



ADIKSI GAME ONLINE DAN SMARTPHONE TERHADAP PROKRASTINASI  
AKADEMIK DI SMKN MARTAPURA

Oleh

Desy Purnama Putri<sup>1</sup>, Muhammad Yuliansyah<sup>2</sup>, Eka Sri Handayani<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas  
Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

E-mail: [desypurnamaputri1245@gmail.com](mailto:desypurnamaputri1245@gmail.com)

Abstrak

Permasalahan yang sedang berkembang di kalangan pesertadidik adalah perilaku kecanduan atau adiksi game online dan smartphone sehingga menimbulkan permasalahan salahsatunya prokrastinasi akademik. Permasalahan yang ingin diteliti adalah apakah dari ketiga permasalahan tadi memiliki hubungan satu sama lain nya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan adiksi game online dan smartphone terhadap prokrastinasi akademik pesertadidik di SMKN 1 Martapura. Metode Penelitian dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif untuk mencari hubungan. Hasil penelitan ini adalah terdapat hubungan antara adiksi game online dan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai sig  $0,036 < 0,05$ , lalu adanya hubungan antara adiksi smartphone terhadap prokrastinasi akademik yaitu nilai sig  $0,001 < 0,05$ , dan adanya hubungan antara adiksi game online dan smartphone terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai sig  $0,001 < 0,05$ . Kesimpulan adanya hubungan antara adiksi game online dan smartphone terhadap prokrastinasi akademik di SMKN 1 Martapura. Saran peneliti untuk peneliti selanjutnya untuk menjangkau populasi yang lebih beragam sehingga mendapatkan hasil yang lebih maksimal.

**Kata Kunci: Adiksi Game Online, Smartphone, Prokrastinasi.**

PENDAHULUAN

Dalam perkembangannya, dunia pendidikan mengalami kemajuan yang cukup pesat dimana pada era digital seperti sekarang kemajuan teknologi sangat mempengaruhi perkembangan dunia pendidikan. Adapun pada Era digital seperti sekarang manusia tak lepas akan ada nya teknologi. Salah satu media teknologi yang sering dipakai sekarang adalah smartphone. Menurut Musdalifah (2017) smartphone merupakan media baru dalam proses komunikasi. Smartphone tidak hanya digunakan untuk media komunikasi saja namun beberapa perusahaan juga dapat dijadikan sebagai media edukasi dan hiburan. Menurut Rachmaniar dkk (2018) smartphone secara harfiah artinya telepon pintar dikarenakan fitur dan kelebihan yang dimilikinya. Tak sama dengan model seluler terdahulu smartphone ini merupakan bentuk dari berkembangnya

majunya teknologi informasi dan komunikasi, dimana smartphone dibekali dengan kemampuan yang mirip dengan komputer walaupun masih terbatas. Maka dari itu smartphone juga dikenal sebagai sistem mobile computing. Smartphone ini juga sering dipakai oleh pesertadidik untuk berbagai hal seperti untuk media komunikasi, membantu kegiatan pembelajaran atau hal lain nya seperti bermain game. Smartphone memang sangat berguna sekali karena dapat meringankan kebutuhan manusia akan tetapi bila penggunaan yang berlebihan sehingga menyebabkan candu. dapat dilihat dari hasil penelitian Putra (2021) yaitu Hasil dalam penelitian ini adalah adanya hubungan intensitas pengguna smartphone dengan prokrastinasi akademik yaitu nilai F-hitung = 76.527 dengan signifikan P ( $0.000 < 0.05$ ).



Perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan yang semakin pesat menghasilkan berbagai produk-produk teknologi yang bermanfaat dan memudahkan pekerjaan manusia. Salah satu produk teknologi yang marak digemari dan bermanfaat untuk menghibur adalah game online. Menurut Krista (2017) Game online merupakan teknologi dari pada genre, adalah suatu mekanisme untuk menggabungkan para pemain bersama pada pola tertentu gameplay. Menurut Darwis (2020) game online merupakan jenis video permainan dimana untuk bermain game perlu terhubung dengan jaringan internet. Akan tetapi jika bermain game online sdengan berlebihan juga bisa mentebabkan kecanduan atau adiksi. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Hodikoh (2020) dengan karakteristik remaja terbanyak berusia 14-16 tahun (46%) dimana mendapat hasil bahwa didapati tingkat kecanduan game online sebesar 56,8%.

Salah satu permasalahan yang di sebabkan kecanduan game online adalah Prokrastinasi Akademik. Menurut Burka & Yuen 2008 berpendapat bahwa prokrastinasi merupakan suatu kebiasaan untuk menunda sebuah pekerjaan hingga batas akhir dalam pengumpulan tugas. Menurut Widyastari dkk (2020) bahwa seorang yang kesulitan mengerjakan tugas oleh batas waktu yang sudah ditentukan lalu gagal untuk menyelesaikan tugas akademiknya maka mereka melakukan prokrastinasi akademik. Adapun hasil penelitian Laely dkk (2017) pada SMP di Yogyakarta bahwa tinggi prokrastinasi akademik 17,2% tingkat prokrastinasi sedang 77,% dan tingkat prokrastinasi rendah 5,7%. Dari penelitian ini diketahui bahwa pesertadidik masih mengalami prokrastinasi akademik.

Kemudian ada pun hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di SMK Negeri 1 Martapura saat peneliti melakukan PPL 2 dimana peneliti melakukan wawancara ringan dengan beberapa siswa disana, dan didapati ada

siswa yang bermain game online dengan menggunakan smartphoneya hingga lewat jam tengah malam dan mereka lebih sering bermain game menggunakan smartphoneya mereka, kemudian adapun peneliti bertanya mengenai anak yang adiksi game online bersama dengan guru BK di sana dimana memang ada anak yang kecanduan game online dengan menggunakan smartphoneya mereka sehingga menimbulkan problem pada pesertadidik tersebut. Dan salah satu permasalahannya adalah prokrastinasi atau perilaku menunda-nunda pekerjaan akibat kecanduan game online. Berdasarkan hasil penelitian didapati bahwa memang ada anak yang mengalami adiksi game online dan adiksi smartphoneya sehingga anak mengalami perilaku prokrastinasi atau perilaku menunda-nunda.

Ada pun tujuan penelitian ini adalah untuk mencari tau apakah terdapat hubungan antara perilaku adiksi game online dan smartphoneya terhadap perilaku prokrastinasi akademik di SMKN 1 Martapura.

## LANDASAN TEORI

### 1.1. Pengertian Game Online

Game secara bahasa berasal dari bahasa Inggris yaitu games yang memiliki arti permainan. Permainan pada bahasan ini adalah sebuah video yang bisa dimainkan oleh pemain atau di sebut player melalui alat seperti laptop, komputer, smartphoneya/gadget dan konsol. Secara termitologi game online berasal dari dua kata, yaitu game dan online. Game adalah permainan sedangkan online terhubung dengan internet. menurut Kim (2002) Mengatakan bahwa game adalah dimana terdapat banyak orang yang bisa bermain dalam waktu bersamaan melalui jaringan komunikasi online (LAN/Internet)

Game merupakan aktivitas yang dilakukan untuk mendapat kesenangan, game sendiri memiliki peraturan dimana ada yang menang dan ada yang kalah (Kamus Macmillan). Pada penelitian Fauzi (2019) menjelaskan bahwa bermain game merupakan



aktivitas yang dilakukan demi keinginan individu yang dilakukan dengan metode kegembiraan, yang tidak ditunjukkan untuk hasil final, fleksibel, aktif dan aktual. Ini memiliki arti bahwa bermain bukan aktivitas yang dilakukan untuk memuaskan orang lain, tapi keinginan untuk memuaskan diri sendiri. Bermain game merupakan kegiatan yang menyenangkan yang bersifat fleksibel dan pribadi. Pada umumnya bermain dapat menimbulkan efek positif karena bermain merupakan salah satu proses untuk pertumbuhan pesertadidik. Kegiatan ini biasanya bersifat sukarela tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak luar.

Menurut Poetoe (2012), Game Online adalah game yang bersifat dunia maya dan biasanya game online ini dimainkan pada PC/laptop serta menggunakan media internet sehingga user dari berbagai tempat yang berbeda dapat bermain bersama dalam satu waktu dengan permainan yang sama.

### 1.2. Tipe-tipe game online

Menurut Masya (2016) tipe-tipe game online dari beberapa bentuk yaitu:

#### a. First Person Shooter (FPS)

Game tipe ini memiliki pandangan orang pertama pada game play nya, dimana seolah-olah kita sendiri yang berada didalam game tersebut, kebanyakan untuk jenis game ini mengambil setting perang menggunakan senjata militer (di Indonesia game jenis ini biasa dikenal dengan sebutan game tembakan).

#### b. Real-Time Strategy

Pada tipe game ini menekankan kehebatan dalam berstrategi permainan dan biasanya permainan ini tidak hanya memiliki 1 karakter saja tetapi memiliki banyak karakter.

#### c. Cross-Platform Online

Game ini bisa dimainkan secara online melalui hardware yang berbeda misalkan need for speed undercover bisa dimainkan secara online melalui hardware / console game yang memiliki koneksi ke internet sehingga bisa bermain secara online.

#### d. Browser games

Ini adalah tipe game yang dimainkan pada browser seperti, Opera, Firefox dan IE. Syarat untuk browser bisa untuk bermain game adalah browser tersebut sudah mendukung javascript, flash maupun php.

#### e. Massive Multiplayer Online Games

Tipe dari game online ini adalah pemain/player bermain pada dunia yang memiliki skala (>100 pemain), setiap pemain bisa berinteraksi langsung seperti halnya di dunia nyata.

### 1.3. Pengertian Adiksi Game Online

Menurut Young dalam Pamungkas (2021) internet bisa menyebabkan kecanduan dimana salah satunya yaitu computer game addiction (berlebihan dalam bermain game). Maka dapat dilihat bahwa game online adalah bagian dari internet yang sering dikunjungi juga sangat digemari bahkan bisa mengakibatkan kecanduan dengan intensitas yang sangat tinggi. (Pamungkas 2021). Menurut Chen dan Chang (2008), dimana mereka mengatakan jika player telah menikmati sebuah sensasi potongan-potongan suatu teka-teki di mana hasilnya menimbulkan suatu kecanduan saat bermain game online, Chen juga mengemukakan kalau adanya pengaruh negatif pada fungsi fisik dan juga mental disebabkan penggunaan dalam bermain game online yang dilakukan secara berlebihan, individu yang terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain game memiliki dampak pada penglihatan dan juga penurunan berat badan. (Lutfiwati, 2018). Adapun menurut Lemmens, dkk (2009) mereka berpendapat bahwa kecanduan game online adalah penggunaan secara berlebihan dan juga kompulsif terhadap video game ataupun game pada komputer di mana berakibat pada masalah sosial atau emosional. (Mahardika, 2019).

### 1.4. Aspek-Aspek Adiksi Game Online

Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) menetapkan bahwa terdapat tujuh aspek pada kecanduan game online yaitu:



a. *Salience*

Bermain game online mejadi kegiatan yang paling penting dalam kehidupan dan mendominasi pikiran individu , Perilaku individu (melakukannya secara berlebihan) dan prasaan individu (selalu merasa ingin melakukannya).

b. *Tolerance*

Bermain game online menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu tersebut Dan mendominasi suatu proses aktivitas individu dalam bermain game semakin meningkat, kemudian secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain game online ini bisa bertambah.

c. *Mood modification*

Ini mengacu pada pengalaman subjektif dimana ini sebagai hasil dari keterikatan dalam bermain game online, misal relaksasi terkait pelarian diri (escapism) atau terkait dengan penenangan diri (transquilzing).

d. *Withdrawal*

Terdapat dampak fisik dan perasaan tidak menyenangkan pada saat mengurangi atau berhenti dalam aktivitas bermain game online. Aspek ini terdiri dari lekas marah (irritability) dan murung (moodiness)

e. *Relapse*

Aktivitas bermain game online secara berlebihan akan cenderung mendorong individu dengan cepat kembali untuk mengulangi perlaku bermain game online setelah individu tersebut tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa control.

f. *Conflict*

Adapun terjadi konflik yang merujuk pada konflik interpersonal akibat hasil dari aktivitas bermain game online secara berlebihan yaitu konflik dapat meliputi penolakan, argumen, curang dan berbohong.

g. *Problems*

Masalah yang timbul akibat bermain game online secara berlebihan sehingga menyebabkan tegesernya aktivitas lain seperti bekerja, sekolah dan bersosialisasi. Masalah yang ditimbulkan pada individu yang bermain game online secara berlebihan adalah kehilangan control dan gangguan intraksi.

### 1.5.Faktor-Faktor Penyebab Adiksi Terhadap Game Online

Masya dan Candra (2016) menyebutkan bahwa Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan adiksi remaja terhadap game online.

#### a. Faktor Internal

1. Rasa keinginan yang kuat yang terdapat pada diri remaja untuk mendapat point yang tinggi dalam bermain game.
2. Perasaan bosan yang dirasakan oleh remaja pada saat di sekolah atau di rumah
3. Ketidak mampuan remaja dalam mengatur prioritas dalam mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab adiksi game online
4. Kurangnya self control pada diri remaja, sehingga kurang mengantisipasi dampak negatif yang muncul akibat bermain game online berlebihan

#### b. Faktor Internal

1. Kurang nya kontrol pada lingkungan sekitar akibat melihat teman-teman nya banyak yang bermain game online
2. Kurangnya hubungan sosial sehingga remaja memilih alternatif bermain game
3. Game sebagai aktivitas yang menyenangkan
4. Orang tua yang memiliki harapan tinggi terhadap anaknya untuk mengikuti kegiatan seperti les atau kursus sehingga kebutuhan primer pada anak seperti kebersamaan bermain dengan keluarga menjadi terlupakan

### 1.6.Pengertian Smartphone

Smartphone merupakan telepon dimana memiliki kemampuan seoerti komputer,



dimana biasanya smartphon ini memiliki layar monitor yang besar dan sistem operasinya dapat menjalankan tujuan aplikasi yang umum (Oxford, 2013).

Menurut Hernawati (2012) smartphone merupakan perangkat yang dapat membantu dalam berkomunikasi dan memiliki kemampuan layaknya komputer. Smartphone adalah alat yang memiliki fitur aplikasi pendukung dimana memiliki berbagai fungsi dan dapat mendorong produktifitas.

### 1.7. Pengertian Adiksi Smartphone

Adapun menurut young 2011 adiksi adalah sebuah kebiasaan atau dorongan untuk melakukan suatu aktivitas atau menggunakan sesuatu walaupun Adanya konsekuensi pada kondisi sosial, spiritual, mental, fisik hingga finansial seseorang. Dahulu adiksi ini hanya ditujukan pada objek yang dapat memabukkan yang berupa zat seperti obat-obatan ataupun alkohol akan tetapi adiksi ini semakin meluas pada banyak hal seperti adiksi judi, adiksi seks, adiksi internet, adiksi video game, ataupun adiksi smartphone dimana penggunaan smartphone secara berlebihan disebut sebagai smartphone addiction (Ghaida 2019).

Kwon, dkk (2013) mengutarakan bahwa sebagian besar dari aspek smartphone mirip dengan aspek pada internet, maka dari itu adiksi pada smartphone bisa hampir dipastikan menyebabkan masalah fisik dan juga psikososial yang mirip pada adiksi internet atau internet addiction titik internet addiction ini juga didefinisikan sebagai gangguan terhadap kontrol impuls pada pengguna internet dimana menghasilkan perilaku pada penggunaan internet yang berlebihan (Kwon dkk 2013).

### 1.8. Aspek-Aspek Adiksi Smartphone

Kwon dkk (2013) menetapkan enam aspek dalam menetapkan gejala adiksi smartphone yaitu:

#### a. *Daily-life Disturbance*

Dimana merupakan gangguan pada kegiatan sehari-hari yaitu sulit untuk berkonsentrasi di kelas ataupun di tempat kerja merasa pusing, sakit di bagian lengan

dan bagian leher belakang, pandangan kabur, sulit untuk tidur dan melewatkan suatu rencana dalam mengerjakan suatu pekerjaan.

#### b. *Positive Anticipation*

Pengguna smartphone akan merasa senang jika bisa mengurangi stres mereka dengan menggunakan Smartphone dan akan merasa kesepian saat sedang tidak menggunakan Smartphone hal tersebut disebabkan bagi sebagian besar pengguna smartphone, dimana smartphone tidak hanya dijadikan sebagai alat telekomunikasi akan tetapi juga dianggap sebagai teman dikarenakan smartphone menyenangkan dan dapat mengurangi resah rasa lelah juga membuat mereka merasa nyaman.

#### c. *Withdrawal*

Pengguna smartphone akan menarik diri pada lingkungan di sekitar mereka. individu tersebut akan menjadi orang yang tidak sabaran tidak mau diganggu orang lain ketika menggunakan Smartphone dan rewel.

#### d. *Cyberspace-Oriented relationship*

Pengguna smartphone mempunyai hubungan di mana berorientasi pada internet mereka akan merasa Jika hubungan pertemanan dan kekeluargaan dengan orang lain yang ia jumpai melalui smartphone itu lebih intim dibandingkan hubungan yang ada pada dunia nyata nya.

#### e. *Overuse*

Penggunaan smartphone berlebihan di mana termaksud dalam penggunaan yang tidak terkontrol. Individu lebih memilih untuk meminta tolong pada orang lain dengan menggunakan Smartphone, selalu menyediakan charger dan merasakan bahwa terdapat dorongan untuk memakai smartphone lagi dan lagi setelah selesai memakainya.

#### f. *Tolerance*



Toleransi diartikan sebagai suatu usaha untuk dapat berhenti menggunakan smartphone akan tetapi selalu saja gagal.

### 1.9. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Menurut Juyanti & Aisyah 2015 prokrasinasi akademik merupakan perilaku menunda-nunda dengan sengaja suatu kegiatan walaupun individu tersebut mengetahui bahwa hal tersebut menghasilkan hal buruk. Prokrasinasi merupakan ketidak mampuan menggunakan waktu secara efektif sehingga seseorang suka bermalas-malasan, suka menunda pekerjaannya dan suka memboroskan waktu pada hal yang kurang bermanfaat. (Juyanti dk 2015).

Ferrari dkk mengatakan prokratinasi bisa di lihat dari batasan tertentu, yaitu, prokrastinasi hanya menjadi perilaku penundaan dimana setiap perbuatan untuk menunda-nunda suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan alasan serta tujuan dari penundaan tersebut, prokrastinasi sebagai sebuah kebiasaan atau pola dari perilaku seorang individu dimana mengarah kepada trait, penundaan yang dilakukan merupakan respon tetap yang selalu dilakukan oleh seseorang dalam menghadapi tugas, dimana hal ini juga disertai oleh keyakinan yang irasional, prokrastinasi merupakan suatu trait kepribadian yang melibatkan komponen-komponen perilaku ataupun struktur mental lain yang saling berkaitan dimana diketahui secara langsung maupun tidak langsung (Ghufron & risnawati 2012).

Menurut Solomon dan Rrothblum dalam ulum (2016) mengatakan bahwa prokrastinasi merupakan kecendrungan untuk menunda dalam memulai atau dalam menyelesaikan suatu kinerja secara keseluruhan untuk melakukan hal lain yang tidak berguna, sehingga kinerja menjadi terhambat, lalu tidak pernah menyelesaikan tugas tepat waktu, juga sering terlambat saat menghadiri pertemuan. (Ulum 2016).

Tucman (1991) mengatakan jika Individu memiliki perilaku untuk melarikan diri

dari tugas-tugasnya adalah bentuk dari perilaku prokrastinasi. Terlalu lama dalam menunda suatu pekerjaan atau tugas akademiknya (Prokrastinasi Akademik) maka dapat menimbulkan individu tersebut kesulitan lagi saat mengikuti pembelajaran selanjutnya atau menyelesaikan tugasnya nya (Mahardika, 2019).

### 1.10. Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Adapun aspek-aspek prokrastinasi menurut Tucman (1991) yaitu:

#### a. Kecenderungan menunda-nunda atau untuk melakukan sesuatu

Yaitu cenderung untuk membuang waktu pada hal yang sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang diprioritaskan demi melakukan hal lain yang tidak penting.

#### b. Kesulitan dan menghindari untuk melakukan sesuatu yang tidak disukai

Adalah kecenderungan untuk merasakan keberatan dalam mengerjakan hal yang tidak disukai seperti dalam tugas yang harus dikerjakan atau jika memungkinkan individu akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan rasa tidak menyenangkan.

#### c. Menyalahkan orang lain

Yaitu kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas penderitaan yang sedang dialami oleh individu tersebut dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya.

### METODE PENELITIAN

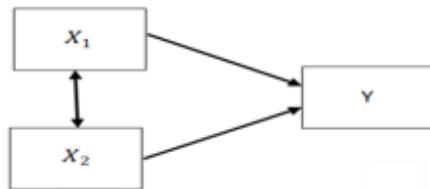
Metode yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Dimana penelitian ini akan menghubungkan adiksi game online dan Smartphone dengan Prokrastinasi Akademik. Menurut Sugiyono (2015) mengatakan bahwa penelitian kuantitatif disebut juga metode positivisme karena menggunakan data penelitian berupa angka dan analisis statistik.

Peneliti menggunakan metode atau teknik korelasional . menurut Sugiyono (2010) dalam bukunya pengantar statistik pendidikan mengatakan bahwa korelasi merupakan angka yang menunjukkan arah dan kuatnya hubungan



antar dua variabel atau lebih desain penelitian ini menggunakan statistik parametris yang digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (hubungan antar variabel) dengan bentuk korelasi berganda untuk mencari hubungan antara 2 atau lebih variabel bebas (X) terhadap variabel terkait (Y).

Peneliti memuat dalam penelitian ini terdiri dari 3 variabel yaitu variabel X<sub>1</sub>, X<sub>2</sub> dan Y, dimana variabel X<sub>1</sub> adiksi game online, Variabel X<sub>2</sub> adiksi Smartphone dan variabel Y adalah prokrastinasi akademik. Adapun desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



1. Gambar Desain Penelitian

Keterangan :

X<sub>1</sub> = Adiksi Game Online

X<sub>2</sub> = Adiksi Smartphone

Y = Prokrastinasi Akademik

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian yang didapat dalam penelitian ini berdasarkan hasil uji asumsi yaitu hasil uji normalitas menggunakan rumus One Sample Kolmogorov – Smirnov, VIF < 10 nilai Tolerance > 0,1 selanjutnya untuk analisis data menggunakan uji hipotesis asosiatif didapatkan hasil seperti pada tabel di bawah dimana diketahui korelasi atau hubungan antara variabel adiksi game online dengan prokrastinasi akademik di dapatkan nilai pearson correlation sebesar 0.103 dan nilai sig sebesar 0.036. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi game online dengan prokrastinasi akademik (Sig 0.036 < 0.05). Adapun tingkat hubungan sebesar 0.103 termasuk dalam kategori Sangat Rendah. Maka Ha diterima. Lalu hasil uji hipotesis asosiatif antara smartphone dengan prokrastinasi

akademik didapatkan nilai pearson correlation sebesar 0.430 dan nilai sig sebesar 0.001. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi smartphone dengan prokrastinasi akademik (Sig 0.001 < 0.05), adapun tingkat hubungan sebesar 0.430 termasuk dalam kategori sedang. Maka Ha diterima

**Tabel 1 Hasil Uji Asumsi**

Uji	Keterangan
Normalitas	Normal
Multikolinieritas	Tidak Terjadi Multikolinieritas
Heteroskedastisitas	Tidak Terjadi Heteroskedastisitas

Dari tabel 1 diatas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal tidak terjadi multikolinieritas dan tidak terjadi heteroskedastisitas. Yang pertama ada uji normalitas yang mana diperoleh nilai Asymp. Sig adiksi game online sebesar 0.052, adiksi smartphone 0.060, prokrastinasi akademik 0.054 di atas 0.05 maka dapat disimpulkan data berdistribusi normal. Kedua uji multikolinieritas mendapatkan nilai tolerance 0,980 > 0,10 dan VIF 1,021 < 10,00 disimpulkan data tidak terjadi multikolinieritas. Ketiga uji heteroskedastisitas mendapatkan nilai untuk adiksi game online sig. 0.975 dan adiksi smartphone sig. 0.755 yang artinya tidak terjadi heteroskedastisitas.

**Tabel 2 Hasil Uji Hipotesis Asosiatif**

Variabel	Sig. (2-tailed)	Pearson Correlation	Keterangan
X1 dengan Y	0.036 < 0.05	0.103	Berhubungan Signifikan
X2 dengan Y	0.001 < 0.05	0.430	Berhubungan Signifikan

Selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis berganda dengan SPSS versi 26 yaitu mendapatkan hasil seperti pada tabel berikut:

**Tabel 3 Hasil Uji Korelasi Berganda**



Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.461 <sup>a</sup>	.213	.185	4.688	.213	7.577	2	38	.001

Dari hasil diatas dapat disimpulkan hasil uji korelasi berganda mendapat nilai Sig.F Change = 0,001 < 0,05 maka dapat dikatakan berkorelasi atau memiliki hubungan kemudian didapati juga hasil R = 0,461 yang artinya berkorelasi sedang. Maka Ha diterima.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Adiksi Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 51 sampel dimana instrumen di sebarakan kepada siswa siswi kelas X AKL 1 dan X AKL 2 di SMKN 1 Martapura. Dimana sebelum nya angket di ujicobakan kepada responden Kelas X IPS di SMA 1 Mataraman. Dimana setelah data terkumpul peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas kemudian melakukan uji asumsi selajutnya peneliti melakukan uji asosiatif dan uji korelasi berganda.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adiksi game online memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini memiliki arti bahwa semakin tinggi adiksi game online yang dilakukan oleh peserta didik maka semakin tinggi juga tingkat prokrastinasi akademik. Hasil ini sesuai dengan penelitian Mahardika. (2019) yang menyatakan bahwa adiksi game online memiliki hubungan signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Kim (2012) game online adalah permainan dimana penggunanya bisa bermain di waktu yang sama dengan jaringan komunikasi online (LAN atau internet). Untuk memainkan game online zaman sekarang tidak hanya bisa melalui komputer saja tapi juga bisa memakai smartphone sehingga pemain game online bisa bermain kapanpun dan dimanapun. Sekarang pengguna smartphone dalam

mengakses bermain game online ini dipermudah.

Menurut Griffiths dkk (2004) pengguna game online bisa mengabaikan kegiatan kesehaian lainnya supaya terus bermain game online setiap saat. Mereka bisa mengabaikan waktu istirahat , mengabaikan belajar, bekerja, bersosialisasi dengan lingkungan luar, dan mengorbankan waktu dengan keluarga. bermain game online secara berlebihan menyebabkan hilangnya kontrol pada waktu dan kesulitan saat penyelesaian tugas akademiknya.

Fakta mengenai problem prokrastinasi akademik maka dapat dilaksanakan layanan dan bimbingan konseling pada seseorang yang sedang memiliki problem. Adapun suatu layanannya yang bisa di gunakan yakni layanan konseling kelompok dengan dapat pula merubah prokrastinasi akademik (Marsilia & Mahmudi, 2015).

Sebenarnya tujuan bermain game online ini hanya untuk menghibur, mengisi waktu luang, sebagai media refreshing otak yang sudah lelah beraktivitas di kalangan anak sekolah. Tapi bila bermain game online dilakukan terus-menerus pada waktu yang cukup lama maka memiliki dampak terhadap akademik siswa. Intensitas bermain game online dan prokrastinasi akademik siswa saat ini adalah suatu fenomena yang sering terdapat dikalangan pelajar di berbagai sekolah.

### Hubungan Adiksi Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik

Selanjutnya dalam penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa adiksi smartphone memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi hal tersebut memiliki arti bahwa jika semakin tinggi tingkat adiksi smartphone maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik hal ini sesuai dengan penelitian Ghaida (2019) dimana Adiksi Smartphone memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik

Kemudian ada pun dalam penelitian ini yang ingin membuktikan bahwa apakah



terdapat hubungan diantara ke tiga variabel tersebut kemudian setelah dilakukan penelitian dan proses penelitian ini pun menemukan hasil dimana terdapat hubungan positif dan signifikan antara adiksi game online dan smartphone terhadap prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini sejalan dengan dengan penelitian Mahardika (2019) dan Gaida (2019) yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara variabel tersebut.

Hubungan antara kedua variabel yaitu adiksi game online dan smartpone terhadap prokrastinasi peserta didik kelas X Akl pada SMK Negeri 1 Martapura adalah sedang, hal ini dikarenakan pada baris Pearson Correlation menunjukkan angka 0,461\* yang artinya terjadi hubungan sedang antara adiksi game online dan smartpone terhadap prokrastinasi peserta didik kelas X Akl pada SMK Negeri 1 Martapura

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adiksi game online memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Hal ini memiliki arti bahwa semakin tinggi adiksi game online yang dilakukan oleh peserta didik maka akan semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik. Hasil ini sesuai dengan penelitian Mahardika. Y (2019) yang menyatakan bahwa adiksi game online memiliki hubungan signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Selanjutnya dalam penelitian ini juga menunjukan hasil bahwa adiksi smartphone memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi hal tersebut memiliki arti bahwa jika semakin tinggi tingkat adiksi smartphone maka semakin tinggi pula peokrastinasi akademik hal ini sesuai dengan penelitian Ghaida S (2019) dimana Adiksi Smartphone memiliki hubungan yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik

**Hubungan Adiksi Game Online dan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik**

Kemudian ada pun dalam penelitian ini yang ingin membuktikan bahwa apakah terdapat hubungan diantara ke tiga variabel

tersebut kemudian setelah dilakukan penelitian dan proses penelitian ini pun menemukan hasil dimana adanya korelasi yang positif dan signifikan antara adiksi game online dan smartphone terhadap prokrastinasi akademik tentunya ini sesuai dengan penelitian Mahardika Y (2019) dan Gaida (2019) yang menyatakan adanya hubungan signifikan antara variabel tersebut.

**PENUTUP**

**Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Adiksi game online memiliki hubungan dengan prokrastinasi akademik, hal ini dibuktikan dari nilai sig sebesar Sig 0.036 lebih kecil dari 0.05. Adapun tingkat hubungan sebesar 0.103 termasuk dalam kategori Sangat Rendah. Maka Ha diterima.
2. Adiksi smartphone berhubungan dengan prokrastinasi akademik, hal ini dibuktikan dari nilai sig 0.001 lebih kecil dari 0.05. Adapun tingkat hubungannya sebesar 0.430 atau dalam kategori sedang. Maka Ha diterima.
3. Adiksi game on line dan adiksi smartphone secara simultan berhubungan dengan prokrastinasi akademik, dibuktikan dari nilai sig sebesar 0.001 < 0.05. Adapun tingkat hubungannya sebesar 0.461 atau dalam kategori sedang. Maka Ha diterima.

**Saran**

Berdasarkan hasil penelitian Adapun saran yang ingin disampaikan oleh peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Bagi orang yang telah mengalami adiksi game online dan smartphone.

Bagi individu yang telah mengalami adiksi game online dan adiksi smartphone perlu mengetahui mengenai dampak serta bahayanya yang akan ditimbulkan akibat dari adiksi game online dan adiksi smartphone secara berlebihan. Dengan melakukan kegiatan yang lebih bermanfaat dan belajar untuk mengatur



waktu dengan baik agar bisa membantu untuk mengurangi adiksi game online dan adiksi smartphone sehingga menghindari kecanduan terhadap kedua hal tersebut

2. Bagi orang tua atau orang yang lebih dewasa sebagai pihak yang paling dekat dengan anak maka diharapkan agar bisa menjadi di pengingat supaya anak dapat mengontrol diri dan jangan terlalu membebaskan anak untuk bermain game online dan smartphone secara berlebihan. Untuk game dapat dipilih game yang dapat membantu untuk mengembangkan kognitif anak usia remaja. Selain itu penting bagi orangtua untuk dapat berkumpul bersama anak. Orang tua juga harus memperhatikan perkembangan anak di sekolah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Anugrah, P. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Jurnal Konseling Gusjigang Vol, 3(1).
- [2]. Aprianti, K. D. (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa Pendidikan Tata Niaga Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta (Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Jakarta).
- [3]. Cresswel, J.W (2015) Educational Research Planning, Conducting And Evaluating Quantitative And Qualitative Research. America Serikat: Library Of Congress Katalog Kedokteran Diponegoro), 7(1), 330-347.
- [4]. Chen, C. Y Dan Chang, S.L. (2008). An Exploration Of Tendency To Online Game Addiction Due To User's Liking Of Design Features. Asian Journal Of Health And Information Sciences. Vol 3. No 1-4
- [5]. Fauziah, H. H. (2015). Fakor-Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uin Sunan Gunung Djati Bandung. Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi, 2(2), 123-132.
- [6]. Fauzi, A. (2019). Pengaruh Game Online Pubg (Player Unknown's Battle Ground) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik. Scienceedu: Jurnal Pendidikan IPA, 2(1), 61-66.
- [7]. Ghaida S (2019) Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta
- [8]. Ghufron, N & Risnawati, R (2012) Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. 64
- [9]. Gultom, S. A., Wardani, N. D., & Fitrikasari, A. (2018). Hubungan adiksi internet dengan prokrastinasi akademik. Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro), 7(1), 330-347.
- [10]. Huda, M., Nawawi, M. I., Liberty, L., Jarkawi, J., Hashim, A., Ahmad, M. M., & Ismail, N. (2020). Understanding Istifadah (Utilizing Time And Chance) For Personality Development In Islamic Education. In Global Perspectives On Teaching And Learning Paths In Islamic Education (Pp. 268-288). IGI Global.
- [11]. Julyanti, M., & Aisyah, S. (2015). Hubungan Antara Kecanduan Internet dengan Prokrastinasi Tugas Sekolah Pada Remaja Pengguna Warnet Di Kecamatan Medan Kota. Jurnal Diversita, 1(2).
- [12]. Jarkawi, Dkk (2020) Understanding Istifadah (Untulizing Time And Chance For Personality Developmnet In Islamic Education. 268-284
- [13]. Kustiawan, A. A., Or, M., Utomo, A. W. B., & Or, M. (2019). Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan. Cv. Ae Media Grafika.
- [14]. Khaniza, A.I & Hadiwinato (2020) Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Pada



- Siswa Kelas X IPS Di SMA Negeri 2 Mukomuko. *Jurnal Ilmiah Bk.03(01)*1-9
- [15]. 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).
- [16]. Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558.
- [17]. Lutfiwati, S. (2018). Memahami kecanduan game online melalui pendekatanneurobiologi. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 1(1), 1-16.
- [18]. Musdalifah, M., & Indriani, N. (2017). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa Politeknik Negeri Samarinda. *Prosiding Snitt Poltekba*, 2(1), 143-147.
- [19]. Mahardhika, Y. (2019). Hubungan Antara Kecanduan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Yogyakarta.
- [20]. Mccloskey, J.D (2011) Finally My Thesis On Academic Prokrastination. The University Of Texas At Arlington. Hal 1-73
- [21]. Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 103-118.
- [22]. Munawaroh, M. L., Alhadi, S., & Saputra, W. N. E. (2017). Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 9 Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 26-31.
- [23]. Ngafifi, M. (2014). Kemajuan Teknologi Dan Pola Hidup Manusia Dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 2(1).
- [24]. Oktario, A. (2017). Hubungan Antara Intensitas Pengguna Smartphone Dan Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Skripsi. Skripsi. Yogyakarta. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- [25]. Putra, A. W. S. (2021). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19 (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).
- [26]. Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 163-171.
- [27]. Poetoe. (2012). Dampak Game Online Terhadap Psikologis Anak. Edisi 3. Jakarta: Balai Pustaka.
- [28]. Putri, N. F. R., & Prasetyaningrum, S. (2018). The Relationship Between Self Control With Intensity Of Playing Online Games On The School Children. *PSIKODIMENSIA*, 17(2), 120-134.
- [29]. Pamungkas, B. Y. (2021). Pengaruh Kecanduan Game Online PUBG Mobile Playerunknown's Battlegrounds Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- [30]. Rachmaniar, R., Prihandini, P., & Janitra, P. A. (2018). Perilaku Penggunaan Smartphone Dan Akses Pornografi Di Kalangan Remaja Perempuan. *Jurnal Komunikasi Global*, 7(1), 1-11.
- [31]. Rohman, K. (2018). Agresifitas Anak Kecanduan Game Online. *Martabat*, 2(1), 155-172.



- [32]. Surbakti, K. (2017). Pengaruh Game Online Terhadap Remaja. *Jurnal Curere*, 1(1).
- [33]. Sarwar, M., & Soomro, T. R. (2013). Impact Of Smartphone's On Society. *European Journal Of Scientific Research*, 98(2), 216-226.
- [34]. Anugrah P, Suarni W & Herik E. (2021). Regulasi Diri Bermain Game Online Dan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Sublimapsi*. 2(3), 22-30
- [35]. Syifa, A. (2020). Intensitas Penggunaan Smartphone, Prokrastinasi Akademik, Dan Perilaku Phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 83-96.
- [36]. Sabella, A. A., Romiaty, R., & Sangalang, O. K. (2021). Pengaruh Penggunaan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Sma Muhammadiyah 1 Palangka Raya Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Education And Development*, 9(2), 501-505.
- [37]. Supriyanto, W., & Iswandari, R. (2017). Kecenderungan Sivitas Akademika Dalam Memilih Sumber Referensi Untuk Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Di Perguruan Tinggi. *Berkala Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 13(1), 79-86.
- [38]. Sugiyono (2015) *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- [39]. Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202-213.
- [40]. Ulum, M. I. (2016). Strategi Self-Regulated Learning Untuk Menurunkan Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 3(2), 153-170.
- [41]. Utami, T. W., & Hodikoh, A. (2020). Kecanduan Game Online Berhubungan Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 17-22.
- [42]. Viransi, P., Dharmayana, I. W., & Sholihah, A. (2020). Peran Kontrol Diri Dan Aktivitas Penggunaan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Siswa MAN Bengkulu Utara. *Triadik*, 19(2), 34-39.
- [43]. Widyastari, D., Atrizka, D., Ramadhani, B., & Damanik, D. S. (2020). Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Kontrol Diri Pada Siswa-Siswi SMA Swasta Ar-Rahman Medan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan (J-P3K)*, 1(2), 82-91.
- [44]. Yuliansyah, M. (2021). Implementasi Kepala Madrasah Dalam Meningkatkan Mutu Sekolah (Studi Kasus Pada Man 2 Model Banjarmasin). *Jurnal Manajemen Pendidikan Al Hadi*, 1(1), 9-13.