

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kegiatan akademik di sekolah pada dasarnya adalah rangkaian proses belajar yang terarah untuk membantu siswa berkembang, baik dari sisi pengetahuan, keterampilan, maupun sikap. Dalam proses ini, siswa tidak hanya dituntut memahami materi yang diajarkan di kelas, tetapi juga membangun kebiasaan belajar yang baik, seperti memperhatikan penjelasan guru, mencatat, berlatih mengerjakan soal, menyelesaikan tugas, serta mempersiapkan diri menghadapi ulangan dan ujian. Karena itu, keberhasilan akademik bukan semata-mata ditentukan oleh kecerdasan, tetapi juga oleh kedisiplinan, tanggung jawab, dan kemampuan siswa mengatur waktu serta mengelola kebiasaan belajarnya secara konsisten.

Belajar di sekolah itu intinya bukan cuma datang dan duduk di kelas, tapi juga mengerjakan tugas, belajar rutin, dan menyiapkan diri untuk ujian. Idealnya, siswa bisa mengatur waktu dan tanggung jawabnya dengan baik. Tapi kenyataannya, banyak siswa yang sudah tahu ada tugas atau kewajiban belajar, namun tetap memilih menunda. Kebiasaan menunda ini dalam psikologi disebut prokrastinasi, yaitu menunda pekerjaan dengan sengaja walaupun sadar akibatnya bisa merugikan diri sendiri (Steel, 2007, h. 66). Kalau yang ditunda itu terkait sekolah seperti PR, tugas proyek, belajar untuk ulangan, atau menyelesaikan laporan maka disebut prokrastinasi akademik (Sabilla, 2023, h. 502). Dampaknya bisa terasa langsung, misalnya tugas jadi telat dikumpulkan, hasilnya kurang maksimal, dan akhirnya

siswa merasa stress karena dikejar *deadline*.

Secara umum, prokrastinasi akademik sering terlihat dari kebiasaan menunda yang terus berulang, akhirnya tugas baru dikerjakan mepet waktu, atau belajar baru dilakukan malam sebelum ujian. Hal seperti ini juga sering terjadi pada siswa SMP karena mereka sedang berada pada masa remaja awal, sudah mulai lebih mandiri, tapi kemampuan mengatur waktu dan kontrol diri masih berkembang. Karena itu, mereka lebih mudah terdistraksi oleh hal-hal yang menyenangkan (Sabilla, 2023, h. 503).

Brignardello dkk. (2023, h. 2-3) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik yaitu kecenderungan untuk menunda secara sadar dan berulang penyelesaian tugas akademik meskipun mengetahui bahwa penundaan tersebut akan berdampak negatif terhadap prestasi dan kesejahteraan diri. Prokrastinasi akademik pada siswa dan remaja tampak dalam bentuk menunda mengerjakan pekerjaan rumah, menunda belajar untuk ujian, serta mengulur waktu dalam menyelesaikan proyek atau tugas kelompok, sehingga berhubungan dengan stres, kecemasan, penurunan kinerja akademik, bahkan risiko putus sekolah.

Berdasarkan hasil observasi awal yang peneliti lakukan di kelas VIII UPT SMP Negeri 27 Medan, menunjukkan bahwa adanya indikasi kebiasaan menunda tugas contohnya adanya siswa yang mengerjakan tugas mendekati batas waktu, mengumpulkan tugas terlambat, atau mengaku belum mengerjakan karena merasa tugasnya sulit atau tidak sempat. Ada pula kecenderungan belajar yang dilakukan secara dadakan, yaitu baru belajar serius saat menjelang ulangan. Beberapa siswa juga terlihat lebih tertarik melakukan aktivitas lain dibanding memulai tugas sekolah, sehingga pekerjaan akademik sering menjadi prioritas terakhir. Indikasi-

indikasi seperti ini menunjukkan bahwa persoalan yang terjadi bukan hanya tentang pemahaman materi, tetapi juga tentang kebiasaan mengatur waktu, disiplin belajar, serta kemampuan memprioritaskan tanggung jawab akademik.

Beberapa penyebab terjadinya prokrastinasi akademik siswa yaitu tugas terasa berat atau tidak disukai, jadi siswa cenderung menghindar dulu, siswa merasa *deadline* masih lama sehingga tidak ada dorongan kuat untuk mulai sekarang, siswa kurang bisa membuat rencana sehingga bingung harus memulainya darimana, dan ada juga faktor impulsif atau mudah tergoda melakukan hal lain (Steel, 2007, h. 74-79). Singkatnya, prokrastinasi akademik sering berhubungan dengan masalah mengatur diri sendiri (*self-regulation*), siswa sebenarnya tahu harus belajar, tetapi kalah oleh aktivitas lain yang lebih seru.

Menurut *Temporal Motivation Theory* (TMT), orang cenderung menunda ketika manfaat dari tugas terasa jauh, sedangkan ada aktivitas lain yang memberi kepuasan cepat (Steel, 2007, h. 66). Dalam konteks siswa sekarang, salah satu sumber kepuasan cepat yang paling kuat adalah *game online*. Ketika ada tugas yang membosankan atau membuat pusing, bermain game jadi pilihan pelarian yang terasa menyenangkan dan instan. Karena itu, salah satu penyebab prokrastinasi akademik siswa adalah kecanduan *game online* (APA, 2016, h. 1).

Game online menawarkan tampilan visual menarik, alur permainan yang menantang, sistem level dan *reward* yang cepat, serta interaksi sosial virtual melalui fitur *multiplayer*. Karakteristik ini memunculkan rasa senang, puas, dan keterikatan emosional yang kuat, sehingga berpotensi mendorong penggunaan secara berlebihan hingga mengarah pada kecanduan (Lona dkk., 2023, h. 458). Kecanduan bermain *game online* juga dikenal dengan istilah *online gaming addiction*.

Sun (2023, h. 2) mengatakan bahwa *online gaming addiction* adalah pola perilaku bermain *game online* yang berlangsung terus-menerus atau berulang, ditandai dengan hilangnya kontrol terhadap durasi bermain, semakin memprioritaskan *game* dibandingkan aktivitas lain yang penting, serta tetap melanjutkan bermain meskipun telah muncul konsekuensi negatif dalam bidang pribadi, sosial, pendidikan maupun kesehatan. Nursalam dkk. (2021, h. 105) mengatakan bahwa penggunaan *game online* secara berlebihan dapat mengganggu keseimbangan psikologis, fisiologis, dan perilaku remaja, termasuk pola tidur, pola makan, interaksi sosial, serta tanggung jawab akademik.

Dalam ranah ilmiah, kondisi ini sering disebut sebagai *Internet Gaming Disorder* (IGD) atau gangguan *gaming*. Fatima dan Amin (2023, h. 532–533) menjelaskan bahwa IGD adalah pola bermain *game* yang maladaptif dan persisten, ditandai dengan hilangnya kontrol terhadap durasi dan frekuensi bermain, meningkatnya prioritas terhadap *game* dibandingkan aktivitas penting lain, serta tetap bermain meskipun telah muncul konsekuensi negatif dalam bidang pribadi, sosial, dan pendidikan. Dalam konteks peserta didik, IGD berkaitan dengan menurunnya fokus belajar, gangguan tidur, kelelahan di sekolah, hingga penurunan prestasi akademik.

Berdasarkan hasil observasi awal di kelas VIII SMPN 27 Medan, fenomena *online gaming addiction* tampak pada sebagian besar siswa yang menunjukkan ketertarikan sangat kuat terhadap *game online* hingga mengganggu aktivitas belajar. Hal ini terlihat dari kebiasaan siswa yang sering membicarakan *game online* hampir di setiap kesempatan (sebelum pelajaran, saat pergantian jam, atau waktu istirahat), terlihat gelisah dan sulit fokus ketika pembelajaran berlangsung, serta

cenderung mencari kesempatan untuk mengecek ponsel atau membuka *game* ketika ada waktu luang. Selain itu, ada kecenderungan memprioritaskan *game online* dibanding tugas sekolah, misalnya menunda mengerjakan tugas dengan alasan main dulu atau baru mulai mengerjakan saat sudah mendekati batas pengumpulan. Pola-pola ini menunjukkan bahwa bagi sebagian besar sudah kecanduan bermain *game online* dan berpotensi memengaruhi fokus belajar serta kedisiplinan akademik.

Penelitian terkait prokrastinasi akademik dan kecanduan *game online* juga telah menjadi fokus beberapa penelitian terdahulu. Adejuna dan Ardi (2024, h. 1083–1085) mengungkapkan bahwa adiksi *game online* memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, terlihat dari nilai Sig. 0,036 < 0,05). Hal ini memiliki arti bahwa semakin tinggi adiksi *game online* yang dilakukan oleh peserta didik maka akan semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik. Penelitian lain, Faizal (2021, h. 40–42) menemukan adanya hubungan positif antara intensitas bermain *game online* dengan prokrastinasi akademik, siswa dengan intensitas bermain yang tinggi lebih sering menunda mengerjakan tugas sekolah, mengulur waktu belajar, dan cenderung belajar hanya menjelang ulangan.

Berdasarkan uraian permasalahan yang ada, terlihat bahwa prokrastinasi akademik pada siswa tidak hanya berkaitan dengan kebiasaan menunda tugas, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dekat dengan kehidupan sehari-hari siswa, salah satunya aktivitas bermain *game online* yang semakin sulit dikendalikan. Atas dasar itulah peneliti memandang penelitian ini penting dilakukan sebagai bahan masukan bagi sekolah, guru BK, dan orang tua dalam menyusun langkah pencegahan dan pendampingan yang tepat. Dengan pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Online Gaming*

Addiction dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII UPT SMP Negeri 27 Medan”.

1.1 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Sebagian besar siswa menunjukkan kebiasaan menunda mengerjakan tugas sekolah, sehingga tugas sering dikerjakan mendekati batas waktu pengumpulan.
2. Sebagian besar siswa cenderung belajar secara mendadak yang berdampak pada kurangnya kesiapan belajar dan hasil tugas/ulangan yang kurang maksimal.
3. Sebagian besar siswa menunjukkan intensitas bermain *game online* yang tinggi dan sering membicarakan atau memikirkan *game*, sehingga perhatian terhadap kegiatan belajar mudah teralihkan.
4. Sebagian besar siswa mengalami kesulitan mengontrol waktu bermain *game online*, sehingga waktu belajar berkurang dan muncul dampak seperti kurang fokus di kelas atau mengantuk saat pembelajaran.

1.2 Batasan Masalah

Agar hasil dari penelitian ini memiliki arah dan tujuan yang jelas, maka pembatasan masalah perlu dilakukan demi tepatnya fokus dan sasaran dari penelitian ini. Untuk itu, dibatasi masalah pada ”Korelasi antara *Online Gaming Addiction* dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VIII UPT SMP Negeri 27 Medan T.A 2025/2026”. Dimana penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VIII di SMPN 27 Medan, terdiri atas perempuan dan laki-laki, dan masih aktif sebagai pelajar di SMPN 27 Medan.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah korelasi antara *Online Gaming Addiction* dengan Prokrastinasi Akademik pada siswa kelas VIII UPT SMP Negeri 27 Medan T.A 2025/2026?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis tentang “Korelasi antara *online gaming addiction* dengan prokrastinasi akademik siswa kelas VIII UPT SMP Negeri 27 Medan T.A 2025/2026.

1.5 Manfaat Penelitian

1.1.1 Manfaat Teoretis

1. Hasil penelitian ini diharapkan mampu untuk menjadi referensi serta dasar keilmuan di bidang psikologi perkembangan dan pendidikan yang berkaitan dengan kecanduan *game online* dan prokrastinasi akademik di sekolah.
2. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi kajian lanjutan yang lebih mendalam mengenai korelasi antara *online gaming addiction* dengan prokrastinasi akademik siswa.

1.2 Manfaat Praktis

1. Untuk Siswa

Bagi siswa, penelitian ini bermanfaat untuk membantu mereka memahami bahwa dampak kebiasaan bermain *game* berlebihan terhadap tugas, nilai, dan kebiasaan belajar.

2. Untuk Guru BK

Bagi guru BK, dapat menjadi sebuah referensi pembelajaran tentang identifikasi awal siswa yang berisiko kecanduan *game* dan prokrastinasi. Hal ini

juga diharapkan dapat menjadi sebuah bahan pertimbangan mengenai intervensi yang akan dilakukan.

3. Untuk Orang Tua

Untuk orang tua, diharapkan mampu untuk menjadi salah satu referensi tentang tanda-tanda anak kecanduan *game online* dan kaitannya dengan kebiasaan menunda tugas sekolah.

4. Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan mampu untuk menjadi referensi mengenai topik kecanduan *game online* dan prokrastinasi akademik siswa, khususnya untuk bahan penelitian selanjutnya dengan sub topik yang berbeda ataupun serupa.

