ini digunakan oleh semua kalangan, karena banyaknya orang yang menghabiskan waktu di rumah bermain handphone dengan cara melihat video atau membuat video tiktok. Salah satu media sosial yang sering dikunjungi Gen Z adalah aplikasi Tik Tok, berdasarkan data dari Music Business Worldwide bahwa 42% pengguna Tik Tok berasal dari Gen Z. Pengguna Tik Tok di Indonesia jelas didominasi oleh remaja di kelompok usia 14-24 tahun. Sementara itu, dari segi

geografis, pengguna TikTok di Indonesia sebagian besar berasal dari kota-kota besar. Siswa sangat gemar menggunakan media sosial TikTok karena bagi mereka media sosial ini dapat menghibur mereka ketika sedang bosan. Menurut data menurut data Apptopia, TikTok juga menjadi salah satu media sosial yang paling banyak diunduh pada tahun 2020 dengan estimasi mencapai 850 juta unduhan, (Rizaty, 2022).

Model media sosial lain yang menyita waktu adalah Instagram yang merupakan sebuah aplikasi berbagi foto menyenangkan yang memungkinkan pengguna mengambil gambar dan foto, menerapkan filter digital untuk mengubah tampilan efek foto dan membagikannya ke berbagai layanan media sosial termasuk istagram milik sendiri. Karena perkembangan internet yang begitu pesat dan dapat diakses dengan mudah, tak jarang banyak siswa yang dengan leluasa membuka instagram di sela-sela kegiatan belajar baik disekolah maupun dirumah. Hal inilah yang memicu terjadinya prokrastinasi dikalangan pelajar. Semakin sering siswa menggunakan istagram juga semakin tinggi kesempatan untuk melakukan prokrastinasi. Atomoko menambahkan bahwa tugas yang banyak dan bahkan deadline dapat memicu kebosanan dan mencari kesenangan lain seperti membuka istagram yang dapat menyebabkan prokrastinasi, (Vivian, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian di atas siswa menggunakan media sosial pada waktu luang dan waktu santai sebagai hiburan karena banyak di aplikasi atau media sosial tersebut menyediakan berbagai fitur-fitur menarik untuk digunakan. Hal tersebut menjadikan siswa lebih banyak menghabiskan waktu dalam menggunakan media sosial dibandingkan dengan mengerjakan tugas atau pekerjaan yang seharusnya dikerjakan. Kondisi ini akan membuat penurunan terhadap minat belajar siswa jika ini terus terjadi dan dibiarkan akan mengakibatkan efek negatif pada masa prestasi belajar. Penggunaan media sosial yang susah untuk dibatasi akan mengakibatkan siswa lebih banyak menghabiskan waktu dalam menggunakan media sosial. adapun jenis media sosial yang sering digunakan oleh siswa yaitunya : Whatsapp, instagram, tiktok, faebook dan game online. Siswa cenderung dalam menggunakan media hanya untuk hiburan sehingga terjadi pemborosan waktu yang berakibat kepada tugas-tugas sekolah dan tugas rumah tangga sehingga terjadinya perilaku menunda-nunda pekerjaan. Kondisi lain yang ditemukan adalah siswa yang menggunakan media sosial yang awalnya hasil ujian tengah semester banyak yang tidak tuntas akhirnya ketika dia mengurangi penggunaan media sosial dan sudah mulai fokus dengan pelajaran sehingga prestasinya mulai meningkat walaupun masih ada beberapa nilai yang mengalami penurunan.

Salah satu fenomena yang sering terjadi pada pelajar saat ini adalah banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal lain selain belajar sehingga waktu yang diperuntukkan

belajar kurang optimal. Hal ini terlihat dari kebiasaan suka begadang akibat media sosial seperti, kecanduan game online dan suka menunda waktu pekerjaan (Savira & Yudi, 2013). Selanjutnya Menurut Kumorotomo, salah satu yang dapat menyebabkan terjadinya pemborosan waktu adalah keinginan untuk menggunakan atau mengakses media social (Riyandita, 2016). Mulyati menyatakan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial semakin tinggi pula prokrastinasi siswa. Sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan media sosial semakin rendah pula prokrastinasi siswa (Susiyuningsih & Fachrurrozie, 2018). Prokrastinasi terbagi 2 yaitu : prokrastinasi akademik dan non akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus. Prokrastinasi non akademik adalah penundaan yang dilakukan pada jenis tugas non formal atau tugas yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari, misalnya tugas rumah tangga, tugas sosial, tugas kantor dan lainnya (Ferrari, Johnson, dan McCown, 1995 : 48).

M. Jamil Yusuf (2022) Pertama, Pelayanan konseling harus ditujukan kepada semua orang, tanpa membedakan jenis kelamin, suku, bangsa, ras atau sosial masyarakat. Kedua, konseling krisis harus fokus pada kesehatan dan kesejahteraan klien serta tetap berada pada jalan yang saleh. Klien perlu dilihat sebagai orang yang sedang mengalami masalah (bencana) dan perlu diposisikan sebagai orang yang membutuhkan pertolongan secepatnya. Ketiga, penasehat harus benar-benar menjaga integritasnya sebagai penasehat muslim. Idenya adalah ketika klien dalam krisis mencari bantuan, mereka terkadang bersikap kritis atau menirukan, sehingga mereka lebih baik dalam mengikuti apa yang dikatakan dalam sesi konseling. Ingot Harmitamso Situmorang, Naomi Gabriella Hutapea, Sogiato Latri Hasonangan Cibro, dkk (2023) Peristiwa krisis dapat menimbulkan berbagai masalah dan dampak negatif bagi klien, sehingga memerlukan perhatian dan intervensi konseling yang tepat. Dalam konseling krisis, penting untuk menilai dan mengidentifikasi masalah spesifik klien akibat peristiwa krisis. Melalui pemahaman mendalam terhadap masalah individu, konselor merencanakan intervensi yang tepat untuk membantu klien mengatasi dampak krisis. Dapat ditarik kesimpulan masalah-masalah krisis klien harus digali secara mendalam sehingga bisa memberikan solusi sesuai dengan permasalahan yang dialami.

Dalam konseling krisis beragam konflik yang muncul dalam kehidupan masyarakat, sekolah dan lembaga lainnya, terutama dalam lingkungan sekolah. Fenomena dan kasus disekolah, salah satunya kasus *bullying* yang paling marak di beberapa sekolah. Hasil wawancara penulis dengan guru BK disekolah X di Pekanbaru terdapat beberapa siswa yang terlibat pelaku *bullying* dan korban *bullying*, kasus tersebut disebabkan oleh beberapa latar belakang masalah yang dialami oleh siswa tersebut. Sebagai korban *bullying* jika korban

tidak dapat mengatasi masalah tersebut, ada kemungkinan siswa sebagai korban *bullying* akan mengalami trauma yang jika berlarut akan menimbulkan masalah yang sangat krisis dalam diri korban.

Ardini Farzana Yurianto, Evi Winingsih (2022) Kasus perundungan tidak bisa dianggap sebagai kasus sepele yang hanya sebatas bercanda dan meledek. Peristiwa *bullying* ini dapat menempatkan korbannya pada kondisi krisis yang jika tidak segera ditangani akan menimbulkan trauma pada korbannya. Ada beberapa pengelompokan perilaku *bullying*, antara lain *bullying* melalui kontak verbal langsung, perilaku nonverbal langsung, perilaku nonverbal tidak langsung, pelecehan seksual, dan *cyberbullying*. *Bullying* dapat memberikan dampak buruk bagi korbannya. Raup Padillah (2020) konseling realitas dapat mengatasi krisis identitas pada remaja. Berdasarkan hasil perlakuan konseling realitas yang dilakukan, remaja laki-laki ini cukup tertutup dalam eksplorasi diri, tidak mampu mengambil keputusan sendiri, tidak mampu menghindari konflik dengan orang lain, dan memiliki berbagai macam ekspresi emosi, perasaan diri sendiri dan orang lain dan seterusnya.

Naumi Kadarsi M.Th (2021) Gejala krisis bagi mereka yang menerima konseling antara lain trauma akibat tuduhan, kemarahan, frustrasi, kemurungan, dan kekecewaan. Kegembiraan akhirnya memutuskan kembali ke rumah orang tuanya hanya menambah kesedihan klien. Belum lagi tagihan pinjaman yang membebani dan menjadi tanggung jawabnya. Kejadian ini membahayakan nyawanya.

SIMPULAN

Penelitian ini memaparkan tingkat dan penyebab prokrastinasi siswa pengguna media sosial. Khusus untuk penyebab prokrastinasi, data diperoleh dari siswa yang mengalami prokrastinasi pada kategori sangat tinggi. Sedangkan untuk kategori lainnya, tinggi dan sedang, tidak dipertimbangkan dalam pengumpulan data ini. Hasil penelitian ini mungkin saja memberikan hasil yang berbeda ketika data dari kedua kategori lainnya juga diperoleh. Selanjutnya, karena penelitian ini hanya menfokuskan kepada media sosial secara umum, penelitian berikutnya akan sangat memberikan informasi yang komprehensif terhadap penyebab prokrastinasi jika penelitian lebih difokuskan ke masing-masing media sosial serta dampak dari masing-masingnya terhadap prokrastinasi siswa pengguna media sosial tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainiyah, N. (2018). Remaja Millennial dan Media Sosial: Media Sosial Sebagai Media Informasi Pendidikan Bagi Remaja Millennial. *Jurnal Pendidikan Islam Indonesia*, 2(2), 221–236. <https://doi.org/10.35316/jpii.v2i2.76>
- Azizah, N., & Kardiyem. (2020). Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, dan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik dengan Academic Hardiness sebagai Variabel Moderasi. *Economic Education Analysis Journal*, 9(1), 119–132. <https://journal.unnes.ac.id/sju/eeaj/article/view/37240>
- Ferrari, J.R. Johnson, J.L, McCown, W.G. (1995). *Prokrastination and Task Avoidance, Theory, Research, and Treatment*. New York: Plenum Press.
- Ghufron, M. N. dan Risnawati, S. (2012). Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: R-Ruzz Media
- Ghufron, M. N. dan Risnawati, S. (2003). Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orangtua Terhadap Prokrastinasi Akademik. *Tesis*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Ilyas, M dan Suryadi. 2017. Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa di SMA Islam Terpadu (IT) Boarding School Abu Bakar Yogyakarta. *Jurnal Pemikiran Islam*. 41 (1): 74, 77. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/Anida/article/view/4638>
- Khairuni Nisa. (2016). Dampak Positif dan Negatif Sosial Media Terhadap Pendidikan Akhlak Anak, Studi Kasus di SMP Negeri 2 kelas VIII banda Aceh. Banda Aceh : Universitas UIN Ar-Raniry. 2 (1). <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/cobaBK/article/view/693>
- Ngafifi, M. (2014). Kemajuan Teknologi Dan Pola Hidup Manusia Dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi* 2 (1): 33-47. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jppfa/article/view/2616/0>
- Novanda, G., & Supriyanto, A. (2020). Pengaruh media sosial terhadap penyimpangan perilaku pada mahasiswa. In Seminar Nasional Arah Manajemen Sekolah Pada Masa Dan Pasca Pandemi Covid-19.
- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). self-Regulated Learning (SRL) dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Akselerasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(01), 66–75. <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i1.1358>
- Sugiyono. (2013). *metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R & D*. Alfabeta.
- Tri Buana, Dkk. (2020). Penggunaan Aplikasi Tiktok (Versi Terbaru) Dan Kreativitas Anak. Palembang : *Jurnal Inovasi*. 14 (1), 1-10. <https://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalinovasi/article/view/1390>
- Vivian, Ghanistyra. (2017). Pengaruh Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap

Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI MIPA SMA Negeri 3 Salah Tiga. *Artikel Tugas Akhir. Fakultas Keguruan UKSW. Sala Tiga.*

Ardini Farzana Yuriyanto, Evi Winingsih. 2022. Layanan Konseling Krisis: Mengatasi Masalah Traumatik Siswa Yang Menjadi Korban Bullying. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling.* 148-154.

<https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/insight/article/view/31982/16641>

Ingot Harmitamso Situmorang, Naomi Gabriella Hutapea, Sogiato Lastri Hasonangan Cibro, dkk. 2023. Konsep Konseling Krisis. *Pediaqu:Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora.* 2 (4): 13211-13221.

<https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/758/696>

M. Jamil Yusuf. 2022. Konseling Krisis Dalam Perspektif Islam. *JURNAL AT-TAUJIH: Bimbingan Dan Konseling Islam.* 5 (2): 81-98.

<https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Taujih/article/view/16111/7622>

Naumi Kadarsi M.Th. 2021. Konseling Krisis Pernikahan Kristen Studi Kasus Dampak Perselingkuhan Isteri. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen.* 2 (1): 76-105.

<https://sttimanuelpacet.ac.id/e-journal/index.php/filadelfia/article/view/33>

Raup Padillah. 2020. Implementasi Konseling Realitas Dalam Mengangani Krisis Identitas Pada Remaja. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan.* 3 (3): 120-125.

<https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/biblio/article/view/5295/4843>.