



**PENGARUH *GAME ADDICTION* TERHADAP PERILAKU PROKRASTINASI  
AKADEMIK PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
UIN MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR**

**SKRIPSI**

*Ditulis Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Sarjana(S-1)  
Pada Program Studi Psikologi Islam*

**Oleh:**

**Yona Fransiska**  
**NIM. 1830306062**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAKWAH  
UIN MAHMUD YUNUS BATUSANGKAR  
2025/1446 H**



**The Influence of Game Addiction on Academic Procrastination Behavior  
among Students of the Islamic Psychology Study Program at UIN Mahmud  
Yunus Batusangkar**

**THESIS**

**Submitted to Islamic Psychology Department  
To fulfill one of Requirement For Obtaining Bachelor Degree (S1)**

**Oleh:**

**Yona Fransiska  
Reg.No.: 1830306062**

**Islamic Psychology Department  
Ushuluddin, Adab, and Da'wah Faculty  
Mahmud Yunus State Islamic University  
2025 M/1446 H**



تأثير إدمان الألعاب على سلوك التسويق الأكاديمي لدى طلبة برنامج علم النفس الإسلامي بجامعة الإمام محمود يونس بوساتنجكار

الرسالة

(S-1) كُتبت كأحد الشروط للحصول على درجة البكالوريوس في برنامج علم النفس الإسلامي

بواسطة:

يونا فرانسيسكا

رقم التسجيل: ١٨٣٠٣٠٦٠٦٢

برنامج دراسة علم النفس الإسلامي  
كلية أصول الدين والأدب والدعوة  
جامعة الإمام محمود يونس بوساتنجكار  
هـ ١٤٤٦ / ٢٠٢٥


#### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing skripsi atas nama **Yona Fransiska**, NIM. 1830306062 dengan judul "**Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar**" memandang bahwa skripsi yang bersangkutan telah memenuhi syarat untuk dilanjutkan kesidang *munaqasyah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Batusangkar, 6 Agustus 2025

Pembimbing






Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., M.A

NIP. 197909162003122003

### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi atas nama Yona Fransiska, NIM. 1830306062, dengan judul "Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar" telah diuji dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar pada hari Senin 18 Agustus 2025, dan dinyatakan lulus sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi) Dalam Program Studi Psikologi Islam.

Demikian persetujuan ini diberikan untuk di pergunakan seperlunya.

No	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr.Wahidah Fitriani,S.Psi.,M.A NIP. 197909162003122003	Penguji Pendamping		21 / 08 / 2025
2	Mutia Aini Ahmad, M.Psi.,Psikolog NIP. 198908182020122008	Penguji Utama		20 / 08 / 2025
3	Dani Yoselisa, M.Psi., Psikolog NIP. 198906062020122018	Anggota Penguji Utama		20 / 08 / 2025

Batusangkar,       Agustus 2025  
Mengetahui,  
Plh Dekan Fakultas Ushuluddin  
Adab dan Dakwah



  
Dr. Hadriati, M.Ag  
NIP. 196911091998032002

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yona Fransiska

Nim : 1830306062

Jurusan / Prodi : Psikologi Islam

Dengan ini saya sampaikan bahwa skripsi yang berjudul "**Pengaruh Game Addiction Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar**" adalah benar skripsi saya sendiri tidak melakukan tindakan dalam penyusunan. Adapun kutipan yang ada dalam penyusunan ini telah dicantumkan sumber kutipannya. Jika bila ada melanggar perundangan yang berlaku saya bersedia di proses sebagaimana mestinya.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Batusangkar Agustus 2025



Yona Fransiska  
NIM. 1830306062

## BIODATA PENULIS



Nama : Yona Fransiska  
NIM : 1830306062  
Tempat, Tanggal Lahir : Kayu Gadis 14 Juni 1999  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Agama : Islam  
Alamat : Jorong Sungai Belit, Nagari Gunung Selasih  
Kecamatan Pulau Punjung, Kabupaten  
Dharmasraya, Provinsi Sumatera Barat.  
No. HP : 082268959164  
Email : yonafransiska1406@gmail.com

Riwayat Pendidikan

SD : SDN 08 Tj. Gadang  
SDN 12 Pulau Punjung  
SMP : SMPN 1 Pulau Punjung  
SMA : SMAN 2 Pulau Punjung  
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud  
Yunus

## **MOTO DAN PERSEMBAHAN**

Bismillahirrahmanirrahim..

### **MOTO**

**“TERLAMBAT BUKAN BERARTI GAGAL”**

Alhamdulillah. Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberi nikmat yang sangat luar biasa, memberikan penulis kekuatan, membekali penulis dengan ilmu pengetahuan. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan, akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat diselesaikan tepat waktu. Shalawat serta salam saya limpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW.

Segala perjuangan saya hingga saat titik ini, dipersembahkan teruntuk orang-orang hebat yang selalu menjadi penyemangat, menjadi alasan saya kuat hingga bisa menyelesaikan skripsi ini.

1. Teruntuk Kedua Orang Tua Tercinta, Untuk kedua orang tua yang sangat aku cintai dan sayangi yang kasih sayang dan pengorbanannya tak pernah berhenti untuk diriku, dengan karya ini kupersembahkan untuk mama Martini dan Ayah Amril yang selalu memberikan semangat dan dukungan yang tiada henti-hentinya tanpa mereka berdua diri ini bukanlah apa-apa dan tanpa merekalah karyaku ini tidak akan pernah ada. Ucapan terima kasih saja mungkin tidak setara dengan pengorbanan yang telah mereka lakukan, dari lubuk hati yang paling dalam kuucapkan terima kasih sebesar- besarnya kepada mama dan ayahku. Semoga mama dan ayah selalu diberikan kesehatan dan panjang umur oleh Allah SWT... I LOVE YOU SO MUCH....
2. Dengan penuh rasa hormat dan kesyukuran, saya persembahkan skripsi ini kepada kakak-kakak dan adikku, untuk kakak dan abang ku iyus, kotik, isas, dayat, hendri, dan tika terimakasih sudah menjadi abang dan kakak yang selalu pengertian terhadap adiknya terimakasih juga atas semangat yang tak henti-hentinya dari kalian sehingga aku sampai pada titik ini, untuk adikku satu-satunya Tegu terimakasih sudah menjadi adik yang selalu bisa menghibur disaat aku lagi terpuruk walaupun terkadang kita sering

bertengkar justru hal itulah yang membuat hidupku menjadi lebih berwarna.  
I LOVE YOU untuk kalian...

3. Teruntuk dosen pembimbingku, Teruntuk ibu Dr. Wahidah Fitriani, S. Psi., M. A Dosen yang paling memberikan motivasi, inspirasi serta memberikan nasehat dan saran yang tak henti-hentinya. Kata-kata ibuk yang penuh dengan makna yang sangat berarti memberikan pelajaran bagi Yona yang membuat Yona semakin semangat mengerjakan skripsi, Pelajaran dan bimbingan dari ibuk tidak akan pernah Yona lupakan. Semoga ibuk selalu dalam lindungan Allah SWT serta selalu diberikan kesehatan dan semoga ibuk bisa jadi Profesor dan naik jabatan jadi Rektor Selalu sukses untuk ibuk tercinta Aamiin..
4. Teruntuk Mia keponakanku sekaligus teman tidurku selama di kost terima kasih karena telah menemaniku dalam suka maupun duka yang selalu siap sedia membantu dalam hal apapun, dan untuk yaya teman kost sekaligus sahabat ku terima kasih atas dukungan dan bantuannya selama ini dan semoga kamu juga bisa cepat menyusul dan skripsi mu bisa segera selesai dan di acc dosen pembimbingmu, semangat terus yaya lapyu....
5. Teruntuk sahabat-sahabatku terima kasih yaaa telah menjadi sahabatt yang sangat baik dan memberikan nasehat serta memberikan semangat selalu, semoga kita selalu berhubungan baik kedepannya, untuk Ika/Keina sayangku terima kasih banyak atas semuanya sebagai sahabat yang sangat pengertian dan selalu peduli, untuk Ali mahruz/Zero sahabatkuuu yang selalu menemaniku dan mendengarkan keluh kesah ku terimakasih karena sudah mau menjadi tempat curhat ku selama ini, untuk sahabatkuu Riri, Valen, Agatha, Tono, yang selalu menghiburkuu terima kasih banyak karena selalu ada dikala senang dan susah. Semoga kalian semua selalu sukses kedepannya dan diberi kesehatan serta kemudahan dalam segala sesuatu oleh Allah SWT Aamiin..
6. Teruntuk teman-temanku Uliya, sintia, vania, loly, nadia, semangat terus untuk kita meskipun kita nggk bisa menyelesaikan kuliah sesuai waktu normal 4 tahun tapi untuk sampai titik ini kita sudah melalui banyak

rintangan sehingga akhirnya kita bisa wisuda juga dan mendapatkan gelar yang kita perjuangkan, terimakasih untuk kalian semua sudah menjadi teman seperjuangan yang selalu memberi semangat satu sama lain semangat terus geng..FIGTHING..

7. Dengan penuh rasa hormat dan cinta, saya persembahkan skripsi ini kepada keluarga besarku "HUSEIN FAMILY" yang tercinta. Kalian adalah sumber kekuatan, motivasi, dan inspirasi dalam setiap langkah hidup saya. Terima kasih atas kasih sayang, dukungan, dan doa yang tiada henti yang kalian berikan, yang selalu menyertai saya dalam menjalani setiap tantangan dan proses kehidupan ini. Setiap pengorbanan, kebijaksanaan, dan kasih yang telah kalian tanamkan menjadi pondasi yang kokoh dalam perjalanan saya hingga titik ini. Saya merasa sangat beruntung memiliki keluarga yang begitu peduli dan mendukung saya tanpa syarat. Semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberkahi keluarga kita dengan kesehatan, kebahagiaan, dan kedamaian.

Terimakasih telah menemani proses saya sampai saat sekarang ini, tiada kata yang mampu terucapkan selain terimakasih.

## ABSTRAK

**Yona Fransiska NIM 1830306062**, judul skripsi “**Pengaruh Game Pengaruh Game Addiction Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar**”. Program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar,

Permasalahan dalam penelitian ini yaitu kecenderungan mahasiswa memainkan *game* secara berlebihan atau *game addiction*, hal ini berdampak pada akademik mereka, dimana mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik atau perilaku menunda-nunda mengerjakan tugas atau bahkan sampai tidak mengerjakan tugas yang diberikan dosen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *game addiction* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif, dan populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa program studi psikologi islam uin Mahmud Yunus Batusangkar dari 2020-2024 sebanyak 401 orang, sampel penelitian berjumlah 100 orang subjek. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportionate random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala *game addiction* dan skala prokrastinasi akademik yang peneliti buat sendiri berdasarkan aspek-aspek teori dari Ferrari dan lemmens. Uji analisis data menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan IBM SPSS 22.

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai pengaruh *game addiction* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar, maka simpulan yang didapatkan adalah *Game addiction* mahasiswa psikologi islam berpengaruh sebesar 78,1% dengan nilai  $r$  square 0,781 terhadap tingkat prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar 21,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Secara uji  $t$  dan parsial, *game addiction* berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Nilai  $t$  hitung sebesar 18,668 lebih besar dari  $t$  tabel 1,661 yang artinya hipotesis  $H_a$  diterima bahwa *game addiction* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

**Kata Kunci : *Game Addiction*, prokrastinasi akademik, mahasiswa**

## ABSTRACT

*Yona Fransiska, Student ID 1830306062, with the thesis title "The Influence of Game Addiction on Academic Procrastination Behavior among Students of the Islamic Psychology Study Program at UIN Mahmud Yunus Batusangkar." Study Program: Islamic Psychology, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, UIN Mahmud Yunus Batusangkar.*

*The problem in this research is the tendency of students to play games excessively or game addiction. This has an impact on their academics, where students engage in academic procrastination or the behavior of delaying doing assignments, or even not doing the assignments given by lecturers. This research aims to determine the influence of game addiction on academic procrastination among students of the Islamic Psychology Study Program at UIN Mahmud Yunus Batusangkar.*

*The type of research used is quantitative research, and the population in this study is students of the Islamic Psychology Study Program at UIN Mahmud Yunus Batusangkar from 2020 to 2024, totaling 401 individuals. The research sample consists of 100 subjects. The sampling technique used is proportionate random sampling. The data collection technique used in this study uses the game addiction scale and the academic procrastination scale which were developed by the researcher based on the theoretical aspects of Ferrari and Lemmens. The data analysis test uses simple linear regression with the help of IBM SPSS 22.*

*The results of the research conducted by the researcher regarding the influence of game addiction on academic procrastination among students of the Islamic Psychology Study Program at UIN Mahmud Yunus Batusangkar lead to the conclusion that game addiction among Islamic Psychology students has an influence of 78.1% on the level of academic procrastination, while the remaining 21.9% is influenced by other factors. Based on the t-test and partial test, game addiction has a positive and significant effect on students' academic procrastination. The t-count value is 18.668, which is greater than the t-table value of 1.661, meaning that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted, indicating that game addiction affects the academic procrastination of Islamic Psychology students at UIN Mahmud Yunus Batusangkar.*

**Keywords: Game Addiction, Academic Procrastination, College Students**

## المخلص

يونا فرانسيسكا، نيم ١٨٣٠٣٠٦٠٦٢، قامت بإعداد بحث بعنوان "تأثير إدمان الألعاب على سلوك التسويق الأكاديمي لدى طلاب برنامج دراسة علم النفس الإسلامي في جامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار". تم إعداد هذا البحث ضمن متطلبات إكمال الدراسة في برنامج دراسة علم النفس الإسلامي، كلية أصول الدين والآداب والدعوة، جامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار.

تتمثل المشكلة في هذا البحث في ميل الطلبة إلى لعب الألعاب بشكل مفرط أو إدمان الألعاب، وهذا يؤثر على تحصيلهم الأكاديمي، حيث يقوم الطلبة بالمماثلة الأكاديمية أو سلوك تأجيل إنجاز الواجبات أو حتى عدم القيام بالواجبات التي يكلفهم بها الأساتذة. يهدف هذا البحث إلى معرفة تأثير إدمان الألعاب على المماثلة الأكاديمية لدى طلبة برنامج دراسة علم النفس الإسلامي في جامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار.

نوع البحث المستخدم هو بحث كمي، والسكان في هذا البحث هم طلاب برنامج دراسة علم النفس الإسلامي في جامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار من عام 2020 إلى 2024، ويبلغ عددهم 401 طالبًا. عينة البحث تتكون من 100 مفحوص. تم استخدام تقنية العينة في اختيار العينة. تقنية جمع البيانات (العينة العشوائية التناسبية) العشوائية التناسبية المستخدمة في هذا البحث هي مقياس إدمان الألعاب ومقياس التسويق الأكاديمي، وقد قام وليمينس (Ferrari) الباحث بإعدادهما بنفسه استنادًا إلى الجوانب النظرية لفيراري تم تحليل البيانات باستخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط بمساعدة برنامج (Lemmens). IBM SPSS 22.

نتائج البحث التي أجراها الباحث حول تأثير إدمان الألعاب على التسويق الأكاديمي لدى طلاب برنامج دراسة علم النفس الإسلامي بجامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار، فإن الاستنتاج الذي تم التوصل إليه هو أن إدمان الألعاب لدى طلاب علم النفس الإسلامي يؤثر بنسبة ٧٨,١٪ على مستوى التسويق الأكاديمي، بينما النسبة المتبقية ٢١,٩٪ تتأثر بعوامل الجزئي، فإن إدمان الألعاب له تأثير إيجابي وذو دلالة (t) أخرى. ومن خلال اختبار المحسوبة ١٨,٦٦٨ أكبر (t) إحصائية على التسويق الأكاديمي لدى الطلاب. حيث إن قيمة مقبولة، أي أن إدمان (Ha) الجدولية ١,٦٦١، مما يعني أن الفرضية البديلة (t) من قيمة الألعاب يؤثر على التسويق الأكاديمي لدى طلاب علم النفس الإسلامي بجامعة الإمام محمود يونس باتوسنغكار.

الكلمات المفتاحية: إدمان الألعاب، التسويق الأكاديمي، طلاب الكلية

## KATA PENGANTAR



Puji syukur kepada Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua, sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "pengaruh *game addiction* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Delmus Puneri Salim, S.Ag, MA., M.Res., Ph.D, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Mahmud Yunus Batusangkar, yang telah memberikan izin penulis untuk melaksanakan penelitian, sehingga penulis bisa menyelesaikan tepat waktu.
2. Bapak Dr. Risman Bustamam, M.Ag, selaku dekan Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, yang telah memberikan kemudahan bagi peneliti untuk menyusun skripsi ini.
3. Ketua Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar, Ibu Sri Putri Rahayu Z, S. Psi. M. A. yang selalu membimbing, membantu dan memberikan izin kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Meliana Sari, M. Pd, sebagai dosen penasehat akademik yang selalu membimbing peneliti tanpa mengenal lelah dan letih dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Dr. Wahidah Fitriani, S. Psi. M. A, sebagai dosen pembimbing, terimakasih kepada ibu atas bimbingan, dukungan, dan kesabaran yang telah ibu berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Petunjuk dan masukan

yang berharga telah membantu saya untuk menyelesaikan penelitian ini dengan lebih baik.

6. Bapak dan ibu dosen yang banyak memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama menuntut ilmu di Universitas Islam Negeri (UIN) Mahmud Yunus Batusangkar sehingga menambah wawasan dan memperluas cakrawala keilmuan penulis.
7. Kepada Kepala dan Staf Perpustakaan UIN Mahmud Yunus Batusangkar, fasilitas dan sumber-sumber informasi yang disediakan sangat membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada Ketua LPPM dan Staf yang telah memberikan rekomendasi izin penelitian sehingga skripsi ini dapat terlaksana.
9. Kepada para responden yang telah membantu meluangkan waktunya untuk membantu dalam penelitian ini.
10. Kepada teman-teman angkatan 18 yang telah bersama berjuang dalam menggapai cita-cita. Terima kasih atas rasa senang, sedih serta haru untuk setiap moment yang diberikan selama perkuliahan.

Terima kasih tak terhingga kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang dengan sukarela memberikan support dan memberikan bantuan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini. Penulis berdoa, semoga Allah SWT membalas semua amal baik dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dengan pahala yang berlipat ganda.

*Aamiin ya Rabbal'alamin*

Batusangkar, Agustus 2025

Penulis

**Yona Fransiska**  
**NIM.1830306062**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING</b>	
<b>LEMBAR KEASLIAN SKRIPSI</b>	
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI</b>	
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>ii</b>
<b>المخلص.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah.....	7
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	8
G. Definisi Operasional.....	8
<b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>	<b>10</b>
A. Prokrastinasi Akademik.....	10
1. Pengertian Prokrastinasi akademik.....	10
2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik.....	11
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik.....	12
4. Jenis-jenis prokrastinasi akademik.....	13
5. Dampak prokrastinasi akademik.....	15
6. Prokrastinasi Dalam Perspektif Psikologi Islam.....	16
B. <i>Game Addiction</i> .....	17
1. Pengertian <i>Game Addiction</i> .....	17
2. Aspek-Aspek <i>Game Addiction</i> .....	19

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Game Addiction</i> .....	20
C. Pengaruh <i>Game addiction</i> Terhadap Prokrastinasi Akademik .....	23
D. Penelitian Yang Relevan.....	26
E. Kerangka Berfikir.....	29
F. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Jenis Penelitian.....	32
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	32
C. Populasi Dan Sampel.....	33
D. Pengembangan Instrumen.....	34
E. Teknik Pengumpulan Data.....	53
F. Teknik Analisis Data .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>55</b>
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	55
B. Deskripsi data.....	59
C. Uji Prasyarat.....	68
D. Pengujian Hipotesis .....	70
E. Pembahasan.....	71
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	75
B. Implikasi .....	75
C. Saran.....	76

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Waktu Penelitian .....	32
Tabel 3. 2 Jumlah populasi mahasiswa jurusan psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar .....	33
Tabel 3. 3 Skala likert .....	35
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Instrumen Prokrastiasi Akademik .....	36
Tabel 3. 5 Bluprint Skala Awal .....	36
Tabel 3. 6 Blueprint Setelah Aiken V .....	37
Tabel 3. 7 Blueprint Setelah CICT .....	38
Tabel 3. 8 Bluprint Skala Akhir Prokrastinasi Akademik.....	39
Tabel 3. 9 Kisi-kisi instrument <i>game addiction</i> .....	40
Tabel 3. 10 Blueprint Skala Awal Game Addiction .....	41
Tabel 3. 11 Blueprint Setelah Aiken V Game Addiction .....	42
Tabel 3. 12 Blueprint Setelah CICT Game Addiction.....	43
Tabel 3. 13 Blueprint Skala Akhir <i>Game Addiction</i> .....	45
Tabel 3. 14 Aiken V .....	46
Tabel 3. 15 Hasil validitas SPSS 22 .....	49
Tabel 3. 16 Reabilitas <i>game addiction</i> .....	52
Tabel 3. 17 Realibilitas prokrastinasi akademik.....	52
Tabel 4. 1 Data sampel penelitian.....	55
Tabel 4. 2 Data Responden Penelitian .....	56
Tabel 4. 3 Descriptive Statistic .....	60
Tabel 4. 4 Rumus Kategorisasi <i>Game Addiction</i> .....	61
Tabel 4. 5 Kategori Game Addiction .....	61
Tabel 4. 6 Persentase Kategorisasi Skor Game Addiction Setiap Item .....	62
Tabel 4. 7 Rumus Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	64
Tabel 4. 8 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik.....	65
Tabel 4. 9 Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Setiam Item.....	65
Tabel 4. 10 Uji Normalitas .....	68
Tabel 4. 11 Uji Linearitas.....	69

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 kerangka berfikir.....	29
------------------------------------	----

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Berkembangnya teknologi internet memberikan banyak kemudahan serta hiburan yang dapat diakses dengan mudah oleh semua orang, salah satunya adalah *game* baik itu *game online* ataupun *offline*. *Game* ini bertujuan untuk media hiburan, melepas stres, dan kepenatan setelah melakukan aktivitas sehari-hari. Namun penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan kelalaian dalam mengerjakan pekerjaan, menunda tugas, hingga terjadinya prokrastinasi.

Prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinare*, dari kata *pro* yang artinya maju, ke depan, bergerak maju, dan *crastinus* yang berarti besok, sehingga prokrastinasi dapat diartikan sebagai menunda hingga hari esok, atau lebih suka melakukan pekerjaannya besok. Sementara itu, Solomon dan Rothblum (1984) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk selalu menunda pengerjaan tugas akademik dan mengalami kecemasan yang mengganggu terkait prokrastinasi.

Ghufro dan Risnawari (2012) melihat bahwa prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu. Pertama, prokrastinasi dipandang hanya sebagai perilaku penundaan, bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan tugas disebut prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan. Kedua, prokrastinasi dipandang sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang dimiliki individu, yang mengarah pada trait, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas dan biasanya disertai keyakinan-keyakinan yang irasional. Ketiga, prokrastinasi dipandang sebagai suatu trait kepribadian, dalam hal ini bukan hanya sebagai perilaku penundaan tetapi suatu trait yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan pemaparan diatas,

dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi dipandang dari tiga batasan tertentu, yaitu hanya sebagai perilaku penundaan, kebiasaan yang mengarah pada trait, dan merupakan suatu trait kepribadian.

Ferrari (1995) mengemukakan bahwa terdapat empat aspek yang terdapat dalam prokrastinasi akademik, yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Perilaku prokrastinasi ini biasanya terjadi akibat adanya aktifitas lain yang dilakukan yang menurut prokrastinator lebih menarik dari belajar salah satu contohnya yaitu *game online* (Fikri, 2012)

*Game online* merupakan *game* yang diakses secara *online* oleh banyak pemain dengan menggunakan jaringan internet. *Game online* dapat juga diakses menggunakan gadget sendiri, misalnya *mobile game*. *Mobile game* merupakan jenis *game* yang didesain dan dibuat khusus untuk dapat dijalankan pada *smarthphone* dan tablet PCs. *Mobile Game* telah banyak dibuat dalam berbagai macam *platform* seperti *Apple IOS*, android, serta *windows phone*. *Mobile Game* merupakan salah satu jenis *game* dari *Massively Multiplayer Online Role-playing Game* (David, 2016).

*Game online* adalah sebuah permainan yang dirancang dan dalam memainkannya memerlukan peran teknologi, dan para pemain dihubungkan antara pemain satu dan lainnya melalui jaringan internet. *Game online* tidak hanya memberikan hiburan tetapi juga memberikan tantangan bagi setiap orang yang ingin memainkannya, karena *game online* sangat menarik untuk dimainkan, sehingga individu yang bermain *game online* tanpa memperhitungkan waktu demi mencapai kepuasan. Hal ini menjadikan individu yang bermain secara terus menerus dapat menjadi pecandu *game online* (Kurniawan, 2015)

Kata kecanduan (*addiction*) biasanya digunakan dalam konteks klinis dan diperhalus dengan perilaku berlebihan. Konsep kecanduan dapat ditetapkan pada perilaku secara luas termasuk kecanduan teknologi

komunikasi informasi (Yuwanto, Listyo, 2010). Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat apabila obat bius dihentikan (Chapin, 2009)

Pande & Marheni (2015) mengatakan bahwa bermain *game online* cenderung membuat pemainnya tertarik untuk berlama-lama di depan *gadget* sehingga melupakan segala aktivitas seperti belajar, makan, tidur, dan berinteraksi dengan lingkungan luar. Seseorang yang bermain *game online* semakin lama akan semakin sedikit menggunakan waktu untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain di lingkungannya. Seseorang bermain *game* umumnya dilakukan sendirian, dan hal itu dilakukan dalam waktu yang cukup lama sehingga memungkinkan menjadi kecanduan (Pande & Marheni, 2015)

*Game online* ini digemari berbagai kalangan baik itu anak-anak, remaja, bahkan orang dewasa pun masih banyak yang bermain *game online*. Salah satu peminat *game online* yaitu mahasiswa. Mahasiswa secara harfiah adalah orang yang belajar di perguruan tinggi baik universitas, institut atau akademi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah seseorang yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara. Mahasiswa merupakan *agen of change* (agen perubahan) yakni mereka yang mampu membawa perubahan dan inovasi baru yang bisa dijadikan contoh di dalam masyarakat, mampu menjadi penggerak perubahan ke arah yang lebih baik melalui pengetahuan, ide dan keterampilan yang dimilikinya. Mahasiswa juga merupakan penerus bangsa yang akan membuat dan membawa perubahan besar untuk bangsa ini, dengan memiliki mahasiswa yang berkualitas maka bangsa ini pun akan memiliki masa depan yang cerah.

Mahasiswa pada tahap perkembangannya dikategorikan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun . Pada remaja akhir dan dewasa awal disebut tahap perkembangan yang sulit dan kritis. Tugas perkembangan pada masa tersebut menuntut perubahan besar dalam bersikap dan berperilaku sehingga mampu mengarahkan diri dan mengambil keputusan untuk mencapai tujuan yang diharapkan (Hurlock, 2002). Dengan demikian maka diharapkan mahasiswa untuk bersikap dewasa dan meninggalkan segala perilaku anak-anak untuk memulai memikirkan apa yang akan dilakukan kedepannya. Mahasiswa juga sebagai penerus bangsa yang menjadi harapan bangsa untuk dapat melakukan perubahan-perubahan yang besar dan menggunakan keahlian dan keterampilan yang dimilikinya untuk berkarya dan menghasilkan segala sesuatu yang bermanfaat bagi orang banyak. Mahasiswa juga harus mampu menjadi SDM dan tenaga profesional yang berkualifikasi, kreatif, serta inovatif sehingga dapat menggunakan kemampuan dan skill untuk bersaing di dunia kerja yang semakin ketat dan penuh tantangan.

Disiplin, kreatif, dan memiliki etos kerja yang tinggi adalah indikator sumber daya manusia yang berkualitas (Ghufron,2003). Mahasiswa bisa dikatakan sebagai individu yang berkualitas jika ia mempunyai disiplin, kreatif, dan etos kerja yang tinggi dalam melaksanakan dan mengerjakan tugas-tugasnya. Seseorang yang berkualitas akan memilih melakukan sesuatu yang berorientasi pada hasil dan tidak akan membuang waktunya untuk sesuatu yang percuma. Maka seorang mahasiswa harus mampu menggunakan waktunya secara efektif untuk melakukan hal-hal yang bermanfaat dan beorientasi pada hasil. Tak jarang pada saat sekarang ini banyak sekali mahasiswa yang masih membuang-buang waktunya untuk sesuatu yang tidak bermanfaat dan banyak meninggalkan kewajibannya sebagai mahasiswa salah satunya yaitu menunda mengerjakan tugas. Ini merupakan salah satu indikator yang membuat sumber daya manusia tidak berkualitas yaitu tidak disiplin dalam menggunakan waktu untuk mengerjakan tugas dan memanfaatkan waktu dengan sebaik mungkin.

Mahasiswa memiliki kecenderungan mengalami kecanduan internet karena lebih sering bekerja menggunakan internet. Selain itu, mahasiswa menggunakan internet untuk mendapatkan kesenangan dan menghindari perasaan yang tidak menyenangkan sebagai akibat dari tuntutan tugas dalam perkuliahan (Zulaicha, & Sugiasih, 2010). Fasilitas internet yang mudah diakses di dunia pendidikan atau akademik bertujuan untuk mendukung kegiatan akademik untuk mahasiswa, namun pada kenyataannya terjadi banyak penyalahgunaan internet yang mengakibatkan terjadinya kecenderungan kecanduan internet. Mahasiswa yang mengalami kecanduan internet melaporkan lebih banyak konsekuensi negatif dalam studi akademis dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak kecanduan. Yuan, Qin, Liu, & Tian (2011) menemukan banyak mahasiswa menghabiskan banyak waktu untuk *online* (dalam jaringan) dan goyah dalam menyelesaikan pekerjaan atau kegiatan akademis.

Seseorang yang tidak mampu mengontrol penggunaan teknologi yang dapat menyebabkan kerugian fisik maupun psikis dapat dikatakan sebagai kecanduan internet (young, 2009). Hasil riset Wan & Chiou (2006) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* disebabkan oleh beberapa faktor lainnya, salah satu faktor yaitu kebutuhan psikologis dan motivasi. Kebutuhan psikologis dan motivasi dikategorikan menjadi tujuh tema yaitu: sebagai hiburan dan rekreasi, sebagai coping emosi (pengalihan dari kesepian, isolasi, kebosanan, melepaskan stress, relaksasi, melampiaskan kemarahan dan frustrasi), melarikan diri dari kenyataan, memenuhi kebutuhan interpersonal dan kebutuhan sosial (berteman, memperkuat persahabatan, menciptakan rasa memiliki dan pengakuan dari orang lain), kebutuhan untuk prestasi, memberikan kesenangan dan tantangan, kebutuhan untuk lebih kuat (bersifat superior, keinginan untuk kontrol, dan untuk menambah kepercayaan diri). berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain di lingkungannya. Seseorang bermain game umumnya dilakukan sendirian, dan hal itu dilakukan dalam waktu yang cukup lama sehingga memungkinkan menjadi kecanduan (Dewi, 2014)

Menurut lemmens orang yang mengalami kecanduan *game online* akan mengalami beberapa gejala seperti *Salience* (berpikir tentang bermain *game online* sepanjang hari), *tolerance* (waktu bermain *game online* yang semakin meningkat), *mood modification* (bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah), *relapse* (cenderung untuk bermain *game online* kembali setelah lama tidak bermain), *withdrawl* (merasa buruk jika tidak bermain *game online*), *conflict* (bertengkar dengan orang lain karena bermain *game online* secara berlebihan), dan *problems* (mengabaikan kegiatan lain sehingga menyebabkan masalah). Tujuh kriteria kecanduan *game online* ini merupakan pengukuran untuk mengetahui kecanduan atau tidaknya seorang pemain *game online*. Pemain yang mendapatkan empat dari tujuh kriteria merupakan indikasi pemain yang mengalami kecanduan *game online* (Lemmens et al., 2009)

Berdasarkan riset dan wawancara yang dilakukan kepada 4 orang mahasiswa Jurusan Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar pada tanggal 3 Desember - 5 Desember yang dilakukan melalui *whatsapp*. Wawancara tersebut menghasilkan informasi tentang permasalahan mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akibat keseringan main *game*. Hasil wawancara pada 1 mahasiswa semester 1 yang menyimpulkan bahwa mereka melakukan prokrastinasi karena mereka masih baru menjadi mahasiswa dan belum terlalu paham dengan mata kuliah tertentu yang membuat mereka meninggalkan tugas dan lebih memilih untuk bermain *game* dari pada mengerjakan tugas. Hasil wawancara pada 2 mahasiswa semester 3 menyimpulkan mereka lebih memilih main *game* daripada mengerjakan tugas karena mereka merasa jenuh dengan tugas-tugas yang diberikan dosen. Hasil wawancara pada 1 mahasiswa semester 5 menyimpulkan mereka sulit mengatur waktu dan merasa malas serta bosan dengan tugas-tugasnya dan terkadang mereka memilih menghabiskan waktu dengan teman-temannya untuk bermain *game* karena keasikan main *game* mereka sering lupa dengan tugas kuliahnya dan mahasiswa pada semester ini kebanyakan tidak mau

meyakinkan dirinya untuk rajin belajar karena mengandalkan tugas teman.

Prokrastinasi akademik dan penggunaan *smartphone* berlebihan merupakan hal yang paling umum di kalangan remaja (Rehman, 2016) . Berdasarkan hal tersebut, serta tingginya tingkat prokrastinasi akademik pada remaja, peneliti tertarik untuk meneliti tentang **“Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan di atas maka identifikasi masalahnya adalah

1. Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar
2. Pengaruh pengasuhan orang tua dengan prokrastinasi akademik mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar
3. Pengaruh kondisi lingkungan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar

## **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, adapun batasan masalah penelitian ini adalah **“Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar”**

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka ditemukan rumusan masalahnya yaitu apakah *game addiction* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh *game addiction* terhadap perilaku prokrastinasi Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat dari penelitian ini yaitu:

- a. Secara teoritis, hasil penelitian dapat menambah wawasan peneliti tentang prokrastinasi akademik dan juga kecanduan *game*.
- b. Secara praktis, penelitian ini dapat menambah wawasan agar para mahasiswa mengurangi bermain *game online* agar tidak berpengaruh terhadap akademiknya.

2. Luaran penelitian

Luaran penelitian ini bertujuan supaya hasil penelitian ini dapat diterbitkan pada jurnal ilmiah Psikologi yang terakreditasi dan dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya.

### **G. Definisi Operasional**

1. *Game addiction* /kecanduan game

Lemmens, valkenburg, dan peter (2009) mengemukakan kecanduan *game online* adalah penggunaan komputer atau *smartphone* secara berlebihan dan terus menerus yang akan menimbulkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional dan pemain tidak bisa mengendalikan permainan *game* yang secara berlebihan.

2. Prokrastinasi akademik

Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku penundaan saat memulai dan mengerjakan tugas. Penundaan dianggap sebagai manifestasi perilaku ketidakmampuan dalam manajemen waktu. Prokrastinasi akademik adalah penundaan secara langsung maupun tidak langsung terhadap berbagai jenis tugas akademik formal, seperti tugas tugas kuliah yang diberikan dosen. Prokrastinasi digunakan untuk

menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (Ferrari, 1995)

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Prokrastinasi Akademik**

##### **1. Pengertian Prokrastinasi akademik**

Prokrastinasi didefinisikan sebagai perilaku penundaan saat memulai dan mengerjakan tugas. Penundaan dianggap sebagai manifestasi perilaku ketidakmampuan dalam manajemen waktu. Prokrastinasi akademik adalah penundaan secara langsung maupun tidak langsung terhadap berbagai jenis tugas akademik formal, seperti tugas tugas kuliah yang diberikan dosen. Prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas atau pekerjaan (Ferrari, 1995)

Pada kalangan ilmuwan, istilah prokrastinasi digunakan untuk menunjukkan suatu kecenderungan menunda-nunda penyelesaian suatu tugas. Istilah ini pertama kali digunakan oleh Brown & Holzman pada tahun 1967 (Ghufron & Risnawati, 2012). Prokrastinasi merupakan kebiasaan untuk melakukan penundaan terhadap pekerjaan yang penting dan seharusnya diselesaikan sekarang, tetapi lebih memilih untuk melakukan hal yang lebih menyenangkan. (Wibowo, 2016)

Hidayah & Atmoko (2014) menjelaskan bahwa prokrastinasi merupakan kegagalan dalam melakukan apa yang semestinya dilakukan untuk dapat mencapai suatu tujuan. Prokrastinasi juga berarti penundaan menyelesaikan tugas yang seharusnya diselesaikan. Prokrastinasi adalah suatu penundaan karena penghindaran terhadap tugas. Sebagian besar penghindaran itu dilakukan karena tidak menyukai tugas. Menurut Pradityarahman (2020) prokrastinasi adalah kecenderungan untuk menunda suatu tugas atau pekerjaan baik karena untuk mencapai tujuan lain ataupun dikarenakan melakukan aktivitas lain yang menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan. Penundaan hampir selalu membuat hal-hal menjadi lebih sulit dan menyebabkan stres.

Berdasarkan penjelasan dari beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik itu ialah suatu perilaku yang dilakukan oleh individu dalam menunda-nunda baik dalam memulai mengerjakan maupun menyelesaikan tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru dan memilih melakukan hal lain yang lebih menyenangkan daripada membuat tugas.

## **2. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik**

Menurut Ferrari (1995) sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur dan diamati dengan ciri-ciri tertentu berupa:

- a. 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 ia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya.

- b. Adanya keterlambatan dalam mengerjakan tugas dan menyelesaikan tugas akademik

Misalnya tugas individu atau kelompok yang harus dikumpulkan. Prokrastinator memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Bahkan kadang-kadang tindakan itupun disertai dengan tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan dan keterlambatan inilah yang menjadi ciri utama dalam prokrastinasi akademik.

- c. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya, atau melanggar hal-hal yang telah direncanakan untuk memulai suatu tugas.

- d. Memilih untuk 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 ia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca majalah hiburan, menonton film, dan kegiatan rekreatif lainnya.

Dari penjelasan di atas peneliti menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Ferrari yaitu penundaan untuk memulai tugas dan menyelesaikan tugas yang dihadapi, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, adanya kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik**

Menurut Ferrari faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik dapat dikategorikan menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal yaitu:

- a. Faktor internal, yaitu 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 memengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue*. Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi daripada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi. Walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

#### **2) Kondisi psikologis individu**

Menurut Milgram, *trait* kepribadian individu yang turut memengaruhi 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 memengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk prokrastinasi akademik.

#### b. Faktor Eksternal

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

##### 1) Gaya pengasuhan orangtua

Hasil penelitian Ferrari dan Olive menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak perempuan, sedangkan tingkat pengasuhan otoritatif ayah menghasilkan anak perempuan yang bukan prokrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak perempuan yang memiliki kecenderungan untuk melakukan 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 ataupun di kota tidak memengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

#### 4. Jenis-jenis prokrastinasi akademik

Ghufroon (2010) membagi prokrastinasi menjadi dua kategori yaitu:

- a. *Functional procrastination*, yaitu penundaan dalam mengerjakan tugas yang bertujuan untuk memperoleh informasi yang lebih lengkap dan akurat lagi. Prokrastinasi fungsional ini biasanya dilakukan untuk mengumpulkan data penting, referensi atau informasi lain yang terkait dengan tugas penting. Dalam kenyataannya dalam mengumpulkan data-

data memang membutuhkan waktu yang cukup lama agar sesuai dengan tugas yang dikerjakan, namun ada juga data yang bisa ditemukan dengan cepat. Prokrastinasi seperti ini sering terjadi pada tugas-tugas yang berhubungan dengan penelitian.

- b. *Disfunctional procrastination* yaitu penundaan yang tidak memiliki tujuan berakibat buruk dan menimbulkan masalah. Prokrastinasi disfungsional ini dibagi lagi menjadi dua bentuk yaitu sebagai berikut :
- 1) *Decisional procrastination* yaitu suatu penundaan yang terkait dengan pengambilan keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan sebuah antensedan kognitif dalam menunda memulai melakukan suatu pekerjaan dalam menghadapi situasi yang dipersepsikan penuh atess. Prokrastinasi dilakukan sebagai bentuk *coping* yang digunakan untuk menyesuaikan diri dalam pengambilan keputusan pada situasi tersebut. jenis prokrastinasi ini terjadi akibat kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, sehingga akhirnya orang tersebut menunda untuk menyelesaikan masalah atau tugas yang ada. *Decisional procrastination* berhubungan dengan lupa, kegagalan proses kognitif, akan tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat intelegensi seseorang (Ghufron, 2010)
  - 2) *Avoidance procrastination* adalah suatu penundaan dalam perilaku tampak. Penundaan dilakukan sebagai suatu cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit untuk dilakukan. Prokrastinasi ini dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan yang akan mendatangkan nilai negatif padang atau mengancam *self esteem*-nya. *Avoidance procrastination* berhubungan dengan tipe *self presentation*, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang dan *impulsiveness* (Ghufron, 2010)

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat dua jenis prokrastinasi akademik yang pertama yaitu penundaan atau prokrastinasi dilakukan dengan tujuan mendapatkan informasi atau data

yang akan digunakan untuk mengerjakan tugas sehingga tugas yang dia kerjakan menjadi lebih sempurna dan yang kedua adalah penundaan dilakukan tanpa adanya tujuan.

## 5. Dampak prokrastinasi akademik

Prokrastinasi akademik tentunya akan memiliki dampak baik pada diri individu dan kondisi akademiknya. Menurut Hidayah & Atmoko (2014) perilaku prokrastinasi banyak dilakukan sebagian besar peserta didik, hal itu sendiri dapat berdampak buruk terhadap prestasi akademik serta pembentukan kebiasaan belajarnya. Jika ini dibiarkan, maka pembentukan kebiasaan disiplin diri akan terhambat, prestasi akademik tidak optimal dan pada gilirannya kualitas pendidikan menjadi rendah. Ada beberapa hal buruk yang dapat ditimbulkan dari prokrastinasi akademik sebagai berikut:

- a. Dapat membuat pekerjaan kita tidak selesai.
- b. Walaupun pekerjaan dapat diselesaikan, namun sering melakukannya dengan tergesa-gesa, ataupun tidak menyelesaikannya dengan maksimal sehingga hasil yang didapatkan akan tidak maksimal atau buruk.
- c. Dapat menyebabkan membutuhkan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan pekerjaan, yang membuat harus mengurangi waktu yang ingin dilakukan selain pekerjaan (tugas), misalkan seperti melakukan hobi, bermain *game*, kumpul dengan keluarga.
- d. Dapat meningkatkan stres.
- e. Dapat menghindari dalam mencapai tujuan.
- f. Dapat mencegah dalam mengejar impian.
- g. Dapat merusak harga diri

Menurut Burka & Yuen (2008) prokrastinasi memberikan dua konsekuensi (masalah), yaitu: konsekuensi eksternal, yaitu masalah yang muncul di luar diri meliputi, kehilangan pekerjaan, menimbulkan konflik, tanggung jawab berkurang, kehilangan pertemanan. Sedangkan

konsekuensi internal, yaitu masalah yang muncul dalam diri meliputi, kurang konsentrasi, depresi, insomnia, kecemasan.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat memberikan dampak buruk, baik itu bagi diri individu serta dalam segi prestasi akademiknya. Dampaknya adalah pekerjaan tidak selesai, mengerjakan tugas tergeas-geas, membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas, meningkatkan stres, sulit mencapai tujuan, merusak harga diri

## **6. Prokrastinasi Dalam Perspektif Psikologi Islam**

Prokrastinasi akademik dalam agama Islam termasuk perilaku tercela. Al-Qur'an tidak secara spesifik tidak menyebut kata "prokrastinasi" dalam lafal atau ayat. Namun jika merujuk pada arti prokrastinasi yaitu penundaan maka akan banyak ditemukan. Al-Qur'an mengingatkan manusia agar mampu menggunakan waktu dan kesempatan yang dengan dengan baik. Setelah selesai, diminta untuk segera mengerjakan pekerjaan lain. (Triyono dan Khairi,2018)

Hal ini sesuai dengan Al-Qur'an Surah Al-Insyirah ayat 7 “Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”

Maksud tersirat dari ayat ini adalah tidak adanya kesempatan atau peluang bagi manusia untuk menganggur atau tidak bekerja di saat ia masih diberi waktu dan usia oleh Allah swt. Jika pekerjaan tersebut telah selesai, maka diminta untuk segera melakukan pekerjaan atau berkarya dalam bentuk yang lain.

Dalam Surah Al-Munafiqun ayat 10 Allah SWT. Memperingatkan hal serupa. Allah swt. berfirman: “Dan belanjakanlah sebagian dari apa yang telah Kami berikan kepadamu sebelum datang kematian kepada salah seorang di antara kamu; lalu ia berkata: "Ya Tuhanku, mengapa Engkau tidak menangguhkan (kematian) ku sampai waktu yang dekat, yang menyebabkan aku dapat bersedekah dan aku termasuk orang-orang yang saleh?”

Pesan yang terdapat dalam Surah Al-Munafiqun ayat 10 di atas adalah agar manusia senantiasa mengerjakan pekerjaan sebelum habis waktu tenggangnya. Tujuannya agar jangan sampai menyesal apabila terlambat atau tidak melakukan apa-apa. Dalam tataran aplikatif akademik, Surah Al-Munafiqun ayat 10 memberi peringatan kepada mahasiswa ketika mendapatkan suatu tugas dan pekerjaan akademik untuk segera mungkin mengerjakan tugas-tugas tersebut, dengan mengerjakan dengan tepat waktu maka mahasiswa akan terhindar dari penyesalan dikemudian hari, misalnya mendapat nilai yang buruk dll.

## **B. *Game Addiction***

### **1. *Pengertian Game Addiction***

Kecanduan berasal dari kata candu yang artinya sesuatu yang membuat seseorang ingin melakukannya secara terus-menerus. (Smart 2010). Beranuy mendefinisikan kecanduan sebagai bentuk keterikatan mendalam terhadap suatu objek (dalam kasus ini adalah internet gaming) dan mempengaruhi kognitif, emosi, dan perilaku yang menyebabkan kerusakan signifikan dalam area yang berbeda di dalam kehidupan nyata. (Beranuy. 2013)

Objek dari kecanduan itu bisa bermacam-macam dalam kajian ini objek kajian yang dikaji adalah *game online*. (Novaliendry. 2013) menjelaskan *game* berasal dari kata bahasa Inggris yang memiliki arti dasar permainan. Permainan dalam ini merujuk kepada pengertian kelincahan intelektual (*Intellectual playability*). *Game* juga bisa diartikan sebagai karena keputusan dan aksi pemainnya, ada target-target yang ingin di capai pemainnya. Menurut (Hurlock 2007) bermain adalah setiap kegiatan yang di lakukan dengan kesenangan tanpa memikirkan hasil akhir, sedangkan (Utami Munandar 2004) menyatakan bahwa bermain adalah suatu aktifitas yang membantu anak mencapai perkembangan yang utuh, baik segi fisik, moral, intelektual, sosial, dan emosional.

kecanduan *game online* adalah adanya keterikatan dengan game. Pemain *game online* akan berpikir tentang *game* ketika sedang *offline* dan kerap kali berfantasi mengenai bermain *game* ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Seseorang yang kecanduan *game online* akan memfokuskan diri pada bermain *game* dan menelantarkan hal lain seperti tugas sekolah, pelajaran, dan lainnya. Bermain *game online* menjadi sebuah prioritas yang harus diutamakan. (Young, 2009)

kecanduan *game online* sebagai penggunaan berlebih atau kompulsif terhadap *game online* yang mengganggu kehidupan sehari-hari. Seseorang yang kecanduan *game online* akan bermain *game online* dengan kompulsif, mengisolasi diri dari kontak sosial, dan memfokuskan diri pada pencapaian dalam *game online* dan mengabaikan hal-hal lainnya. (Kartasmita & Nirmala, 2012)

Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) mengemukakan kecanduan *game online* adalah penggunaan komputer atau *smartphone* secara berlebihan dan terus menerus yang akan menimbulkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional dan pemain tidak bisa mengendalikan permainan *game* yang secara berlebihan. (Lemmens, dkk. 2009)

World Health Organization (2018) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification of Diseases (ICD-11)*. Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas *game* dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada *game* lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya.

Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat apabila obat bius bisa dihentikan (Chapin. 2009). Kata kecanduan (*addiction*) biasanya digunakan dalam konteks klinis dan

diperhalus dengan perilaku berlebihan. Konsep kecanduan dapat diterapkan pada perilaku secara luas termasuk kecanduan teknologi komunikasi informasi (Yuwanto, listyo. 2010)

Berdasarkan uraian di atas, kecanduan *game online* dapat diartikan sebagai suatu kondisi dimana seseorang merasakan keterikatan yang berlebihan terhadap *game online* sehingga menggunakannya secara berlebihan yang dapat mengakibatkan masalah sosial dan emosional.

## 2. Aspek-Aspek *Game Addiction*

Lemmens dkk (2009) menyebutkan bahwa ada tujuh aspek kecanduan *game online* yaitu:

### a. *Salience*

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu dan mendominasi pikiran, perasaan (selalu merasa ingin melakukannya), dan perilaku (melakukan secara berlebihan).

### b. *Tolerance*

Sebuah proses dimana aktivitas individu dalam bermain *game online* semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* bertambah jumlahnya.

### c. *Mood modification*

Mengacu pada pengalaman subjektif sebagai hasil dari keterikatan dengan bermain *game online*, misalnya penenangan diri (*tranquillizing*) atau relaksasi terkait pelarian diri (*escapism*).

### d. *Withdrawal*

Perasaan yang tidak menyenangkan dan dampak fisik yang terjadi ketika berhenti atau mengurangi aktivitas bermain *game online*. Aspek ini lebih banyak terdiri dari murung (*moodiness*) dan lekas marah (*irritabilty*).

### e. *Relapse*

Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan cenderung mendorong individu untuk secara cepat kembali mengulangi perilaku

bermain *game online* setelah tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol.

f. *Conflict*

Konflik yang terjadi merujuk pada konflik interpersonal yang dihasilkan dari aktivitas bermain *game online* secara berlebihan. Konflik dapat terjadi diantara pemain dan orang-orang disekitarnya. Konflik dapat meliputi argumen dan penolakan serta berbohong dan curang.

g. *Problems*

Masalah terjadi disebabkan oleh aktivitas bermain *game online* secara berlebihan sehingga mendorong tergesernya aktivitas lain seperti sekolah, bekerja, dan bersosialisasi. Masalah dapat terjadi pada individu pemain *game online*, seperti gangguan inatrafiksi dan kehilangan control. (Lemmens et al., 2009)

### 3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Game Addiction*

Kneer, dkk mengemukakan pula beberapa faktor yang dapat menyebabkan kecanduan *game online* pada individu, faktor itu adalah:

- a. *Motivies*, yaitu ingin meluapkan masalah yang dihadapi, individu merasa senang saat berkompetisi pada *game online*, dan dapat melakukan interaksi sosial di dunia virtual.
- b. *Traits*, yaitu anxiety, self-esteem yang rendah, kepribadian introvert, strategi coping disfungsiional, depresi dan phobia social.
- c. *Social setting*, yaitu kemampuan sosial yang kurang baik, tidak memiliki teman maupun kurang perhatian keluarga.
- d. *Further conditions*, yaitu tersedia fasilitas yang mendukung dan individu memiliki banyak waktu luang. (Kneer, dkk. 2014)

Immanuel (2009) mengatakan, beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang bermain *game online* dapat dilihat dari dalam (internal) dan luar individu tersebut (eksternal) menyebabkan adiksi terhadap *game online*.

a. Faktor internal

- 1) Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi.
- 2) Bosan, rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya adiksi terhadap *game online*.
- 3) Kontrol diri Kurangnya kontrol diri dalam diri seseorang, sehingga kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

b. Faktor eksternal

- 1) Lingkungan, Lingkungan yang kurang terkontrol karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.
- 2) Hubungan Sosial, Kurang memiliki kompetensi sosial yang baik sehingga memilih alternatif bermain game online sebagai aktivitas yang menyenangkan.
- 3) Harapan, Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus-kursus atau les-les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

Adapun akibat dari kecanduan internet atau *game online* menurut Young (Martanto, 2018), antara lain:

- a. Ciri khas (*salience*) biasanya dikaitkan dengan pikiran-pikiran yang berlebihan secara mencolok terhadap bermain *game*. Memikirkan bahkan ketika *offline* atau berfantasi mengenai bermain *game* saat harus berkonsentrasi dengan hal lain misalnya tugas atau pekerjaan lainnya, bahkan bermain *game* akan menjadi prioritas utama pemain (Young, 2009:360)

- b. Penggunaan yang berlebihan (*excessive use*) penggunaan atau bermain *game online* yang terlalu banyak biasanya dikaitkan dengan hilangnya pengertian tentang penggunaan waktu atau pengabaian kebutuhan-kebutuhan dasar dalam kehidupannya misalnya makan, tidur, bahkan mandi. Individu biasanya menyembunyikan waktu *online* dari keluarga atau orang terdekat.
- c. Pengabaian pekerjaan (*neglect to work*) individu mengabaikan pekerjaannya karena aktivitas *game online*, produktivitas dan kinerja menurun karena bermain *game*. Tugas dan pekerjaan akan diabaikan karena pemain lebih memprioritaskan *game*.
- d. Antipasi (*anticipation*) bermain *game online* digunakan sebagai sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan sementara masalah yang terjadi dalam kehidupan nyata pemain. Karena kebiasaan ini, pemain akan terbiasa melarikan diri dari permasalahan melalui *game online* dan lama kelamaan akan menjadi kebiasaan dan mendominasi pikiran dan bahkan perilakunya. Bermain *game* digunakan sebagai strategi *coping* dari masalah yaitu sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan dan perilakunya.
- e. Mengabaikan akan kehidupan sosial (*neglect to social life*) Pemain akan mengabaikan kehidupan sosialnya dan mengorbankan kegiatan sosial untuk bermain *game*. Kegiatan bermain *game* yang dilakukan secara terus menerus akan mengurangi waktu sosialnya.
- f. Ketidakmampuan mengontrol diri (*lack of control*) Ketidakmampuan mengontrol diri akan menimbulkan banyaknya waktu yang digunakan untuk bermain *game online* baik dalam intensitas maupun durasi. Penggunaan waktu yang tidak terkontrol akan berakibat buruk pada kesehatan.

Berdasarkan penjelasan di atas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* menurut Immanuel (2009)

ada dua, yaitu internal dan eksternal. Faktor Internal meliputi keinginan yang kuat dari diri untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain *game online*, rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas yang penting, kurangnya *self control* dalam diri, dan kurang memiliki hubungan sosial yang baik.

### **C. Pengaruh *Game addiction* Terhadap Prokrastinasi Akademik**

Seseorang dalam perannya sebagai seorang mahasiswa tentunya harus memiliki tanggungjawab serta semangat yang tinggi dalam menyelesaikan studi agar mendapatkan hasil yang diinginkan. mahasiswa yang menginginkan hal tersebut tentunya harus lebih giat belajar dan mengikuti proses akademik serta selalu tepat waktu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Banyaknya tugas sekolah membuat remaja terkadang merasa dirinya tidak mampu untuk mengerjakan tugas akademik sehingga memilih untuk menunda-nunda bahkan tidak mengerjakan tugas yang telah diberikan guru di sekolah.

Menurut Ferrari (Ghufron dan Risnawati, 2012) prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai batasan tertentu antara lain :prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola yang dimiliki individu yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan sudah merupakan suatu respon tetap yang selalau dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas.

Prokrastinasi akademik adalah penundaan yang dilakukan dalam ranah akademik. Penundaan tersebut dapat terjadi baik ketika ingin memulai, sedang mengerjakan ataupun menyelesaikan tugas yang diberikan. Prokrastinasi akademik lebih spesifik terjadi seperti penundaan memulai tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, ketidaksesuaian antara rencana dan praktek, serta penundaan tugas karena mengerjakan hal lain yang lebih menyenangkan. Akibat penundaan yang dilakukan proksinator dapat memunculkan kecemasan seperti pada saat menunda mengerjakan pekerjaan

Rumah atau PR yang diberikan guru di sekolah. Salah satu faktor eksternal yang menyebabkan prokrastinasi akademik adalah pengasuhan orangtua (Ghufron & Risnawita, 2010)

Menurut teori psikodinamik (Ghufron & Risnawati, 2010), bahwa pengalaman masa kanak-kanak akan mempengaruhi perkembangan proses kognitif seseorang ketika dewasa, terutama trauma. Orang yang pernah mengalami trauma akan gagal dalam suatu tugas tertentu, misalnya gagal menyelesaikan tugas sekolahnya, akan cenderung melakukan prokrastinasi ketika dihadapkan lagi pada suatu tugas yang sama. Dia akan teringat kepada pengalaman kegagalan dan perasaan tidak menyenangkan yang pernah dialami. Oleh sebab itu, orang tersebut menunda mengerjakan tugas yang dipersepsikan akan mendatangkan perasaan seperti masa lalu.

Teori yang dituliskan oleh Ghufron & Risnawati (2010) berkesinambungan dengan data awal yang didapatkan. Perilaku prokrastinasi akademik yang dilakukan bisa terjadi saat akan memulai tugas, saat mengerjakan, atau saat menyelesaikan tugasnya. Faktor yang menyebabkan terjadinya hal tersebut juga bisa dari diri sendiri atau dari lingkungan sekitar. Misalnya saja munculnya kecenderungan untuk menunda karena lebih memilih mengerjakan hal-hal yang disukai. Kecenderungan prokrastinasi lain yang ditampakkan adalah menunda karena merasa tugasnya sulit dan terhambat sehingga pada akhirnya memilih mengerjakan hal lain yang dirasa menyenangkan.

Menurut Solomon & Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik mengarah kepada apa yang disebut sebagai prokrastinasi akademik. Kemudian Ferrari (dalam Arumsari & Muzaqi, 2009) berpendapat bahwa prokrastinasi akademik adalah penundaan menyelesaikan suatu tugas yang menjadi prioritas tinggi tanpa disadari oleh alasan yang masuk akal. Kemudian prokrastinasi akademik memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Penundaan untuk memulai ataupun menyelesaikan kerja pada tugas yang dihadapi

2. Adanya keterlambatan dalam mengerjakan tugas
3. Adanya kesenjangan waktu antara rencana dengan kinerja aktual dalam mengerjakan tugas
4. Adanya kecenderungan untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih mendatangkan hiburan dan kesenangan.

Salah satu aktivitas lain yang dilakukan adalah dengan bermain *game* baik itu online maupun *offline*. Orang yang bermain *game* memiliki kecenderungan lupa akan tugas dan hal-hal di sekitarnya saking keasikan bermain *game*, bermain *game* juga membuat *player* lupa akan waktu tanpa mereka sadari waktu yang dihabiskan bermain *game* lebih banyak dari pada melakukan hal-hal yang seharusnya dilakukan seperti mengerjakan tugas dan lain sebagainya, dalam hal lain inilah yang disebut kecanduan akan memainkan *game*.

Kecanduan menurut Gripson dan Bokular (Elster, 1999) adalah suatu keadaan interaksi antara psikis terkadang juga fisik dari organisme hidup dan obat, dibedakan oleh tanggapan perilaku dan respon yang lainnya yang selalu menyertakan suatu keharusan untuk mengambil obat secara terus menerus atau berkala untuk mengalami efek psikis, dan kadang-kadang untuk menghindari ketidaknyamanan ketiadaan dari obat.

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*. Seperti yang disebutkan Young (2000) yang menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *computer game addiction* (berlebihan dalam bermain *game*). Dari sini terlihat bahwa *game online* merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi.

Berdasarkan keterangan diatas, dijelaskan bahwa kecanduan *game online* dapat membuat seorang individu lupa atau bahkan sengaja melupakan tugas- tugas yang merupakan kewajibannya sebagai seorang manusia dan seorang pelajar. Kelupaan inilah yang menjadi pemicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik yang merupakan sebuah perilaku yang melakukan

penundaan suatu tugasnya sebagai mahasiswa karena melakukan suatu hal yang membuat dirinya menunda mengerjakan tugasnya, salah satunya karena kecanduan bermain *game online* (Kurniawan, 2017)

#### D. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Aisyah dan Julyanti (2015) yang berjudul Hubungan antara kecanduan game internet dengan procrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di kecamatan Medan kota.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah. Hasil penelitian ini menunjukkan Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di Kecamatan Medan Kota, dengan nilai  $r = 0,770$ ,  $p = 0,000$  berarti  $p < 0,050$ . Hal ini mengandung pengertian, semakin tinggi kecanduan internet maka semakin tinggi tingkat prokrastinasi tugas sekolah. (Julyanti & Aisyah, 2015).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah variabel yang digunakan, jenis penelitian dan teknik pengambilan sampel, jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian penulis adalah subjek dan lokasi penelitian yang digunakan, teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*.

2. Rohim (2017) melakukan penelitian dengan judul “Korelasi antara Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa”.

Penelitian ini menggunakan subjek penelitian sebanyak 61 pria dan 40 wanita yang merupakan mahasiswa pengguna *smartphone* dan berdomisili di area Surabaya dan Malang. Penentuan sampel dipilih dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang diadaptasi dari skala *smartphone addiction scale* dan skala prokrastinasi akademik. Metode

penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dan data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan *pearson correlation product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa, dimana arah hubungan antara kedua variabel adalah positif.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah subjek penelitian, kedua variabel yang digunakan dan jenis penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode pengambilan sampel dengan teknik pengambilan sampel, penelitian ini menggunakan metode pengambilan sampel *non probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sample* sedangkan penelitian penulis menggunakan metode *probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh asmiranya (2020) dengan judul Perilaku prokrastinasi akademik pada remaja broken home yang Mengalami kecanduan *game smartphone*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam tentang perilaku prokrastinasi akademik pada remaja *broken home* yang mengalami kecanduan *game smartphone* Dengan menggunakan metode kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh disebabkan karena rasa kekecewaan terhadap kedua orang tua subjek yang berpisah. subjek takut akan kegagalan dalam setiap menunda-nunda pelajaran, tetapi subjek melakukan hal tersebut untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya. karena nya, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai solusi yang bisa dilakukan untuk meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik pada remaja *broken home* yang mengalami kecanduan *game smartphone*.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah variabel yang digunakan, jenis penelitian dan teknik pengambilan sampel. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah jenis penelitian penelitian penulias yaitu kuantitatif dan lokasi penelitian dan subjek yang digunakan yang mana penulis menggunakan mahasiswa sebagai subjek penelitian.

4. Penelitian lainnya dilakukan oleh Kurniawan (2017) dengan judul “Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta”.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan konseling semester II angkatan 2016 Universitas PGRI Yogyakarta dengan sampel sebanyak 32 mahasiswa. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai signifikansi *regression* adalah 0,000. Oleh karena itu hipotesis penelitian sudah teruji kebenarannya yaitu ada pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah kedua variabel yang digunakan, subjek penelitian yaitu mahasiswa dan jenis penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis yaitu tempat penelitian, metode pengambilan sampel dengan teknik pengambilan sampel serta penelitian penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional sedangkan penulis memakai jenis penelitian kuantitatif sebab akibat.

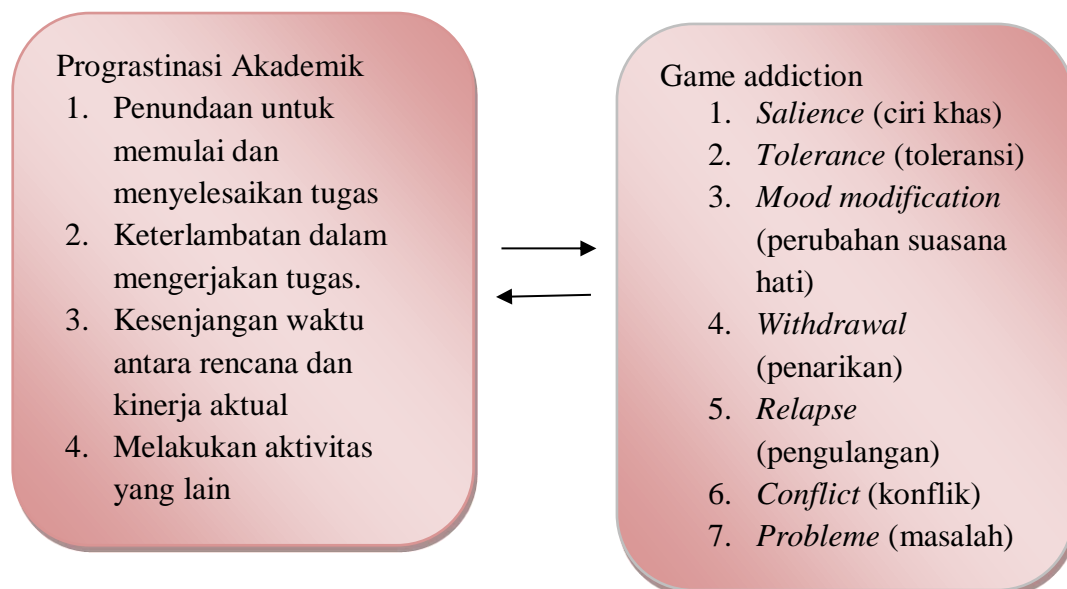
5. Penelitian yang dilakukan oleh Mahardhika (2018) tentang hubungan antara kecanduan *game online* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa Yogyakarta.

Penelitian tersebut menggunakan skala yang terdiri dari 35 aitem dengan 25 aitem *favorable* dan 10 aitem *unfavorable*. Ia juga

menggunakan skala kecanduan *game online* dari Lemmen, Valkenburg & Peter (2009) yang memiliki total 21 item. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara prokrastinasi akademik dan kecanduan *game online* pada para mahasiswa/mahasiswi di Yogyakarta. Hubungan tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar 0.375 dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Artinya semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa/mahasiswi di Yogyakarta dan begitupun sebaliknya.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah kedua variabel yang digunakan, subjek penelitian dan jenis penelitian yaitu menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian penulis metode pengambilan sampel dengan teknik pengambilan sampel.

#### E. Kerangka Berfikir



**Gambar 2. 1**  
kerangka berfikir

Keterangan :

Berdasarkan kerangka konseptual di atas dapat dilihat bahwa penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah *game addiction* sedangkan variabel terikat (Y) adalah prokrastinasi akademik. Tanda panah pada gambar diatas menunjukkan bahwa terbatap hubungan sebab akibat antara *game addiction* dan prokrastinasi akademik. Ketika seseorang sudah kecanduan terhadap *game* maka akan mengakibatkan dia lalai dan menunda-nunda tugas kuliahnya (prokrastinasi akademik) sebaliknya orang yang tidak kecanduan akan suatu *game* maka dia akan lebih fokus terhadap tugas kuliahnya.

#### F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, oleh karena itu rumusan masalah penelitian biasanya disusun dalam kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan ada fakta-fakta yang empiris diperoleh melalui pengumpulan data. Asumsi di lakukan untuk mengetahui pengaruh variabel X (*Game Addiction*) dengan variabel Y (Prokrastinasi Akademik). Ada beberapa ketentuan yang perlu diperhatikan dalam melakukan uji hipotesis yaitu membuat rumusan hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_a$ )

Sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1.  $H_0$  = *game addiction* tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar
2.  $H_a$  = *game addiction* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar

Jadi hipotesis dalam penelitian ini adalah bahwa *game addiction* memiliki pengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Jenis Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variable. Variable-variabel ini di ukur sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat di analisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik (sugiyono, 2016). Penelitian dengan metode kuantitatif merupakan penelitian dengan tujuan memperoleh gambaran tentang hubungan antara dua variabel. Dalam penelitian ini akan diteliti Pengaruh *Game Addiction* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

##### B. Tempat Dan Waktu Penelitian

###### 1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan langsung kepada mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar dengan memberikan kuisioner berisi pernyataan sesuai dengan variabel yang akan diteliti.

###### 2. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Juni 2025 – Juli 2025

**Tabel 3. 1**  
**Waktu Penelitian**

Kegiatan	2024			2025							
	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Juni	Juli	Ags
Survei awal											
Pembuatan proposal											
Bimbingan proposal skripsi											
Seminar peoposal											

Revisi setelah seminar										
Penelitian										
Bimbingan hasil penelitian										
Munafasah										

### C. Populasi Dan Sampel

#### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (sugiyono,2016). Populasi dalam penelitian adalah Mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

**Tabel 3. 2**  
**Jumlah populasi mahasiswa jurusan psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar**

No	Angkatan	Jumlah Mahasiswa
1.	Angkatan 2020	71 orang
2.	Angkatan 2021	93 orang
3.	Angkatan 2022	93 orang
4.	Angkatan 2023	82 orang
5.	Angkatan 2024	62 orang
<b>Total</b>		401 orang

Sumber: data akama rekapitulasi jumlah mahasiswa per 10 Desember 2024

#### 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang di ambil dari populasi itu. Metode yang digunakan dalam Penelitian

ini adalah *proportionate random sampling*. Pengambilan Sampel ini menggunakan salah satu rumus yaitu rumus slovin:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N}{1+Ne^2} \\
 n &= \frac{401}{1+401(0,1)^2} \\
 &= \frac{401}{1+401(0,01)} \\
 &= \frac{401}{4.02} \\
 &= 99,7
 \end{aligned}$$

Keterangan :

n = besarnya sampel

N = besarnya populasi

e = derajat kepercayaan, kesalahan yang masih dapat di terima adalah 1-15%.

Jadi, sampel pada penelitian dari populasi sebanyak 401 orang adalah 100 orang.

#### **D. Pengembangan Instrumen**

Instrumen penelitian adalah alat ukur yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam artian lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah untuk diolah. (bungin. 2008). Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrument penelitian berupa skala likert, di dalam skala likert ini penulis menggunakan pilihan jawaban berupa Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS) dengan rentang skor 1-4.

**Tabel 3. 3**  
**Skala likert**

Pilihan jawaban	Skor	
	Fav	Unfav
Sangat setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak setuju	2	3
Sangat tidak setuju	1	4

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan di ukur yaitu *game addiction* dan prokrastinasi akademik, sehingga dalam penelitian menggunakan 2 macam skala untuk mengukur *game addiction* dan prokrastinasi akademik. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi yaitu skala *game addiction* dan skala prokrastinasi akademik. Skala *game addiction* (Lemmens. 2009). Skala ini disusun berdasarkan tujuh aspek yaitu : *salience* (ciri khas), *tolerance* (toleransi), *mood modification* (suasana hati), *withrdawal* (penarikan), *relapse* (pengulangan), *conflikct* (konflik), dan *problems* (masalah).

Skala prokrastinasi akademik menurut Ferrari terdapat 4 aspek dalam prokrastinasi akademik, yaitu :penundaan waktu untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih.

#### 1. Kisi-Kisi Instrumen prokrastonasi akademik

Kisi-kisi instrumen disajikan untuk mengukur variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah skala prokrastinasi akademik. Skala prokrastinasi dalam penelitian ini mengacu pada teori menurut Ferrari terdapat 4 aspek dalam prokrastinasi akademik, yaitu: a) Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, b) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, c) Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, d) Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

**Tabel 3. 4**  
**Kisi-Kisi Instrumen Prokrastiasi Akademik**

No	Aspek	Indikator
1.	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	a. Menunda memulai mengerjakan tugas dan tidak mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas
2.	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	a. Tidak mengerjakan tugas dengan tepat waktu
		b. Membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas
3.	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	a. Kegagalan dalam memenuhi <i>deadline</i> tugas
		b. Kurang merealisasikan niat dengan rencana untuk mengerjakan tugas
4.	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	a. Mementingkan hal yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

a. Blueprint Skala Awal

**Tabel 3. 5**  
**Blueprint Skala Awal**

NO	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			F	U	
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda memulai mengerjakan tugas dan tidak mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas	1,6	4,21	4
2	Keterlambatan dalam	Tidak mengerjakan tugas dengan tepat	2,10	5,13	4

	menyelesaikan tugas	Mebutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas	9,12	16,20	4
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kegagalan dalam memenuhi <i>deadline</i>	8,22	15,24	4
		Kurang merealisasikan niat dengan rencana untuk mengerjakan tugas	11,14	7,18	4
4	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Mementingkan hal yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	19,23	3,17	4

b. Blueprint setelah Aiken V

Setelah dilakukan penilaian oleh dua validator dan diolah menggunakan rumus Aiken V semua item yang diajukan peneliti dinyatakan valid dengan beberapa perbaikan.

**Tabel 3. 6**  
**Blueprint Setelah Aiken V**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	U	
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda memulai mengerjakan tugas dan tidak mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas	1,6	4,21	4
Keterlambatan dalam	Tidak mengerjakan tugas dengan tepat	2,10	5,13	4

menyelesaikan tugas	Mebutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas	9,12	16,20	4
Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kegagalan dalam memenuhi <i>deadline</i>	8,22	15,24	4
	Kurang merealisasikan niat dengan rencana untuk mengerjakan tugas	11,14	7,18	4
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Mementingkan hal yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	19,23	3,17	4

c. Blueprint setelah nilai CICT (Reliabilitas)

**Tabel 3. 7**  
**Blueprint Setelah CICT**

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
		F	U	
Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda memulai mengerjakan tugas dan tidak mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas	1,6	4,21	4
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	Tidak mengerjakan tugas dengan tepat	2,10	5,13	4
	Mebutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas	9,12	16,20	4
Kesenjangan waktu antara rencana dan	Kegagalan dalam memenuhi <i>deadline</i>	8,22	15,24	4
	Kurang merealisasikan	11,14	7,18	4

kinerja aktual	niat dengan rencana untuk mengerjakan tugas			
Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Mementingkan hal yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	19,23	3,17	4

d. Bluerint skala akhir prokrastinasi akademik

**Tabel 3. 8**  
**Bluprint Skala Akhir Prokrastinasi Akademik**

NO	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah
			F	U	
1	Penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas	Menunda memulai mengerjakan tugas dan tidak mempersiapkan diri dalam menghadapi tugas	1,6	4,21	4
2	Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas	Tidak mengerjakan tugas dengan tepat	2,10	5,13	4
		Membutuhkan waktu yang lama untuk mengerjakan tugas	9,12	16,20	4
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	Kegagalan dalam memenuhi <i>deadline</i>	8,22	15,24	4
		Kurang merealisasikan niat dengan rencana untuk mengerjakan tugas	11,14	7,18	4

4	Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan	Mementingkan hal yang lebih menyenangkan dari pada mengerjakan tugas	19,23	3,17	4
---	--	--	-------	------	---

## 2. Kisi-kisi instrumen *game addiction*

Instrumen dari *game addiction* menggunakan teori dari lemmens, berikut adalah Kisi-kisi instrumen *game addiction*

**Tabel 3. 9**  
**Kisi-kisi instrument *game addiction***

No	Aspek	Indikator
1	<b><i>Salience</i> (ciri khas)</b>	Selalu bermain <i>game</i> dan sudah menjadi aktifitas yang penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi perilaku, perasaan, dan pemikiran seseorang.
2	<b><i>Tolerance</i> (toleransi)</b>	Sebuah proses dimana seseorang menjadi sering bermain, dan bertahap memberikan banyak waktu yang dihabiskan di <i>game</i> .
3	<b><i>Mood modification</i> (perubahan suasana hati)</b>	Pengalaman subjektif yang ada pada seseorang sebagai hasil dari keterlibatan dalam <i>game</i>
4	<b><i>Widrawal</i> (penarikan)</b>	Efek fisik yang terjadi akibat waktu bermain yang dikurangi
5	<b><i>Relapse</i> (pengulangan)</b>	Kecenderungan untuk mengulang kembali pola bermain <i>game</i> yang sebelumnya
6	<b><i>Conflict</i> (konflik)</b>	Konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain <i>game</i> yang berlebihan
7	<b><i>Probleme</i> (masalah)</b>	Timbulnya masalah yang disebabkan oleh bermain <i>game</i> yang berlebihan

## a. Blueprint Skala Awal Game Addiction

**Tabel 3. 10**  
**Blueprint Skala Awal Game Addiction**

No	Aspek	Indikator	Nomor aitem		Jumlah
			F	U	
1	<b><i>Salience</i> (ciri khas)</b>	Selalu bermain game dan sudah menjadi aktifitas yang penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi perilaku, perasaan, dan pemikiran seseorang	1,9	5,7	4
2	<b><i>Tolerance</i> (toleransi)</b>	Sebuah proses dimana seseorang menjadi sering bermain, dan bertahap memberikan banyak waktu yang dihabiskan di <i>game</i> .	3,4	6,8	4
3	<b><i>Mood modification</i> (perubahan suasana hati)</b>	Pengalaman subjektif yang ada pada seseorang sebagai hasil dari keterlibatan dalam <i>game</i>	10,13	2,26	4
4	<b><i>Widrawal</i> (penarikan)</b>	Efek fisik yang terjadi akibat waktu bermain yang dikurangi	11,17	19,20	4
5	<b><i>Relapse</i> (pengulangan)</b>	Kecenderungan untuk mengulang kembali pola bermain <i>game</i> yang sebelumnya	12,15	18,21	4

6	<b><i>Conflict</i></b> <b>(konflik)</b>	Konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain <i>game</i> yang berlebihan	14,25	22,24	4
7	<b><i>Probleme</i></b> <b>(masalah)</b>	Timbulnya masalah yang disebabkan oleh bermain <i>game</i> yang berlebihan	16,23	27,28	4

## b. Blueprint Setelah Aiken V

**Tabel 3. 11**  
**Blueprint Setelah Aiken V Game Addiction**

No	Aspek	Indikator	Nomor aitem		Jumlah
			F	U	
1	<b><i>Salience</i></b> (ciri khas)	Selalu bermain game dan sudah menjadi aktifitas yang penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi perilaku, perasaan, dan pemikiran seseorang	1,9	5,7	4
2	<b><i>Tolerance</i></b> (toleransi)	Sebuah proses dimana seseorang menjadi sering bermain, dan bertahap memberikan banyak waktu yang dihabiskan di <i>game</i> .	3,4	6,8	4
3	<b><i>Mood modification</i></b> (perubahan)	Pengalaman subjektif yang ada pada seseorang sebagai hasil	10,13	2,26	4

	<b>suasana hati)</b>	dari keterlibatan dalam <i>game</i>			
4	<b><i>Withdrawal</i></b> <b>(penarikan)</b>	Efek fisik yang terjadi akibat waktu bermain yang dikurangi	11,17	19,20	4
5	<b><i>Relapse</i></b> <b>(pengulangan)</b>	Kecenderungan untuk mengulang kembali pola bermain <i>game</i> yang sebelumnya	12,15	18,21	4
6	<b><i>Conflict</i></b> <b>(konflik)</b>	Konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain <i>game</i> yang berlebihan	14,25	22,24	4
7	<b><i>Probleme</i></b> <b>(masalah)</b>	Timbulnya masalah yang disebabkan oleh bermain <i>game</i> yang berlebihan	16,23	27,28	4

## c. Blueprint Setelah CICT

**Tabel 3. 12**  
**Blueprint Setelah CICT Game Addiction**

No	Aspek	Indikator	Nomor aitem		Jumlah
			F	U	
1	<b><i>Salience</i></b> (ciri khas)	Selalu bermain <i>game</i> dan sudah menjadi aktifitas yang penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi perilaku, perasaan, dan pemikiran	1	5,7	3

		seseorang			
2	<b><i>Tolerance</i></b> <b>(toleransi)</b>	Sebuah proses dimana seseorang menjadi sering bermain, dan bertahap memberikan banyak waktu yang dihabiskan di <i>game</i> .	3,4	6,8	4
3	<b><i>Mood modification</i></b> <b>(perubahan suasana hati)</b>	Pengalaman subjektif yang ada pada seseorang sebagai hasil dari keterlibatan dalam <i>game</i>	10,13	2,26	4
4	<b><i>Widrawal</i></b> <b>(penarikan)</b>	Efek fisik yang terjadi akibat waktu bermain yang dikurangi	11,17	19,20	4
5	<b><i>Relapse</i></b> <b>(pengulangan)</b>	Kecenderungan untuk mengulang kembali pola bermain <i>game</i> yang sebelumnya	12,15	18,21	4
6	<b><i>Conflict</i></b> <b>(konflik)</b>	Konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain <i>game</i> yang berlebihan	14,25	22,24	4
7	<b><i>Probleme</i></b> <b>(masalah)</b>	Timbulnya masalah yang disebabkan oleh bermain <i>game</i> yang berlebihan	16,23	27,28	4

d. Blueprint Skala Akhir *Game Addiction*

**Tabel 3. 13**  
**Blueprint Skala Akhir *Game Addiction***

No	Aspek	Indikator	Nomor aitem		Jumlah
			F	U	
1	<b><i>Salience</i></b> <b>(ciri khas)</b>	Selalu bermain game dan sudah menjadi aktifitas yang penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi perilaku, perasaan, dan pemikiran seseorang	1	5,7	3
2	<b><i>Tolerance</i></b> <b>(toleransi)</b>	Sebuah proses dimana seseorang menjadi sering bermain, dan bertahap memberikan banyak waktu yang dihabiskan di <i>game</i> .	3,4	6,8	4
3	<b><i>Mood modificatio</i></b> <b>n</b> <b>(perubahan suasana hati)</b>	Pengalaman subjektif yang ada pada seseorang sebagai hasil dari keterlibatan dalam <i>game</i>	10,13	2,26	4
4	<b><i>Widrawal</i></b> <b>(penarikan)</b>	Efek fisik yang terjadi akibat waktu bermain yang dikurangi	11,17	19,20	4
5	<b><i>Relapse</i></b> <b>(pengulangan)</b>	Kecenderungan untuk mengulang kembali pola bermain <i>game</i>	12,15	18,21	4

		yang sebelumnya			
6	<b>Conflict</b> <b>(konflik)</b>	Konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain <i>game</i> yang berlebihan	14,25	22,24	4
7	<b>Probleme</b> <b>(masalah)</b>	Timbulnya masalah yang disebabkan oleh bermain <i>game</i> yang berlebihan	16,23	27,28	4

### 3. Validitas

Suryabrata (2000: 41) menyatakan bahwa validitas tes pada dasarnya menunjuk kepada derajat fungsi pengukurnya suatu tes, atau derajat kecermatan ukurnya sesuatu tes. Validitas suatu tes mempermasalahkan apakah tes tersebut benar-benar mengukur apa yang hendak diukur, maksudnya adalah seberapa jauh suatu tes mampu mengungkapkan dengan tepat ciri atau keadaan yang sesungguhnya dari obyek yang diukur, akan tergantung dari tingkat validitas tes yang bersangkutan. Validitas dapat dibedakan atas tiga macam yaitu validitas isi (*content validity*), validitas konstruk (*construct validity*), dan validitas empiris atau validitas kriteria.

**Tabel 3. 14**  
**Aiken V**

NO	BUTIR	PENILAI		$S_1$	$S_2$	$\sum S$	n (c-1)	V	KET
		1	2						
1	Butir 1	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
2	Butir 2	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
3	Butir 3	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
4	Butir 4	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
5	Butir 5	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
6	Butir 6	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi

7	Butir 7	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
8	Butir 8	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
9	Butir 9	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
10	Butir 10	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
11	Butir 11	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
12	Butir 12	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
13	Butir 13	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
14	Butir 14	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
15	Butir 15	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
16	Butir 16	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
17	Butir 17	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
18	Butir 18	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
19	Butir 19	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
20	Butir 20	3	4	2	3	5	6	0.833333	Sangat Tinggi
21	Butir 21	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
22	Butir 22	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
23	Butir 23	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
24	Butir 24	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
25	Butir 25	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
26	Butir 26	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
27	Butir 27	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
28	Butir 28	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
29	Butir 29	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
30	Butir 30	3	4	2	3	5	6	0.833333	Sangat Tinggi
31	Butir 31	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
32	Butir 32	3	4	2	3	5	6	0.833333	Sangat Tinggi
33	Butir 33	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
34	Butir 34	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
35	Butir 35	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
36	Butir 36	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi

37	Butir 37	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
38	Butir 38	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
39	Butir 39	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
40	Butir 40	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
41	Butir 41	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
42	Butir 42	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
43	Butir 43	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
44	Butir 44	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
45	Butir 45	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
46	Butir 46	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
47	Butir 47	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
48	Butir 48	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
49	Butir 49	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi
50	Butir 50	2	4	1	3	4	6	0.666667	Tinggi
51	Butir 51	3	4	2	3	5	6	0.833333	Sangat Tinggi
52	Butir 52	4	4	3	3	6	6	1	Sangat Tinggi

Rumus Aiken V

$$V = \frac{\sum S}{[n(C-1)]}$$

Keterangan :

**V** : adalah indeks validitas Aiken.

**$\sum S$**  : adalah jumlah dari S, dimana  $S = R - Lo$ .

**R** : adalah skor yang diberikan oleh penilai (rater).

**Lo** : adalah skor terendah yang mungkin dalam skala penilaian.

**N** : adalah jumlah penilai (rater).

**C** : adalah skor tertinggi yang mungkin dalam skala penilaian

Butir	Penilai		$S_1$	$S_2$	$\sum S$	N (C-1)	V	Ket
	1	2						
	188	208	136	156	292	312	0.935897	Sangat Tinggi

Kriteria dalam penilaian Aiken V

- 0.8 -1 : Sangat Tinggi  
 0.6 -0.79 : Tinggi  
 0.40 -0.59 : Sedang  
 0.20 -0.39 : Rendah  
 0 -0.19 : Sangat Rendah

Berdasarkan uji validitas isi menggunakan rumus Aiken V diatas dapat diketahui bahwa aitem-aitem yang diajukan oleh peneliti sudah memenuhi syarat valid dimana nilai validitas isinya 0.935897 dengan keterangan sangat tinggi.

**Tabel 3. 15**  
**Hasil validitas SPSS 22**

<b>NO</b>	<b>Aitem</b>	<b>Nilai Sig</b>	<b>Keterangan</b>
1	X1	0.634	Valid
2	X2	0.647	Valid
3	X3	0.84	Valid
4	X4	0.643	Valid
5	X5	0.656	Valid
6	X6	0.790	Valid
7	X7	0.693	Valid
8	X8	0.497	Valid
9	X9	-0.104	Tidak valid
10	X10	0.611	Valid
11	X11	0.785	Valid
12	X12	0.601	Valid
13	X13	0.390	Valid
14	X14	0.719	Valid
15	X15	0.733	Valid
16	X16	0.672	Valid
17	X17	0.769	Valid
18	X18	0.638	Valid

19	X19	0.481	Valid
20	X20	0.585	Valid
21	X21	0.692	Valid
22	X22	0.507	Valid
23	X23	0.770	Valid
24	X24	0.519	Valid
25	X25	0.649	Valid
26	X26	0.429	Valid
27	X27	0.405	Valid
28	X28	0.802	Valid
29	Y1	0.530	Valid
30	Y2	0.802	Valid
31	Y3	0.743	Valid
32	Y4	0.716	Valid
33	Y5	0.851	Valid
34	Y6	0.817	Valid
35	Y7	0.448	Valid
36	Y8	0.769	Valid
37	Y9	0.701	Valid
38	Y10	0.761	Valid
39	Y11	0.594	Valid
40	Y12	0.748	Valid
41	Y13	0.742	Valid
42	Y14	0.684	Valid
43	Y15	0.652	Valid
44	Y16	0.613	Valid
45	Y17	0.803	Valid
46	Y18	0.785	Valid
47	Y19	0.748	Valid
48	Y20	0.735	Valid

49	Y21	0.746	Valid
50	Y22	0.755	Valid
51	Y23	0.686	Valid
52	Y24	0.710	Valid

Setelah dilakukan uji validitas menggunakan SPSS 2.2 terdapat satu item yang tidak valid yaitu item nomor 9. Item nomor 9 dinyatakan tidak valid karena nilai pearson nya  $-0,104$  lebih kecil dari  $0,361$  berdasarkan pedoman tabel r product moment dengan 30 responden. Nilai sign dari item nomor 9 juga lebih besar dari  $0.005$ .

#### 4. Reliabilitas

Reliabilitas instrumen merujuk pada kemampuan instrumen untuk memberikan hasil pengukuran yang konsisten atau stabil. Instrumen yang dapat diandalkan adalah instrumen yang, saat digunakan untuk mengukur subjek atau objek yang sama pada waktu yang berbeda, menghasilkan hasil yang sama. Reliabilitas instrumen ditentukan oleh berbagai faktor, termasuk faktor bahasa dan jumlah pernyataan yang digunakan untuk mengukur indikator tertentu. Jika bahasa yang digunakan dalam pernyataan tidak jelas atau ambigu, atau jika pernyataan tersebut memiliki arti ganda, maka reliabilitas instrumen dapat menurun. Selain itu, peningkatan jumlah pernyataan (banyaknya butir) dapat meningkatkan reliabilitas instrumen (Yeni et al., 2018).

Azwar (2011) menjelaskan bahwa reliabilitas dinyatakan sebagai koefisien yang berada dalam rentang antara 0 hingga 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati nilai 1,00, semakin tinggi pula reliabilitasnya, sedangkan semakin rendah koefisien mendekati nilai 0, reliabilitasnya juga semakin rendah. Koefisien Alpha Cronbach yang dianggap minimal dalam sebuah alat ukur adalah  $0,7$  hingga  $0,9$ . Dalam penelitian ini, teknik analisis varians dari Alpha Cronbach digunakan untuk menentukan reliabilitas skala. Formula Alpha Cronbach dipilih karena hasil reliabilitas yang dihasilkan diharapkan lebih akurat dan mendekati nilai

sebenarnya. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak komputer program SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 2.2 for windows. Koefisien Alpha Cronbach minimal yang diharapkan dalam skala penelitian ini adalah 0,7.

Sebelum melakukan uji reabilitas dan setelah data uji coba diperoleh, maka penulis mengolah data tersebut dengan tujuan menggugurkan aitem yang memiliki nilai daya deskriminasi rendah (Saifuddin, 2020). Analisis daya diskriminasi ini melalui pengujian terhadap korelasi antar tiap aitem Corrected Item Total Correlation (CITC) dengan skor total nilai jawaban sebagai kriteria. Nilai CITC dinyatakan memenuhi daya deskriminasi apabila aitem yang memiliki nilai 0,3 ke atas. Hasil Corrected Item Total Correlation (CITC) lebih lanjut dalam bagian lampiran. Setelah nilai CITC per aitem diketahui, selanjutnya dilakukan uji reliabilitas skala menggunakan koefisien Alpha Cronbach (Azwar, 2011). Hasil uji reabilitas prokrastinasi akademik adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 16**  
**Reabilitas *game addiction***

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.936	27

**Tabel 3. 17**  
**Realibilitas prokrastinasi akademik**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.958	24

Berdasarkan tabel 3.16 dan tabel 3.17 diketahui bahwa *Cronbach's Alpha* skala *game addiction* 0,936 dan skala prokrastinasi akademik 0,958 yang mana kedua nya di atas 0,70 jadi dapat disimpulkan bahwa skala

game addiction dan prokrastinasi akademik sudah reliabel. Selanjutnya, dilakukanlah penyusunan skala kualitas hidup sampai menjadi bentuk final, dimana aitem yang selamat atau reliable.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut sugiyono, kuesioner adalah teknik pengumpulan data dengan cara peneliti memberikan daftar pertanyaan atau pernyataan yang tertulis untuk dijawab oleh responden. Kuesioner dibuat menggunakan *google form* atau *online* dan penyebarannya pun juga *online*, sebab pada umumnya mahasiswa pada zaman sekarang sudah menggunakan *gadget* sehingga memudahkan penulis untuk menyebarkan kuesioner tersebut. Kuesioner yang disebarkan yaitu kuesioner prokrastinasi akademik dan *game addiction* yang disusun menggunakan skala *likert* (sugiyono, 2014).

#### **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data pada dasarnya yaitu memperkirakan atau dengan menentukan besarnya pengaruh secara kuantitatif dari perubahan suatu (beberapa) kejadian terhadap sesuatu (beberapa) kejadian lainnya, serta memperkirakan atau meramalkan kejadian lainnya. Kejadian (*event*) dapat dinyatakan sebagai perubahan nilai variabel. Dalam penelitian kuantitatif, analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana, karena variabel yang terlibat dalam penelitian ini ada dua, yaitu *game addiction* sebagai variabel bebas dan dilambangkan dengan X serta prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat dan dilambangkan dengan Y. Analisis regresi linier sederhana dapat dilaksanakan apabila telah memenuhi

syarat-syarat sebagai berikut:

1. Sampel diambil secara random (acak)
2. Variabel X dan variabel Y mempunyai hubungan yang kausal, dimana X merupakan sebab dan Y merupakan akibat.
3. Nilai Y mempunyai penyebaran yang berdistribusi normal.
4. Persamaan tersebut hendaknya benar-benar linier.

Persamaan regresi sederhana diperoleh dengan bentuk

$$Y = a + bX$$

dimana:

Y= Variabel terikat ( variabel yang diduga)

X= Variabel bebas

a= Intersept

b= Koefisien regresi (slop)

Nilai a maupun nilai b dihitung melalui rumus yang sederhana, untuk memperoleh nilai a dihitung dengan rumus

$$a = \frac{(\sum Y)(\sum X^2) - (\sum X)(\sum XY)}{n \sum X^2 - (\sum X)^2}$$

Sedangkan nilai b dihitung dengan rumus:

$$b = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{n \sum X^2 - (\sum X)^2}$$

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**A. Deskripsi Subjek Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar dari angkatan 2020 sampai angkatan 2024 yang masih aktif kuliah. Kemudian sampel penelitian dalam penelitian ini sebanyak 100 orang dari 401 orang seluruh mahasiswa jurusan Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Data sampel pada penelitian ini dapat dilihat dari tabel di bawah ini:

**Tabel 4. 1**  
**Data sampel penelitian**

<b>Deskripsi Sampel</b>		
<b>Tahun</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase</b>
2020	16	16%
2021	5	5%
2022	3	3%
2023	43	43%
2024	33	33%

Berdasarkan tabel di atas, dilihat bahwa sampel berdasarkan angkatan subjek angkatan 20 berjumlah 16 orang (16%), angkatan 21 berjumlah 5 orang (5%), subjek angkatan 22 berjumlah 3 orang (3%), subjek angkatan 23 berjumlah 43 orang (43%), subjek angkatan 24 berjumlah 33 orang (33%).

**Tabel 4. 2**  
**Data Responden Penelitian**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>JENIS KELAMIN</b>	<b>ANGKATAN</b>
1.	W	Perempuan	2021
2	EA	Perempuan	2022
3	DNA	Perempuan	2023
4	AA	Perempuan	2023
5	NI	Perempuan	2023
6	EKP	Laki-laki	2023
7	MR	Laki-laki	2023
8	MF	Laki-laki	2023
9	FF	Perempuan	2023
10	AR	Perempuan	2023
11	CH	Perempuan	2023
12	YO	Perempuan	2023
13	SSP	Perempuan	2024
14	HFS	Laki-laki	2023
15	DA	Perempuan	2023
16	SAU	Perempuan	2023
17	MA	Perempuan	2023
18	ASQ	Perempuan	2023
19	FNR	Perempuan	2023
20	FFT	Perempuan	2023
21	DAK	Perempuan	2023
22	AD	Perempuan	2023
23	YM	Perempuan	2023
24	MF	Laki-laki	2023
25	R	Perempuan	2023
26	LS	Perempuan	2023
27	JJ	Perempuan	2023
28	AA	Perempuan	2023

29	ANH	Perempuan	2023
30	ASB	Perempuan	2023
31	ACA	Perempuan	2023
32	MR	Perempuan	2022
33	BA	Perempuan	2023
34	EM	Perempuan	2023
35	FL	Laki-laki	2024
36	FA	Laki-laki	2024
37	HTA	Perempuan	2024
38	HQ	Perempuan	2024
39	IMR	Perempuan	2024
40	IA	Perempuan	2024
41	LF	Perempuan	2024
42	KS	Perempuan	2024
43	HA	Laki-laki	2024
44	FMY	Perempuan	2023
45	RK	Perempuan	2023
46	RU	Laki-laki	2024
47	NI	Perempuan	2020
48	SN	Perempuan	2024
49	RDR	Laki-laki	2020
50	IR	Perempuan	2023
51	P	Perempuan	2020
52	JN	Perempuan	2023
53	RF	Perempuan	2020
54	RH	Perempuan	2020
55	ERK	Laki-laki	2023
56	AR	Perempuan	2023
57	SMV	Perempuan	2020
58	SW	Perempuan	2020

59	L	Perempuan	2023
60	SL	Perempuan	2020
61	FA	Laki-laki	2023
62	UAA	Perempuan	2020
63	MH	Laki-laki	2024
64	NRS	Perempuan	2024
65	VM	Perempuan	2020
66	NS	Perempuan	2024
67	RU	Laki-laki	2024
68	WDC	Perempuan	2020
69	HF	Laki-laki	2024
70	SSZ	Perempuan	2023
71	NS	Perempuan	2023
72	RL	Perempuan	2024
73	RH	Perempuan	2024
74	AMF	Laki-laki	2023
75	AM	Perempuan	2020
76	RF	Perempuan	2024
77	AF	Laki-laki	2020
78	CN	Perempuan	2020
79	DRY	Perempuan	2024
80	TIP	Perempuan	2024
81	AZ	Perempuan	2024
82	AH	Perempuan	2024
83	GF	Perempuan	2020
84	AEP	Perempuan	2024
85	AS	Perempuan	2024
86	GA	Perempuan	2020
87	ASA	Perempuan	2023
88	DDA	Perempuan	2023

89	MI	Laki-laki	2023
90	GF	Laki-laki	2023
91	BA	Perempuan	2023
92	RAH	Perempuan	2023
93	HS	Laki-laki	2023
94	ASR	Perempuan	2023
95	SMS	Perempuan	2021
96	VP	Perempuan	2021
97	LA	Perempuan	2021
98	ZNL	Perempuan	2021
99	PNI	Perempuan	2024
100	MG	Laki-laki	2022

dari tabel 4.1 dapat diketahui bahwa terdapat 100 responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 79 orang dan 21 laki-laki. Semua responden merupakan mahasiswa psikologi dari angkatan 2020-2024.

## B. Deskripsi data

Pada bagian ini peneliti menyajikan hasil penelitian yang meneliti tentang pengaruh *game addiction* terhadap prokrastinasi akademik pada program studi psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar. Data tentang *game addiction* dan prokrastinasi akademik didapatkan dari penyebaran skala yang peneliti sebarakan kepada mahasiswa yang terpilih menjadi responden penelitian.

Berdasarkan sampel sebanyak 100 orang mahasiswa maka diperoleh data tentang data *game addiction* dan prokrastinasi akademik akademik mahasiswa yang menggunakan spss dengan teknik regresi linear sederhana untuk mengetahui serta menjelaskan tentang adanya hubungan sebab akibat antara *game addiction* dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar.

Data *game addiction* dan prokrastinasi akademik mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar diperoleh dengan cara memberikan skala Likert kepada mahasiswa yang telah terpilih menjadi sampel penelitian. Mahasiswa yang terpilih menjadi sampel penelitian diminta untuk mengisi skala dan memberikan jawaban item pernyataan yang telah peneliti berikan. Kategori sampel yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan kategori model distribusi normal dengan kategori jenjang (ordinal). Azwar (2012) menyatakan kategori jenjang (ordinal) merupakan kategorisasi yang menempatkan individu ke dalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut pada suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Hasil dan deskripsi penelitian dapat dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian pada sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu rendah, sedang, tinggi.

Analisis data deskriptif digunakan untuk melihat hasil deskriptif data hipotesis dan data hipotetik dari variabel *game addiction* dan prokrastinasi akademik. Deskripsi data hasil dari penelitian ini sebagai berikut:

**Tabel 4. 3**  
**Descriptive Statistic**

Empirik	Variabel	N	Min	Max	Range	Mean	Sd
	Game Addiction	100	30.00	102.00	72.00	60.5600	15.08918
Hipotetik	Prokrastinasi Akademik	100	24.00	94.00	70.00	52.8300	13.68480
	Game Addiction	100	27	108	72	67.5	13.5
	Prokrastinasi Akademik	100	24	96	81	60	12

Berdasarkan tabel hasil uji deskriptif diatas, dapat kita gambarkan distribusi data yang didapat oleh peneliti adalah data empirik Variabel *game addiction* (X) nilai minimum 30.00, nilai maksimum sebesar 102.00, dengan range 72.00, nilai rata-ratanya sebesar 60.5600 dan standar deviasi data *game addiction* adalah 15,08918 sedangkan data hipotetik *game*

addiction adalah nilai min 27, max 108, range 72, mean 67.5, dan standar deviasinya 13.5

Variabel prokrastinasi akademik dari data tersebut bisa di deskripsikan bahwa skor empirik nilai minimum 24.00, nilai maksimum 94.00, dengan range 70.00, nilai rata-ratanya sebesar 52,8300 dan standar deviasi data prokrastinasi akademik adalah 13,68480, sedangkan skor hipotetik prokrastinasi akademik nilai min sebesar 24, max sebesar 96, range 81, mean 60 dan standar deviasi nya sebesar 12.

Deskripsi data pada penelitian ini dijadikan menjadi 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

#### 1. Kategorisasi *Game Addiction*

**Tabel 4. 4**  
**Rumus Kategorisasi *Game Addiction***

Kategori	Rumus	Skor
Tinggi	$(X + 1.Sd) \leq X$	$81 \leq X$
Sedang	$(X - 1.Sd) \leq X < (X + 1.Sd)$	$54 < X \leq 81$
Rendah	$X < (X - 1.Sd)$	$X < 54$

Dari tabel 4.4 dapat kita ketahui bahwa kategorisasi game addiction dikatakan tinggi apabila X kecil sama dari 81, dikatakan sedang apabila X kecil dari 54 dan kecil sama dari 81, dan akan dikatakan rendah apabila X kecil dari 54

**Tabel 4. 5**  
**Kategori *Game Addiction***

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
RENDAH	22	22.0	22.0	22.0
SEDANG	73	73.0	73.0	95.0
TINGGI	5	5.0	5.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Dari tabel 4.5 dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar *game addiction* nya tergolong pada kategori sedang yaitu 73% dari responden yang diteliti.

**Tabel 4. 6**  
**Persentase Kategorisasi Skor Game Addiction Setiap Item**

<b>NO</b>	<b>NAMA</b>	<b>SKOR</b>	<b>KATEGORI</b>
1.	W	58	Sedang
2	EA	50	Rendah
3	DNA	79	Sedang
4	AA	63	Sedang
5	NI	77	Sedang
6	EKP	65	Sedang
7	MR	65	Sedang
8	MF	75	Sedang
9	FF	61	Sedang
10	AR	65	Sedang
11	CH	66	Sedang
12	YO	66	Sedang
13	SSP	72	Sedang
14	HFS	66	Sedang
15	DA	67	Sedang
16	SAU	67	Sedang
17	MA	80	Sedang
18	ASQ	72	Sedang
19	FNR	70	Sedang
20	FFT	70	Sedang
21	DAK	65	Sedang
22	AD	68	Sedang
23	YM	60	Sedang
24	MF	69	Sedang
25	R	67	Sedang
26	LS	70	Sedang
27	JJ	64	Sedang
28	AA	67	Sedang
29	ANH	70	Sedang
30	ASB	62	Sedang
31	ACA	68	Sedang
32	MR	56	Sedang
33	BA	67	Sedang
34	EM	67	Sedang
35	FL	74	Sedang
36	FA	73	Sedang

37	HTA	70	Sedang
38	HQ	70	Sedang
39	IMR	75	Sedang
40	IA	72	Sedang
41	LF	68	Sedang
42	KS	70	Sedang
43	HA	101	Tinggi
44	FMY	31	Rendah
45	RK	58	Sedang
46	RU	97	Tinggi
47	NI	46	Rendah
48	SN	45	Rendah
49	RDR	49	Rendah
50	IR	68	Sedang
51	P	31	Rendah
52	JN	63	Sedang
53	RF	56	Sedang
54	RH	71	Sedang
55	ERK	47	Tinggi
56	AR	69	Sedang
57	SMV	54	Sedang
58	SW	55	Sedang
59	L	96	Tinggi
60	SL	55	Sedang
61	FA	65	Sedang
62	UAA	54	Sedang
63	MH	72	Sedang
64	NRS	72	Sedang
65	VM	53	Rendah
66	NS	67	Sedang
67	RU	59	Sedang
68	WDC	56	Sedang
69	HF	35	Rendah
70	SSZ	40	Rendah
71	NS	102	Tinggi
72	RL	38	Rendah
73	RH	33	Rendah
74	AMF	99	Tinggi
75	AM	54	Sedang

76	RF	30	Rendah
77	AF	54	Sedang
78	CN	58	Sedang
79	DRY	31	Rendah
80	TIP	33	Rendah
81	AZ	33	Rendah
82	AH	33	Rendah
83	GF	57	Sedang
84	AEP	34	Rendah
85	AS	41	Rendah
86	GA	55	Sedang
87	ASA	54	Sedang
88	DDA	55	Sedang
89	MI	56	Sedang
90	GF	55	Sedang
91	BA	55	Sedang
92	RAH	55	Sedang
93	HS	53	Rendah
94	ASR	55	Sedang
95	SMS	54	Sedang
96	VP	54	Sedang
97	LA	53	Rendah
98	ZNL	54	Sedang
99	PNI	53	Rendah
100	MG	54	Sedang
Total skor		6056	Sedang

Berdasarkan gambaran skor *game addiction* mahasiswa program studi Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar dari mahasiswa yang menjadi sampel penelitian diperoleh jumlah total 6056. Dapat disimpulkan bahwa *game addiction* mahasiswa jurusan psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar masuk pada kategori sedang.

## 2. Kategorisasi Prokrastinasi Akademik

**Tabel 4. 7**  
**Rumus Kategorisasi Prokrastinasi Akademik**

Kategori	Rumus	Skor
Tinggi	$(X + 1.Sd) \leq X$	$72 \leq X$

Sedang	$(X - 1.Sd) \leq X < (X + 1.Sd)$	$48 < X \leq 72$
Rendah	$X < (X - 1.Sd)$	$X < 48$

Dari tabel 4.7 dapat diketahui bahwa kategori prokrastinasi akademik dikatakan tinggi apabila X kecil sama dari 72, prokrastinasi akademik dikatakan sedang apabila X besar dari 48 dan kecil sama dari 72, dan prokrastinasi akademik akan dikatakan rendah apabila X kecil dari 48.

**Tabel 4. 8**  
**Kategorisasi Prokrastinasi Akademik**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
RENDAH	15	15.0	15.0	15.0
SEDANG	80	80.0	80.0	95.0
TINGGI	5	5.0	5.0	100.0
Total	100	100.0	100.0	

Dari tabel 4.8 dapat diketahui bahwa mayoritas mahasiswa psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar prokrastinasi akademiknya tergolong pada kategori sedang yaitu 80% dari responden yang diteliti.

**Tabel 4. 9**  
**Kategorisasi Prokrastinasi Akademik Setiam Item**

NO	NAMA	SKOR	KATEGORI
1.	W	62	Sedang
2	EA	47	Rendah
3	DNA	78	Sedang
4	AA	65	Sedang
5	NI	67	Sedang
6	EKP	55	Sedang
7	MR	61	Sedang
8	MF	60	Sedang
9	FF	53	Sedang
10	AR	56	Sedang
11	CH	58	Sedang
12	YO	51	Sedang
13	SSP	57	Sedang
14	HFS	51	Sedang
15	DA	57	Sedang

16	SAU	65	Sedang
17	MA	59	Sedang
18	ASQ	60	Sedang
19	FNR	66	Sedang
20	FFT	56	Sedang
21	DAK	61	Sedang
22	AD	56	Sedang
23	YM	60	Sedang
24	MF	57	Sedang
25	R	54	Sedang
26	LS	57	Sedang
27	JJ	62	Sedang
28	AA	63	Sedang
29	ANH	62	Sedang
30	ASB	65	Sedang
31	ACA	64	Sedang
32	MR	48	Sedang
33	BA	63	Sedang
34	EM	57	Sedang
35	FL	57	Sedang
36	FA	58	Sedang
37	HTA	67	Sedang
38	HQ	64	Sedang
39	IMR	56	Sedang
40	IA	61	Sedang
41	LF	60	Sedang
42	KS	61	Sedang
43	HA	90	Tinggi
44	FMY	24	Rendah
45	RK	48	Sedang
46	RU	48	Sedang
47	NI	48	Sedang
48	SN	45	Sedang
49	RDR	54	Sedang
50	IR	56	Sedang
51	P	31	Rendah
52	JN	52	Sedang
53	RF	58	Sedang
54	RH	62	Sedang

55	ERK	67	Sedang
56	AR	59	Sedang
57	SMV	48	Sedang
58	SW	49	Sedang
59	L	83	Tinggi
60	SL	48	Sedang
61	FA	59	Sedang
62	UAA	48	Sedang
63	MH	54	Sedang
64	NRS	56	Sedang
65	VM	48	Sedang
66	NS	58	Sedang
67	RU	58	Sedang
68	WDC	48	Sedang
69	HF	27	Rendah
70	SSZ	27	Rendah
71	NS	88	Tinggi
72	RL	26	Rendah
73	RH	26	Rendah
74	AMF	94	Tinggi
75	AM	48	Sedang
76	RF	24	Rendah
77	AF	48	Sedang
78	CN	49	Sedang
79	DRY	24	Rendah
80	TIP	28	Rendah
81	AZ	27	Rendah
82	AH	26	Rendah
83	GF	48	Sedang
84	AEP	28	Rendah
85	AS	27	Rendah
86	GA	48	Sedang
87	ASA	48	Sedang
88	DDA	48	Sedang
89	MI	48	Sedang
90	GF	49	Sedang
91	BA	48	Sedang
92	RAH	48	Sedang
93	HS	48	Sedang

94	ASR	48	Sedang
95	SMS	48	Sedang
96	VP	48	Sedang
97	LA	49	Sedang
98	ZNL	48	Sedang
99	PNI	48	Sedang
100	MG	48	Sedang
Total skor		5283	

Berdasarkan gambaran skor *game addiction* mahasiswa program studi psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar dari mahasiswa yang menjadi sampel penelitian diperoleh jumlah 5283.

### C. Uji Prasyarat

Hal pertama untuk menganalisis data penelitian yaitu uji prasyarat analisis data penelitian. Uji prasyarat yang dilakukan dalam penelitian ini, yaitu:

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas dalam analisis data digunakan untuk melihat apakah data kedua variabel dalam suatu penelitian berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam analisis data penelitian ini menggunakan *SPSS*, jika nilai  $p > 0,05$  maka penyebaran data akan tergolong normal (Azwar, 2016). Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawa ini:

**Tabel 4. 10**  
**Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.62470988
Most Extreme Differences	Absolute	.085
	Positive	.082
	Negative	-.085
Test Statistic		.085
Asymp. Sig. (2-tailed)		.085 <sup>c</sup>

- |  |
|--|
| a. Test distribution is Normal.        |
| b. Calculated from data.               |
| c. Lilliefors Significance Correction. |

Dari data yang telah dijelaskan pada tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel prokrastinasi akademik berdistribusi normal dengan nilai sig 0.085 dimana nilai ini lebih besar dari 0.05 jadi asumsi normalitas pada penelitian ini dapat terpenuhi.

## 2. Uji Linearitas

Uji linearitas ini menggunakan SPSS 22.0 yang bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Dasar pengambilan keputusan

- Apabila nilai probabilitas  $\leq 0,05$  maka dapat diartikan hubungan antara kedua variabel adalah linear
- Apabila nilai probabilitas  $> 0,05$  maka dapat diartikan hubungan antara kedua variabel tersebut tidak linear

Berikut ini adalah tabel hasil uji linearitas kedua variabel menggunakan SPSS:

**Tabel 4. 11**  
**Uji Linearitas**

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	17863.305	43	415.426	34.373	.000
		Linearity	14470.857	1	14470.857	1197.344	.000
		Deviation from Linearity	3392.448	42	80.773	6.683	.000
Within Groups			676.805	56	12.086		
Total			18540.110	99			

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi linearity sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang

linear yang signifikan antara variabel X dan variabel Y, karena nilai linearity lebih kecil dari 0,05 atau  $0,000 \leq 0,05$ .

#### D. Pengujian Hipotesis

Setelah uji prasyarat analisis terpenuhi uji normalitas dan uji linearitas kedua variabel, selanjutnya dilakukan uji hipotesisnya menggunakan analisis regresi linear sederhana *22.00 For Windows*, karena variabel *game addiction* dan prokrastinasi akademik terdistribusi normal dan terdapat hubungan yang linier. Berikut adalah hipotesis yang diajukan pada penelitian ini :

1.  $H_0$  = *game addiction* tidak berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar
2.  $H_a$  = *game addiction* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar

Berikut adalah hasil dari uji regresi linear sederhana:

Persamaan regresi sederhana diperoleh dengan bentuk:

$$Y = a + bX$$

dimana:

Y= Variabel terikat ( variabel yang diduga)

X= Variabel bebas

a= Intersept

b= Koefisien regresi (slop)

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	4.307	2.678		1.608	.111
Game Addiction	.801	.043	.883	18.668	.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan output di spss diatas, maka dapat dirumuskan model persamaan regresinya sebagai berikut

$$Y = 4.307(a) + 0,801 (X) + e$$

Model persamaan regresi tersebut bermakna :

1. *Constanta* (a) = 4,307 artinya apabila *game addiction* itu constant atau tetap, maka prokrastinasi akademik sebesar 4,307
2. Koefisien arah regresi  $b(x) = 0,801$  (bernilai positif) artinya apabila *game addiction* meningkat 1 (satuan) maka penjualan juga akan mengalami peningkatan prokrastinasi akademiknya.

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	4.307	2.678		1.608	.111
Game Addiction	.801	.043	.883	18.668	.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

1. Nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$
2. Nilai t-hitung  $>$  t-tabel ( $18,668 > 1,661$ )

Berdasarkan tabel dan dasar pengambilan keputusan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *game addiction* berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik artinya semakin tinggi tingkat *game addiction* maka prokrastinasi akademiknya juga akan meningkat.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.883 <sup>a</sup>	.781	.778	6.44383

a. Predictors: (Constant), Game Addiction

Nilai *R square* 0,781 yang artinya *game addiction* mempengaruhi prokrastinasi akademik sebesar 78,1 % sedangkan sisanya 21,9 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

## E. Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, diperoleh hasil bahwa mahasiswa psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar memiliki tingkat *game addiction* sedang dan prokrastinasi akademik sedang juga.

Individu yang *game addiction* nya tinggi akan melakukan prokrastinasi tinggi juga sedangkan individu yang *game addicton* nya rendah maka tingkat prokrastinasi akademiknya akan rendah juga.

Berdasarkan hasil pengujian diketahui bahwa *game addiction* berpengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik sebesar 78.1 % dan 21.9 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti penanaman orang tua, kondisi lingkungan dan lain sebagainya. Hal artinya setiap ada peningkatan perilaku *game addiction* maka prokrastinasinya juga akan meningkat begitupun sebaliknya jika ada penurunan *game addiction* atau kecanduan game maka prokrastinasi juga akan menurun. Hal ini diperkuat dan didukung oleh nilai sig lebih kecil dari nilai alpha yaitu  $0,000 < 0,05$  artinya *game addiction* berpengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik. Selanjutnya dapat dilihat dari hasil t hitung lebih besar dari t tabel yaitu  $18,668 > 1,661$  artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa *game addiction* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

penelitian ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mahardika (2018) Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara prokrastinasi akademik dan kecanduan *game online* pada para mahasiswa/mahasiswa di Yogyakarta. Hubungan tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r) sebesar 0.375 dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Artinya semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* yang dimiliki seseorang, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik pada mahasiswa/mahasiswa di Yogyakarta dan begitupun sebaliknya.

Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Kamaratih (2012) dengan menunjukkan hubungan antara kecanduan bermain *online game* dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan tugas pada mahasiswa UKSW. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian dengan semakin tingginya kecanduan bermain online game maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa.

Solomon dan Rothblum (1984) mengungkapkan bahwa indikasi penundaan akademik adalah masa studi 5 tahun atau lebih. Indikasi yang mengarah kepada apa yang disebut sebagai prokrastinasi akademik. Menurut Ferrari, dkk (1995) terdapat ciri-ciri atau indikator yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, salah satunya adalah memilih aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas yang harus dikerjakan. Salah satu ciri-ciri atau indikator yang akan mendukung terciptanya prokrastinasi akademik adalah kecanduan *game online*.

Menurut Lemmens, dkk (2009) kecanduan game online terdiri dari tujuh aspek yaitu, *salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict* dan *problems*. Aspek yang ada pada kecanduan game online merupakan faktor yang akan mendukung terciptanya prokrastinasi akademik. Saat seseorang sudah mengalami kecanduan game online di dalam diri, maka bermain game online menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan dan mendominasi pikiran, perasaan (selalu merasa ingin melakukannya) sehingga sifat kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan.

Konsep prokrastinasi akademik dan *game online* tertuang dalam surat al-insyirah ayat 7 yang berbunyi :

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

Yang artinya: “Maka apabila kamu telah selesai (dari sesuatu urusan), kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain”

Maksud dari ayat di atas adalah setelah kita menyelesaikan suatu urusan atau pekerjaan setelah itu kita dianjurkan untuk mengerjakan urusan yang lain, serta dalam ayat ini dijelaskan agar kita tidak membuang-buang waktu kita dengan kegiatan yang tidak bermanfaat. *Game addiction* merupakan salah satu kegiatan yang kurang bermanfaat serta hal ini juga bisa menyebabkan kita melakukan prokrastinasi akademik, perilaku ini merupakan perilaku dimana kita sering menunda-nunda pekerjaan atau bahkan tidak melakukan pekerjaan yang seharusnya kita lakukan.

Dalam Hadist Riwayat Tirmidzi "Nabi Muhammad SAW bersabda : Tidak akan bergeser kedua kaki seorang hamba pada hari kiamat, sampai ditanya tentang umurnya, untuk apa dihabiskannya, dan tentang ilmunya, apa yang telah ia perbuat dengannya". Hadist ini mengingatkan bahwa setiap detik waktu kita akan dipertanggungjawabkan. Menunda-nunda pekerjaan berarti menyia-nyiakan waktu yang seharusnya digunakan untuk kegiatan yang lebih bermanfaat seperti beribadah dan beramal.

Dari pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa *game addiction* berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi psikologi islam. Dengan ini diharapkan mahasiswa bisa mengurangi waktu bermain *game* agar tidak kecanduan nantinya sehingga hal ini juga bisa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh *game addiction* terhadap prokrastinasi akademik pada program studi psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya maka penulis dapat disimpulkan bahwa: *Game addiction* mahasiswa psikologi islam berpengaruh sebesar 78,1% terhadap tingkat prokrastinasi akademik. Sedangkan sisanya sebesar 21,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. secara uji t dan parsial, *game addiction* berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Nilai t hitung sebesar 18,668 lebih besar dari t tabel 1,661 yang artinya hipotesis  $H_a$  diterima bahwa *game addiction* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Psikologi Islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil analisis, pembahasan serta kesimpulan sebelumnya maka dapat ditarik kesimpulannya bahwa mahasiswa diharapkan mampu membatasi dirinya dalam hal bermain game agar tidak terlalu berlebihan atau sampai kecanduan game atau yang biasa disebut dengan istilah *game addiction*. *Game addiction* bisa mengakibatkan seorang mahasiswa melakukan perilaku negatif yang berhubungan dengan akademiknya yaitu perilaku prokrastinasi akademik, hal ini dimana mahasiswa sering menunda-nunda mengerjakan tugas atau bahkan tidak mengerjakan tugas sesuai waktu yang diberikan dosen karena mereka keasikan main *game* sehingga lupa dengan tugasnya sebagai mahasiswa, serta penelitian ini dapat dikembangkan untuk kemajuan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang psikologi dan pendidikan.

### C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti ingin menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

#### 1. Bagi mahasiswa

Berdasarkan pada hasil penelitian di atas, dapat dilihat *game addiction* mahasiswa program studi psikologi islam tergolong pada kategori sedang dan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa juga sedang. Oleh karena itu, peneliti menyarankan mahasiswa agar bermain game sekedarnya saja dan jangan sampe mengalami *game addiction* atau kecanduan game sehingga perilaku prokrastinasi akademik pada diri mahasiswa akan menurun dan akan berusaha selalu memanfaatkan waktunya untuk melakukan kegiatan yang beorientasi pada kegiatan akademik dan perkuliahan.

#### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Pada penelitian penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penelitian ini. Peneliti berharap pada penelitian selanjutnya dapat lebih teliti serta mengkaji fenomena yang terkait dengan *game addiction* dengan variabel variabel lain.

#### 3. Bagi lembaga UIN Mahmud Yunus Batusangkar

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan mahasiswa program studi psikologi islam UIN Mahmud Yunus Batusangkar memiliki tingkat *game addiction* dan prokrastinasi akademik yang sedang. Oleh karena itu peneliti berharap para jajaran manajemen UIN Mahmud Yunus Batusangkar, dosen, dan tenaga kependidikan mampu membantu mahasiswa untuk membantu mahasiswa mengurangi perilaku prokrastinasi akademik di lingkungan mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, Muhammad. (2013). Pengaruh Game Online Terhadap Tingkat Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Kalangan Pelajar Kelas 5 SDN 009 Samarinda.ejournal Ilmu Komunikasi, Vol 1(4):177-187
- Amini, Z. (2010). Kecenderungan perilaku procrastinasi akademik ditinjau dari locus of control pada siswa SMA Bina Taruna Surabaya. Undergraduate thesis, IAIN Sunan Ampel Surabaya
- Arumsari, A. D dan Muzaqi, S. (2009). Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Jurnal Narotama*.
- Azis, Ragil. (2011). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Self Esteem Remaja Gamers di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang
- Azwar, S. (2018). Metode penelitian psikologi (edisi II). Yogyakarta : pustaka pelajar
- Beranuy, M., Carbonell, X., & Mark, D. G. (2013). A Qualitative Analysis of Online Gaming Addicts in Treatment. *Int J Ment Health Addiction*, 11, 149–161
- Brauser. (2013). Smartphone Addiction May Affect Adolescent Development. *Medscape*
- Chapin, J.P. (2009). Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono. Jakarta : Rajawali Pers
- David. (2016). Perencanaan Game Online Android Bergendre Horror Cogito Smart Journal, Hal 167-179
- Dewi, N.P. (2014). Hubungan antara Intensitas Bermain Game Online dengan Interaksi Sosial pada Remaja. *Skripsi: Surakarta*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah.
- Elster, Jon. (1999). *Addiction Entries and Exits*. New York: Russel Sage Foundation.
- Erdogan. (2013). Academic Procrastination And Task Avoidance : Theory Researce, And Treatment. Newyork. Plenum Press

- Ferrari, Joseph R, Jhonson, J. & McCown, W. (1995) Procrastination And Task Avoidance. New York, USA: Plenum Press
- Fikri, M. J. (2012). Hubungan Asertivitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (Uin) Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi* :Malang. Universitas Islam Negeri Malaik Inbrahim Malang
- Fitriani. (2013). Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Skripsi*.
- Ghufron, M.Nur. (2003). Hubungan Kontrol Diri Dengan Persepsi Remaja Terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua Dengan Prokrastinasi Akademik. (*Tesis*). Universitas Gajah Mada. hal.14-106.
- Ghufron, N.M & Risnawati, R. (2012). Teori-teori psikologi, Ar-Ruzz media. Jogjakarta
- Hasan, ikbal, (2009). Analisis data dan penelitian dwengan statistik. Bumi aksara. jakarta
- Hurlock, Elizabeth. (1995). Psikologi Perkembangan. Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Terjemaha n. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, E. (2002). *Psikologi Perkembangan*, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Ke Lima. Jakarta :Erlangga
- Hidayah. Nur. Atmoko. Adi. (2014). Landasan social budaya dan psikologi pendidikan. Malang : gunung samudera
- Imanuel, N. (2009). Gambaran Profil Kepribadian pada Remaja yang Kecanduan Game Online dan yang Tidak Kecanduan Game Online. Skripsi dipublikasikan. Depok: Fakultas Psikologi UI.
- Jordan, C. J., & Andersen, S. L. (2016). Sensitive Periods Of Substance Abuse: Early Risk For The Transition To Dependence. *Developmental Cognitive Neuroscience*
- Julyanti, M., & Aisyah, S. (2015). Hubungan antara kecanduan internet dengan prokrastinasi tugas sekolah pada remaja pengguna warnet di kecamatan medan kota. In *Jurnal Diversita: Vol. Vol. 1* (Issue No. 2). <https://doi.org/10.31289/diversita.v1i2.491>

- Kartasmita, C. N. & S. (2014). Gambaran Mindfulness pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game online (Carana Nirmala & Sandi Kartasmita) 1 GAMBARAN. *Jurnal Faklutas Psikologi Tarumanagara*, 2(1), 1–19.
- KBBI. (2019). Kamus Besar Bahasa Indonesia. [https://kbbi. Web.id/mahasiswa](https://kbbi.web.id/mahasiswa)
- Kurniawan, A. 2015. Hubungan Antara Academic Stress Dengan Smartphone Addiction Pada Mahasiswa. Surabaya :Universitas Airlangga
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*,3(1).
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. In *Media Psychology* (Vol. 12, Issue 1). <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Martanto, A. (2018). Perilaku kecanduan game online ditinjau dari kesepian dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja di kelurahan jebres Surakarta. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Mugista. M. (2014). Self Control Dengan Prokrastinasi Pada Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Perkuliahan. *Jurnal Online Psikologi*. Vol 2. No. 2 (284-302)
- Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan Kecanduan Gameonlinedengan Prestasi Belajar Siswa Smp Negeri 1 Kuta. In *Jurnal Psikologi Udayana* (Vol. 2, Issue 2). <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p05>
- Rehman., S. U. (2016). Relationship Of Smartphone Addiction And Academic Procrastination :The Role Of Self-Regulated Learning Strategies. Thailand: Asian Institute Of Technologi
- Rohim, Ahmad Abdur. (2017). Korelasi antara Kecanduan *Smartphone* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Skripsi*. Universitas Brawijaya.

- Saleem, M., & Rafique, R. (2012). Procrastination and self-esteem among University Students. In *Pakistan Journal of Social and Clinical Psychology* (Vol. 10, Issue 2). <https://gcu.edu.pk/pages/gcupress/pjscp/volumes/pjscp2012july-8.pdf>
- Smart, A. (2010). Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game online. Yogyakarta : ArRuzz Media.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta analytic and theoretical review of quintessential self regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and Individual Differences*, 48, 926-934.. *cyberpsychology & behavior*, 9(3), 317-324
- Ulfa, M. (2021). Effect of addiction online game center. In *Jurnal Ilmu Sosiologi* (Vol. 4, Issue 1).
- Utami Munandar. (2004). pengembangan kreatifitas anak berbakat. Jakarta: rineka cipta
- Wan, S.C Dan Chiou, W.B. (2006) Why Are Adolescents Addicted To Online Gaming?. *An Interview Study In Taiwan. Journal Of Cyberpsychology & Behavior. Vol. 9. No, 6*
- Wibowo, H. A. (2016). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sma. *Indonesian Journal of Innovation Studies*, 15, 1–13. <https://ijins.umsida.ac.id/index.php/ijins/article/view/546/467>
- Young, Kimberly. (2000). Cyber-Disorder: The Mental Health Concern for theNew Millenium. *CyberPsychology & Behavior*, 3(5), 475-479.
- Yuwanto, Listyo. (2010). Fakultas psikologi laboratorium psikologi umum universitas Surabaya
- Zulaicha, A. & sugiasih, I. (2010) Hubungan Kecanduan *Chatting* Dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 4(2), 53-62