

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang berusia antara 18 hingga 25 tahun dan terdaftar di institusi pendidikan tinggi, termasuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas (Ayu & Arif, 2024). Sebagai calon sarjana, mahasiswa memiliki beragam kewajiban baik dalam aspek akademis maupun non-akademis yang memainkan peran penting dalam menentukan keberhasilan studi.

Dalam proses perkuliahan, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan akademik yang harus dipenuhi selama kuliah, mulai dari kewajiban administratif, hadir tepat waktu dalam perkuliahan, hingga menyelesaikan tugas-tugas seperti proyek, praktikum, dan karya ilmiah. Namun, tuntutan akademis yang kompleks ini sering kali memunculkan kebiasaan menunda penyelesaian tugas, yang kemudian berpotensi menjadi perilaku prokrastinasi akademik (Akerina & Wibowo, 2022). Pada mahasiswa, perilaku ini sering muncul ketika mereka menghadapi tekanan akademis, kesulitan dalam mengatur waktu, atau kurangnya motivasi dalam menyelesaikan tugas. (Rahmawati & Indriayu, 2025)

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda penyelesaian tugas akademik secara sengaja meskipun mengetahui akan ada konsekuensi negatif. Menurut Siti Hayani et al. (2022), prokrastinasi akademik adalah sebuah kecenderungan perilaku individu yang menghabiskan waktu, mengulur-ulur, dan dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang seharusnya dikerjakan. Dalam perspektif perilaku organisasi, perilaku individu dalam suatu sistem dipengaruhi oleh karakteristik personal dan lingkungan sekitarnya. Robbins & Judge (2018), menjelaskan bahwa perilaku individu merupakan hasil interaksi antara faktor internal seperti motivasi dan pengendalian diri dengan faktor eksternal seperti lingkungan sosial dan situasional. Dengan demikian, prokrastinasi akademik dapat dipahami

sebagai bentuk perilaku individu yang muncul akibat interaksi antara kemampuan regulasi diri mahasiswa dan lingkungan yang berpotensi menimbulkan distraksi.

Prokrastinasi bisa dialami oleh setiap mahasiswa, tanpa memandang jenis perguruan tinggi tempat mereka belajar. Banyaknya tugas kuliah yang perlu diselesaikan dalam jangka waktu yang ditentukan, ditambah dengan kegiatan lain di luar kuliah, membuat mahasiswa rentan menunda pengerjaan tugas akademiknya (Rahmawati & Indriayu, 2025). Beban tanggung jawab akademik yang berat sering kali tidak seimbang dengan kemampuan mahasiswa dalam mengelola waktu dengan baik, sehingga keterlambatan dalam menyelesaikan tugas menjadi lebih umum dan mahasiswa cenderung terburu-buru saat mendekati batas waktu.

Secara teoritis, prokrastinasi akademik dapat dijelaskan melalui teori *self-regulated learning* yang dikemukakan oleh (Zimmerman, 2000). Zimmerman menjelaskan bahwa *self-regulated learning* adalah proses aktif di mana individu secara sadar menetapkan tujuan belajar, mengatur dan mengendalikan perilaku dan perhatian, mengelola waktu, dan memantau kemajuan belajar agar selaras dengan tujuan akademik. Mahasiswa dengan regulasi diri yang kuat cenderung mampu memprioritaskan tugas, mengendalikan gangguan lingkungan, dan menyelesaikan kewajiban akademik tepat waktu. Sebaliknya, regulasi diri yang lemah menyebabkan mahasiswa mudah terdistraksi, gagal mengelola waktu secara efektif, dan meningkatkan kecenderungan untuk prokrastinasi akademik.

Dalam perspektif *self-regulated learning*, prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan diri, salah satunya melalui keterampilan manajemen waktu. Sementara itu, faktor eksternal berasal dari lingkungan yang berpotensi mengganggu fokus belajar mahasiswa, seperti intensitas penggunaan media sosial. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada dua faktor utama yang diduga memengaruhi prokrastinasi akademik mahasiswa

yaitu manajemen waktu sebagai faktor internal dan intensitas penggunaan media sosial TikTok sebagai faktor eksternal (Zimmerman, 2000).

Beberapa kesenjangan penelitian telah diidentifikasi berkaitan dengan fenomena prokrastinasi akademik oleh para peneliti sebelumnya. Salah satu studi oleh Novalyne & Soetjningsih (2022), menemukan bahwa prokrastinasi akademik berkaitan dengan kecanduan Smartphone. Penelitian yang dilakukan oleh Susanto et al.(2024), menyatakan bahwa prokrastinasi akademik terjadi karena pengaruh intensitas penggunaan media sosial, sehingga menghasilkan temuan bahwa intensitas memiliki pengaruh memiliki dampak positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Namun, temuan ini juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ananda Julia Pratiwi et al. (2024) ,yang menemukan bahwa mengakses TikTok yang sering juga menjadi faktor penyebab prokrastinasi akademik, terutama di kalangan mahasiswa.

Fenomena lapangan menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik masih umum terjadi dikalangan mahasiswa, yang tercermin dari kebiasaan pengumpulan tugas yang mendekati tenggat waktu, pengumpulan tugas yang terlambat, dan permintaan perpanjangan waktu. kondisi ini menimbulkan pertanyaan tentang faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik. Salah satu faktor yang perlu diperhatikan adalah intensitas penggunaan TikTok.

Untuk memperkuat adanya fenomena prokrastinasi akademik, peneliti melakukan survei pendahuluan melalui wawancara singkat kepada 10 mahasiswa aktif Universitas Dharma Andalas dan 10 mahasiswa Universitas Tamansiswa. Survei pendahuluan ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran awal tentang perilaku prokrastinasi mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akademik.

Hasil survei pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengakui kecenderungan untuk menunda tugas akademik, baik dengan menunda memulai tugas, menyelesaikan tugas mendekati tenggat waktu, atau memprioritaskan kegiatan lain di luar

kewajiban akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik adalah fenomena nyata yang masih lazim di kalangan mahasiswa.

Tabel 1.1 Hasil Pra-Survei Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Pernyataan	Ya	Tidak
Saya sering menunda mengerjakan tugas kuliah meskipun saya tahu batas waktunya.	19	1
Saya mengerjakan tugas kuliah saya menjelang batas waktu pengumpulan.	18	2
Saya lebih suka melakukan kegiatan lain daripada mengerjakan tugas kuliah.	17	3
Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas berdampak pada kualitas hasil kerja.	16	4
Saya merasa sulit untuk menghentikan kebiasaan menunda-nunda tugas akademik.	15	5

Sumber: Data pra-survei diolah oleh peneliti (2025).

Berdasarkan hasil wawancara singkat, mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka sering menunda pengerjaan tugas dengan alasan masih memiliki waktu yang cukup sebelum tenggat. Beberapa mahasiswa mengaku lebih memilih membuka media sosial seperti TikTok untuk “menghilangkan penat” sebelum mulai mengerjakan tugas, namun tanpa disadari aktivitas tersebut berlangsung lebih lama dari yang direncanakan. Pola perilaku ini menunjukkan adanya kecenderungan menunda yang dilakukan secara sadar, disertai kesadaran akan konsekuensi negatifnya, tetapi tetap sulit untuk dikendalikan. Kondisi ini memperlihatkan bahwa prokrastinasi bukan hanya sekadar keterlambatan, melainkan telah menjadi kebiasaan perilaku dalam pengelolaan tugas akademik mahasiswa.

Mayoritas pengguna TikTok ditujukan untuk generasi milenial atau Gen Z, termasuk mahasiswa. Berdasarkan data Ginee Portal (2021), 76% pengguna TikTok di Indonesia berusia 18–24 tahun. Selain itu, 95% pengguna menghabiskan waktu menonton video yang muncul di halaman for you page (FYP). Jika kelompok usia ini adalah mahasiswa, maka penggunaan TikTok yang intens berpotensi mengganggu waktu belajar dan penyelesaian tugas kuliah. Tanpa manajemen waktu dan pengendalian diri yang tepat, penggunaan TikTok dapat menyebabkan prokrastinasi akademik.



Gambar 1. 1 Demografi Pengguna TikTok

Selain penggunaan media sosial, keterampilan manajemen waktu juga merupakan faktor penting yang memengaruhi prokrastinasi akademik. Manajemen waktu merupakan suatu proses mengatur, menjadwalkan, dan mengorganisasi waktu individu untuk menyelesaikan kegiatan dan tugas sehari-hari (Ayu & Arif, 2024). Mahasiswa yang tidak mampu merencanakan tugas dengan baik, kurang mampu memprioritaskan pekerjaan, serta mudah teralihkan cenderung lebih sering menunda penyelesaian tugas. Manajemen waktu yang tidak efektif menyebabkan mahasiswa kehilangan kendali atas aktivitas akademik mereka, sehingga mereka cenderung menunda pekerjaan hingga mendekati tenggat waktu. Dengan demikian, keterampilan manajemen waktu yang buruk memiliki kontribusi langsung terhadap meningkatnya prokrastinasi dikalangan mahasiswa.

Individu dengan keterampilan manajemen waktu yang baik cenderung memiliki tingkat penundaan yang lebih rendah, karena mereka mampu memprioritaskan dan menyelesaikan tugas tepat waktu. Sebaliknya, kelemahan dalam manajemen waktu sering dikaitkan dengan peningkatan penundaan atau penundaan akademik. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Dafiza Salsabila, Roni Faslah, 2023) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik.

Fenomena tingginya prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa, seiring dengan meningkatnya intensitas penggunaan media sosial TikTok, mengindikasikan adanya permasalahan dalam kemampuan regulasi diri mahasiswa dalam mengelola distraksi digital. Menariknya, tidak seluruh mahasiswa yang aktif menggunakan TikTok menunjukkan tingkat prokrastinasi yang sama, sehingga hal ini mengisyaratkan adanya faktor pembeda dalam pengendalian perilaku prokrastinasi akademik.

Kondisi tersebut menunjukkan adanya kecenderungan prokrastinasi akademik yang relatif tinggi pada mahasiswa perguruan tinggi swasta meskipun mereka menyadari konsekuensi negatif yang ditimbulkannya. Dengan demikian, diperlukan kajian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku tersebut, khususnya intensitas penggunaan TikTok sebagai faktor eksternal serta manajemen waktu sebagai bentuk regulasi diri internal. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk menguji secara empiris hubungan antar variabel tersebut guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai determinan prokrastinasi akademik mahasiswa.

Penelitian ini memiliki nilai kebaruan (novelty) karena secara khusus menyoroti perilaku belajar mahasiswa dalam konteks perguruan tinggi swasta (PTS), yang memiliki karakteristik akademik berbeda dibandingkan perguruan tinggi negeri (PTN). Beberapa penelitian sebelumnya telah membandingkan aspek tertentu antara mahasiswa PTN dan PTS,

seperti pembelajaran mandiri (Siti & Achmad, 2018), namun belum mengkaji secara komprehensif pengaruh intensitas penggunaan TikTok dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik dalam konteks fleksibilitas akademik, peran ganda mahasiswa, serta pola interaksi akademik yang khas di lingkungan PTS.

Prokrastinasi akademik tidak hanya berdampak pada keterlambatan penyelesaian tugas dan penurunan kinerja akademik, tetapi juga berpotensi terbawa ke dunia kerja dalam bentuk perilaku menunda-nunda, rendahnya disiplin waktu, serta penurunan produktivitas dan kualitas kinerja. Apabila tidak dipahami secara empiris, kondisi ini dapat berkembang menjadi pola perilaku yang berkelanjutan dan memengaruhi kesiapan profesional mahasiswa di masa depan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk memberikan kontribusi teoretis dalam kajian perilaku organisasi sekaligus memberikan implikasi praktis bagi perguruan tinggi dalam merancang strategi pengembangan akademik yang lebih efektif. Dengan demikian, penelitian ini difokuskan pada pengaruh intensitas penggunaan TikTok dan manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa perguruan tinggi swasta, khususnya di Universitas Dharma Andalas dan Universitas Tamansiswa. Penelitian ini berfokus pada mahasiswa perguruan tinggi swasta, khususnya Universitas Dharma Andalas dan Universitas Tamansiswa, dengan mempertimbangkan kesetaraan karakteristik program studi di kedua institusi tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah pengaruh intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Kota Padang?
2. Bagaimanakah pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Kota Padang?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan media sosial TikTok terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Kota Padang
2. Untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta (PTS) di Kota Padang

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian dan penyusunan proposal skripsi ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Temuan dari penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi perkembangan pengetahuan di bidang Manajemen Sumber Daya Manusia, khususnya dalam kajian perilaku organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman mengenai dampak penggunaan media sosial serta manajemen waktu terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sumber rujukan bagi penelitian berikutnya yang berkaitan dengan perilaku individu dalam konteks organisasi dan pendidikan tinggi.

2. Manfaat Praktis

- a. Untuk Mahasiswa, hasil dari penelitian ini dapat berfungsi sebagai bahan introspeksi untuk meningkatkan kesadaran dalam mengatur waktu dan menggunakan media sosial, khususnya TikTok, secara bijaksana agar tidak berdampak buruk terhadap produktivitas akademik.

- b. Untuk Pihak Perguruan Tinggi, hasil penelitian ini bisa dijadikan rekomendasi dalam merumuskan kebijakan atau program pembinaan mahasiswa guna membangun disiplin diri serta kemampuan manajemen waktu yang baik.
- c. Untuk Peneliti Selanjutnya, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk lebih mendalami analisis mengenai keterkaitan antara perilaku individu, pemanfaatan teknologi digital, dan produktivitas, baik dalam konteks pendidikan maupun lingkungan kerja.

1.5 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak terlalu luas, peneliti menetapkan batasan masalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini dibatasi pada analisis pengaruh pada dua variabel independen, yaitu intensitas penggunaan media sosial TikTok dan manajemen waktu, terhadap satu variabel dependen, yaitu prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini tidak membahas faktor-faktor lain di luar variabel-variabel tersebut, seperti motivasi belajar, tekanan akademik, atau pengaruh lingkungan sosial.
2. Subjek penelitian ini terbatas pada mahasiswa aktif yang masih mengikuti perkuliahan di dua universitas swasta di Kota Padang, yaitu Universitas Dharma Andalas (UNIDHA) dan Universitas Tamansiswa (TAMSIS). Pemilihan kedua universitas ini didasarkan pada pertimbangan metodologis, karena UNIDHA dan TAMSIS memiliki jumlah mahasiswa aktif yang relatif sebanding dan karakteristik akademik yang serupa. Selain itu, kedua universitas swasta ini memiliki struktur program studi yang hampir sama, khususnya di bidang ekonomi, manajemen, dan ilmu sosial, yang relevan dengan variabel penelitian. Karakteristik yang serupa ini memungkinkan data yang diperoleh menjadi lebih homogen, sehingga hasil penelitian diharapkan lebih representatif dalam menggambarkan kondisi mahasiswa universitas swasta di Kota Padang.

3. Data penelitian diperoleh melalui kuesioner yang disebarakan kepada responden baik secara daring (online) maupun luring (langsung), sehingga hasil akhirnya sangat bergantung pada kejujuran dan pandangan responden.