

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era digital saat ini, teknologi informasi dan komunikasi terus berkembang dengan cepat dan canggih. Perkembangan ini telah mempengaruhi segala aspek kehidupan manusia, termasuk cara bekerja, berkomunikasi, dan mendapatkan akses informasi. Pada era modern saat ini, kemajuan teknologi sudah tidak dapat dihindari lagi karena pada dasarnya teknologi menjadi alat yang dapat membantu kehidupan manusia dalam berbagai hal, seperti berkomunikasi, mengakses informasi, memenuhi kebutuhan bisnis, hiburan, dan memenuhi kebutuhan sehari-hari dimana pun dan kapan pun mereka berada.

Dengan perkembangan teknologi, semakin banyak media yang tersedia sehingga memudahkan manusia untuk berkomunikasi. Seiring berjalannya waktu, kegiatan jaringan sosial menjadi cara baru untuk berhubungan dengan orang lain, karena sosial media sudah termasuk bagian integral dari kehidupan publik, sehingga sangat memengaruhi bagaimana orang berpikir, merasa, dan berperilaku. Maka dari itu, setiap individu sangat penting untuk memahami dan memanfaatkan teknologi informasi dengan bijak agar mereka dapat menyesuaikan diri dengan perubahan yang terus-menerus. Penggunaan media sosial yang semakin tinggi meskipun dapat memberikan banyak manfaat, namun juga dapat menyebabkan individu terjebak dalam menggunakannya untuk hal-hal yang kurang produktif sehingga menghambat pekerjaan atau pencapaian yang seharusnya dicapai.

Media sosial ialah bentuk media dimana seseorang bisa berkomunikasi, bertukar informasi, berbagi gambar, video, dan audio. Media sosial adalah bagian dari media digital. Bentuknya bisa berupa jejaring sosial (Facebook, Instagram, Whatsapp, Tiktok, X, blog, Wikipedia, podcast, dan media berbasis konten (YouTube, dan lain-lain)¹. Survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) memperlihatkan bahwa Indonesia merupakan salah satu Negara dengan penggunaan internet yang meningkat setiap tahunnya.

Tiktok merupakan salah satu media sosial populer dari Tiongkok yang sangat terkenal diberbagai kalangan. Negara Indonesia pada tahun 2024 memiliki 127 juta pengguna tiktok. Di kalangan pengguna media sosial Indonesia, Tiktok menjadi media populer kedua setelah Youtube. Dengan berbagai fitur yang tersedia seperti video pendek, efek khusus, serta rekomendasi konten yang

¹ Danis Milania Rasmitasari, Abdul Rahman, and Nurhadi, "Pengaruh Intensitas Mengakses TikTok Terhadap Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa SMA N 3 Sragen," *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala* 7, no. 4 (2022): 1056, <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i4.4433>.

disesuaikan dengan minat penggunanya. Tiktok menjadi salah satu platform yang paling banyak digunakan oleh berbagai kalangan, termasuk oleh kalangan mahasiswa, baik untuk hiburan, mencari informasi, maupun sebagai wadah untuk mengekspresikan diri di media sosial.

Juditha dalam Khairat mengatakan bahwa remaja menggunakan media sosial normalnya tidak lebih dari tiga 3 jam dengan frekuensi kecil dari 4 kali dalam sehari, dan jika lebih dari itu, maka akan membuat remaja sulit mengendalikan diri dan mudah terpapar informasi atau elemen yang dapat mengubah perilaku mereka². Namun pada kenyataannya banyak mahasiswa yang menggunakan media sosial Tiktok lebih dari 3 jam dalam sehari. Adapun data yang peneliti temukan dilapangan dari hasil survey yang dilakukan kepada 26 mahasiswa BKI angkatan 2023 bahwa mahasiswa prodi BKI rata-rata memiliki dan menggunakan media sosial Tiktok, dari 26 mahasiswa yang menggunakan tiktok sebesar 92,3% (24 mahasiswa), dan yang tidak menggunakan sebesar 7,7% (2 mahasiswa). sedangkan waktu penggunaan tiktok yang digunakan mahasiswa BKI diantaranya: 38,5% mahasiswa menggunakannya lebih dari 3 jam dalam sehari, 23,1% menggunakan waktunya 1-2 jam dalam sehari, dan 26,9% menggunakannya 30 menit sampai 1 jam dalam sehari. Dengan tujuan untuk mencari hiburan dan mencari informasi.

Mengakses media sosial seperti TikTok menjadi hiburan tersendiri untuk mahasiswa, karena konten yang ditampilkan sering menghibur penggunanya dan konten-konten edukasi berisi informasi yang bisa mengembangkan gagasan dan kreativitas. Namun, apabila digunakan melewati batas normal yang diizinkan oleh aplikasi, maka hanya akan ada dampak buruk yang ditimbulkan. Adapun menurut Shatuti dalam Muna & Izzatur, faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan media sosial tiktok, diantaranya³: 1) penggunaan tiktok dijadikan sebagai media hiburan oleh individu untuk mengurangi stress, mencegah perasaan kesepian, terisolasi, dan bosan. 2) mengharapkan pengalaman yang menyenangkan di dalamnya. 3) lingkungan yang dapat mempengaruhi seberapa sering mereka menggunakan media sosial. 4) media sosial digunakan untuk mendapatkan pengakuan, memulai percakapan, dan menciptakan serta mempertahankan pertemanan.

Mahasiswa Strata 1 rata-rata berusia 19-23 tahun merupakan masa peralihan dari remaja ke dewasa. Masa ini menunjukkan mahasiswa akan

² Nadela Dwi Afrelia and Masnida Khairat, "Hubungan Antara Intensitas Pengguna Tiktok Dengan Kontrol Diri Pada Remaja," *Jurnal Spirits* 12, no. 2 (2022): 63, <https://doi.org/10.30738/spirits.v12i2.12808>.

³ Izzatur Rayyan, "Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Tiktok Dengan Emotional Focused Coping Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Syiah Kuala," *Skrripsi*, Fakultas Psikologi, UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2024, h.21.

menjumpai tugas dan tanggung jawab baru, seperti mengeksplorasi cara hidup baru, beradaptasi dengan gaya hidup baru, dan mengatur diri mereka sendiri, termasuk tugas perkuliahan. Kurangnya keterampilan mahasiswa dalam mengendalikan diri untuk mengatur waktu mereka akan menyebabkan kecanduan bermain media sosial, sehingga mereka akan malas dan melupakan tanggung jawab akademik mereka. Akibatnya, mereka akan menunda tugas yang seharusnya mereka selesaikan⁴.

Fakta yang ditemukan oleh peneliti dari hasil survey yang dilakukan pada 26 mahasiswa menunjukkan bahwa permasalahan yang dialami mahasiswa pengguna tiktok yaitu mahasiswa merasa bahwa penggunaan tiktok dapat mempengaruhi kegiatan akademik mereka, sehingga mereka melakukan penundaan terhadap tugas akademiknya. Adapun pengaruh yang mereka rasakan dari penggunaan tiktok diantaranya: mengganggu waktu belajar dan membuat lupa waktu untuk mengerjakan tugas akademik karena mereka keasikan *scrolling* Tiktok, sehingga menyebabkan perilaku prokrastinasi. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Muliatul Lafifah di tahun 2023 yang dilakukan pada remaja kelas VII SMPN 1 Babadan Ponorogo, sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan tiktok berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik remaja kelas VII SMPN 1 Babadan Ponorogo. Penelitian lain yang dilakukan oleh Nur Afdalifah (2022) kepada mahasiswa Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia, dapat disimpulkan hasil penelitian mengatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan intensitas penggunaan media sosial tiktok terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia sebesar 37,5%, maka prokrastinasi akademik mahasiswa dapat meningkat melalui tingginya penggunaan media sosial Tiktok.

Prokrastinasi Akademik adalah perilaku menunda-nunda pekerjaan akademik. Fenomena ini umum dialami oleh kalangan mahasiswa. Menurut Burhani dan Ulfi, Salah satu tanda prokrastinasi yaitu melakukan penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas dan kesulitan untuk menggunakan waktunya dengan baik. Individu cenderung akan lebih suka melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas langsung⁵. Hal ini selaras dengan persepsi Steel, yang menjelaskan bahwa secara alamiah manusia akan menghindari stimuli yang tidak menyenangkan. Hal ini sejalan dengan observasi

⁴ Abdullah Syifa, "Intensitas Penggunaan Smartphone, Prokrastinasi Akademik, Dan Perilaku Phubbing Mahasiswa," *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 1 (2020): 85, <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>.

⁵ Ulfiola Hardi, "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau," *Skripsi: Fakultas Psikologi, UIN SUSKA Riau*, 2021, h.2.

peneliti bahwa banyaknya tugas-tugas akademik yang diberikan dosen cenderung menjadikan mereka melakukan prokrastinasi.

Prokrastinasi akademik disebabkan oleh berbagai faktor, baik eksternal maupun internal. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, Ferarri menyebutkan faktor eksternal yang mempengaruhi prokrastinasi akademik diantaranya lingkungan sekitar dan gaya pengasuhan orangtua. Sedangkan faktor internal yaitu faktor yang terdapat dalam diri individu diantaranya kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Ellis dan Knaus dalam Ghuftron mengatakan bahwa prokrastinasi terjadi karena adanya keyakinan irasional dalam diri individu, sehingga individu memandang tugas sebagai sesuatu yang berat dan tidak menyenangkan⁶.

Salah satu penyebab terjadinya prokrastinasi akademik yaitu rendahnya *self efficacy*. *Self efficacy* yang dimiliki individu juga mempengaruhi kebiasaan menunda tugas akademik para mahasiswa, rendahnya *self efficacy* seseorang menyebabkan adanya keyakinan irasional pada diri individu tersebut, keyakinan bahwa individu merasa tidak dapat menyelesaikan tugas akademiknya sehingga menghindari tugas dan melakukan penundaan. *Self efficacy* merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Bandura dan Wood dalam Ghuftron menjelaskan bahwa efikasi diri (*self efficacy*) diartikan sebagai keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi⁷.

Mahasiswa seringkali dihadapkan dengan berbagai tuntutan akademik dalam proses pendidikannya, seperti merasa sulit untuk menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Kurangnya keyakinan yang kuat terhadap kemampuan yang ada dalam diri mahasiswa cenderung menyebabkan mahasiswa lebih mudah menyerah dalam menghadapi tugas atau situasi yang sulit. Beberapa mahasiswa merasa kurang mampu untuk menghadapi tuntutan akademik, ia merasa takut gagal, memiliki tingkat kecemasan yang tinggi terhadap kinerjanya, kurangnya motivasi belajar, serta menghindari dan melakukan penundaan terhadap tugas-tugas akademiknya. *Self efficacy* yang tinggi dapat membantu mahasiswa untuk bereaksi positif terhadap situasi tersebut. *Self efficacy* dapat memotivasi mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan yang dimilikinya, sehingga saat mengalami tugas yang sulit, individu akan berusaha mencari cara dan yakin dapat menyelesaikan tugasnya dan dapat menghadapi situasi sulit dengan optimis. Semakin tinggi *self efficacy* seseorang maka akan semakin besar kegigihannya untuk berusaha dalam menghadapi permasalahannya. Sedangkan individu dengan

⁶ M. Nur Ghuftron, Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi*, 2nd ed. (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2020), h. 152.

⁷ M. Nur Ghuftron, Rini Risnawati S, h. 74.

self efficacy yang rendah akan menyebabkan seseorang mudah putus asa, merasa cemas, tidak berdaya, acuh tak acuh terhadap tugas, dan mudah menyerah, karena tidak yakin dapat menghadapi situasi atau hambatan tersebut. Berdasarkan penelitian Andi Settia Raja tahun 2022 yang dilakukan pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo yang sedang menyusun skripsi, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menyatakan bahwa *self efficacy* berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik penyelesaian skripsi mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo sebesar 28%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Prokrastinasi atau perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara berulang akan membawa dampak buruk bagi mahasiswa. Seperti dalam mengerjakan tugas kurang optimal, karena waktu yang mereka miliki sedikit untuk melakukan perbaikan dan menepati tenggat waktu yang sudah ditetapkan. Akibatnya hasil belajar yang di peroleh belum cukup memuaskan dan tidak sesuai dengan yang diinginkan. Kemampuan kita dalam mengatur waktu sudah seharusnya dimiliki oleh setiap masing-masing individu, sebagaimana dalam perspektif Islam bahwa manusia dianjurkan untuk tidak menunda-nunda pekerjaan salah satunya tercantum dalam surah Q.S. Al-Insyirah ayat 7 sebagai berikut:

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

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

Berdasarkan fenomena diatas, hal ini penting untuk diteliti karena prokrastinasi akademik yang dilakukan secara terus-menerus dapat membuat mahasiswa cenderung tidak produktif, merasa malas untuk mengerjakan atau menyelesaikan tugas-tugas akademiknya sehingga dapat berdampak pada hasil belajar. Penelitian ini melibatkan mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2023 dengan rentang usia rata-rata 19-20 tahun yang masuk dalam kategori remaja akhir sebagai responden. Pemilihan responden ini didasarkan pada beberapa pertimbangan diantaranya: mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2023 merupakan kelompok usia yang cenderung aktif menggunakan media sosial termasuk Tiktok, selain itu tuntutan akademik pada semester 4 semakin banyak, hal ini dapat memicu terjadinya prokrastinasi akademik.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok dan *Self Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa”**

B. Identifikasi Masalah

1. Beberapa mahasiswa BKI angkatan 2023 cenderung menggunakan tiktok lebih 3 jam dalam sehari.
2. Penggunaan tiktok dapat mempengaruhi kegiatan akademik mahasiswa dan cenderung mengakibatkan penundaan terhadap tugas akademik.
3. Banyaknya beban tugas yang dosen berikan cenderung membuat mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik.
4. Kurangnya keyakinan yang kuat terhadap kemampuan dalam diri mahasiswa cenderung membuat mahasiswa lebih mudah menyerah dalam menghadapi tugas/situasi yang sulit.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini, terdapat batasan-batasan masalah diantaranya sebagai berikut:

1. Dalam penelitian ini penulis menetapkan dua variabel penelitian yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen yaitu Penggunaan media sosial Tiktok (X1) dan *Self Efficacy* (X2), sedangkan variabel dependen atau variabel terikat yaitu Prokrastinasi Akademik (Y).
2. Prokrastinasi akademik dalam penelitian ini mengacu pada teori prokrastinasi Ferarri. Penulis memfokuskan prokrastinasi akademik pada perilaku penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas kuliah secara umum.
3. Teori Penggunaan media sosial tiktok mengacu pada aspek-aspek penggunaan media sosial menurut Icek Ajzen.
4. *Self Efficacy* dalam penelitian ini merujuk pada aspek-aspek *self efficacy* teori Albert Bandura.
5. Subjek dalam penelitian ini hanya difokuskan pada mahasiswa aktif Bimbingan Konseling Islam angkatan 2023 UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat penggunaan media sosial tiktok pada mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?
2. Bagaimana tingkat *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?
3. Bagaimana tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?
4. Apakah terdapat pengaruh antara penggunaan media sosial tiktok terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?
5. Apakah terdapat pengaruh antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?

6. Apakah terdapat pengaruh antara penggunaan media sosial tiktok dan *self efficacy* secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat penggunaan media sosial tiktok pada mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023.
2. Untuk mengetahui tingkat *self efficacy* yang dimiliki mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023 .
3. Untuk mengetahui tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023.
4. Untuk mengetahui pengaruh antara penggunaan media sosial tiktok terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023.
5. Untuk mengetahui pengaruh antara *self efficacy* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023.
6. Untuk mengetahui pengaruh antara penggunaan media sosial tiktok dan *self efficacy* secara bersama-sama terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa BKI UIN Banten angkatan 2023.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini, diantaranya:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan studi Bimbingan Konseling Islam, Khususnya dalam bidang psikologi dan Komunikasi.
 - b. Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya dan mengkaji lebih dalam terkait pengaruh prokrastinasi akademik dengan penggunaan media sosial tiktok dan *self efficacy*.
 - c. Diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan informasi bagi pembaca
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan kesadaran mahasiswa terkait dampak negatif penggunaan Tiktok yang berlebihan terhadap prestasi akademik mereka. Mahasiswa dapat belajar bagaimana mengatur waktu mereka dalam menggunakan media sosial dan lebih fokus pada akademiknya serta mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan *self efficacy* yang dimilikinya.

- b. Bagi komunitas terutama orang tua dan tenaga pendidik

Diharapkan penelitian ini akan bermanfaat meningkatkan pemahaman mengenai pengaruh penggunaan media sosial tiktok dan *self*

efficacy terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, agar dapat mengendalikan penggunaan tiktok pada mahasiswa dan membantu meningkatkan *self efficacy* mahasiswa.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi tambahan untuk memperluas pengetahuan, menemukan informasi baru, dan menerapkan teori yang telah didapatkan dan dipelajari, dan dijadikan sebagai masukan dan pembekalan untuk masa depan.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang peneliti gunakan sebagai bahan perbandingan dan pembelajaran dalam mendapatkan informasi. Adapun penelitian terdahulu yang akan di bahas oleh peneliti sudah ditemukan diantaranya sebagai berikut:

Pertama, penelitian yang dilakukan Nova Dwi Andreani tahun 2021, Fakultas Psikologi, dengan jurusan Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Intensitas Bermedia Sosial Dengan Prokrastinasi Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA.”⁸ Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara prokrastinasi skripsi yang dilakukan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan intensitas bermedia sosial. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu memiliki fokus yang sama pada peran media sosial dalam prokrastinasi akademik. Sedangkan perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu adanya penambahan variabel Efikasi diri sebagai (X2) yang mengarah pada analisis pengaruh ganda, sedangkan penelitian Nova ini hanya berfokus pada hubungan korelasional.

Kedua, Penelitian yang dilakukan oleh Andi Settia Raja tahun 2022, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, IAIN Palopo, berjudul “Pengaruh *Self Efficacy* Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Palopo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self efficacy* (X) berpengaruh terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) dalam penyelesaian skripsi sebesar 28% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain⁹. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada penelitian ini variabel Y difokuskan pada

⁸ Nova Dwi Andreani, “Hubungan Antara Intensitas Bermedia Sosial Dengan Prokrastinasi Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNISSULA.,” *Skripsi: Fakultas Psikologi, UIN Sultan Agung Semarang*, 2021

⁹ Andi Settia Raja, “Pengaruh Self-Efficacy Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam Iain Palopo, *Skripsi: Fakultas Ushuluddin, Adab, Dakwah, IAIN Palopo*,” 2022.

prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi, sementara dalam penelitian yang akan dilakukan variabel Y difokuskan pada prokrastinasi akademik secara umum. Sedangkan persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu keduanya membahas *Self efficacy* pada variabel bebas (X).

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Siti Nurvika tahun 2022, Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan judul penelitian “Pengaruh *Self Efficacy* dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Proses Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malik Ibrahim Malang”. Memperoleh hasil yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga terhadap prokrastinasi dengan hasil nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai *f* hitung $17,138 > f$ table 3, 24, dengan persentase sebesar 47,4% dan nilai *R square* sebesar 0,474. Artinya, semakin tinggi *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin rendah, sebaliknya apabila *self efficacy* dan dukungan sosial keluarga rendah maka tingkat prokrastinasi akademik akan semakin meningkat¹⁰. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu terdapat pada variabel independen, dalam penelitian ini variabel independennya yaitu *self efficacy* (X1) dan dukungan sosial keluarga (X2), sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan variabel independennya yaitu penggunaan media sosial tiktok (X1) dan *Self Efficacy* (X2), Selain itu fokus penelitian ini hanya pada prokrastinasi dalam mengerjakan skripsi saja, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan fokus pada prokrastinasi akademik secara umum. Adapun persamaannya yaitu sama-sama fokus dan membahas prokrastinasi akademik sebagai variabel terikat (Y).

G. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah batasan dan metode untuk mengukur variabel yang akan diteliti. Tujuannya yaitu dimaksudkan untuk memudahkan peneliti dalam menjaga konsistensi proses pengumpulan data, mencegah interpretasi yang berbeda dan membatasi jumlah variabel sehingga dapat menunjukkan apa yang harus dilakukan oleh peneliti untuk menjawab pertanyaan atau menguji hipotesis¹¹. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini, yaitu variabel bebas (*independent*) dan variabel terikat (*dependent*). Adapun definisi operasional dalam penelitian ini sebagai berikut:

¹⁰ Siti Nurvika, “Pengaruh *Self Efficacy* Dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Proses Pengerjaan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang,” *Skripsi*: Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

¹¹ Iriani, Nisma., et al., *Metodologi Penelitian* (Makassar: Rizmedia Pustaka Indonesia, 2022), h. 87 <https://books.google.co.id/books?id=wK-kEAAAQBAJ>.

1. Penggunaan Media Sosial Tiktok sebagai Variabel bebas (X1)

Penggunaan media sosial tiktok merupakan kegiatan menggunakan dan memanfaatkan media sosial tiktok dengan berbagai tujuan. Media sosial tiktok merupakan media dimana penggunanya dapat membuat, membagikan, dan menonton video pendek. Untuk mengukur penggunaan media sosial tiktok, peneliti akan mengukur dengan menggunakan skala berdasarkan aspek-aspek penggunaan media sosial menurut Ajzen dalam Muliatul Lafifah yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan aspek frekuensi. Nilai yang didapatkan dari skala ini akan menunjuknya tinggi atau tidaknya individu dalam penggunaan media sosial tiktok. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka semakin tinggi penggunaan media sosial tiktok individu tersebut, begitu pula sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan maka semakin rendah pula penggunaan media sosial tiktok individu tersebut.

2. *Self Efficacy* sebagai variabel bebas (X2)

Self Efficacy merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dalam dirinya bahwa ia mampu menyelesaikan tugas, dan mengatasi masalah untuk mencapai hasil tertentu. Pengukuran tingkat *self efficacy* menggunakan skala berdasarkan pada aspek-aspek tiga dimensi yang dikemukakan oleh Bandura, yaitu dimensi tingkat (*level*), dimensi kekuatan (*strength*), dan dimensi generalisasi (*generality*).

3. Prokrastinasi Akademik sebagai variabel Terikat (Y)

Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara sadar terhadap pengerjaan atau penyelesaian tugas-tugas akademik, seperti: tugas menulis, tugas membaca, dan tugas-tugas akademik lainnya. Pengukuran prokrastinasi akademik menggunakan skala yang berdasarkan aspek-aspek prokrastinasi menurut Ferarri dalam Gufron dan Risnawati yaitu: penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas akademik, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja actual, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan yang tidak berhubungan dengan tugas akademik. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka semakin tinggi prokrastinasi individu tersebut, begitu pula sebaliknya semakin rendah skor yang didapatkan maka semakin rendah pula prokrastinasi individu tersebut.