

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Prokrastinasi Akademik.**

##### **2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik.**

Menurut Burka dan Yuen (Putri, 2013) prokrastinasi berasal dari gabungan dua kata bahasa latin yaitu *procrastinus*, dengan awalan “*pro*” yang berarti forward atau meneruskan atau mendorong ke depan, dan akhiran “*crastinus*” yang berarti *belonging to tomorrow* atau milik hari esok. Jika digabungkan menjadi “*procrastinus*” yang mempunyai arti *forward it to tomorrow* (meneruskan hari esok) atau dengan kata lain berarti “saya akan melakukannya nanti”. Berdasarkan kedua kata tersebut dapat kita tarik maknanya yang berarti *pro-crastinus* adalah suatu keputusan untuk menunda pekerjaan ke hari berikutnya.

Steel (Ursia, Siaputra & Sutanto, 2013) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun individu mengetahui bahwa perilaku penundaannya tersebut dapat menghasilkan dampak buruk. Ia juga pernah mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu penundaan sukarela yang dilakukan oleh individu terhadap tugas/pekerjaannya meskipun ia tahu bahwa hal ini akan berdampak buruk pada masa depan.

Solomon & Rothblum (Fauziah, 2015) mengatakan: “*Procrastination, the act of needlessly delaying tasks to the point of experiencing subjective discomfort, is an all-too-familiar problem*”. Pernyataan ini menjelaskan bahwa suatu penundaan dikatakan sebagai prokrastinasi apabila penundaan itu dilakukan pada

tugas yang penting, dilakukan berulang-ulang secara sengaja, menimbulkan perasaan tidak nyaman, serta secara subyektif dirasakan oleh seorang prokrastinator. Kaitannya dengan lingkup akademik, prokrastinasi dijelaskan sebagai perilaku menunda tugas-tugas akademis (seperti: mengerjakan PR, mempersiapkan diri untuk ujian, atau mengerjakan tugas makalah) sampai batas akhir waktu yang tersedia.

Wolters (Fauziah, 2015) juga menyatakan bahwa prokrastinator sebenarnya sadar bahwa dirinya menghadapi tugas-tugas yang penting dan bermanfaat bagi dirinya (sebagai tugas primer), akan tetapi dengan sengaja menunda secara berulang-ulang (kompulsif) sehingga muncul perasaan tidak nyaman, cemas, dan merasa bersalah.

Millgram (Putri, 2013) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah suatu perilaku spesifik yang meliputi :

1. Suatu perilaku yang melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan suatu tugas atau aktivitas.
2. Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan tugas.
3. Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh pelaku prokrastinasi sebagai suatu tugas yang penting untuk dikerjakan, misalnya tugas kantor, tugas kampus, maupun tugas rumah tangga.
4. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, panik, dan sebagainya.

Ferri (Muyana, 2018) mengemukakan bahwa menunda tugas akademik disebut dengan prokrastinasi akademik, yaitu suatu perilaku untuk menunda-nunda mengerjakan ataupun menyelesaikan tugas-tugas akademi. Perilaku tersebut dapat dilihat pada siswa yang menunda-nunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah, menyerahkan tugas melewati batas waktu, menunda untuk membaca bahan pelajaran, malas untuk membuat catatan, terlambat masuk kelas dan cenderung lebih suka belajar pada malam terakhir menjelang ujian.

Jadi berdasarkan teori yang telah dikemukakan diatas, prokrastinasi akademik adalah kegiatan menunda-nunda dengan sengaja suatu pekerjaan dalam hal ini adalah pekerjaan yang berkaitan dengan tugas seorang mahasiswa. Sebutan bagi orang-orang yang suka menunda-nunda pekerjaan disebut prokrastinator.

### **2.1.2 Aspek Prokrastinasi Akademik**

Ferrari (Kusuma, 2010) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik dapat termanifestasikan dalam beberapa indikator tertentu yang dapat di ukur dan diamati ciri-cirinya. Indikator tersebut dikelompokkan menjadi empat aspek, yaitu:

#### **1. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas**

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda – nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakannya sebelumnya.

## 2. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas

Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu tugas. Mahasiswa prokrastinator menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian tugas tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan mahasiswa tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan berarti mahasiswa yang mengerjakan tugas cenderung tidak dapat cepat dalam mengerjakan tugasnya sehingga tugas selesai dengan waktu yang lama.

## 3. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual

Mahasiswa prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Mahasiswa prokrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak juga melakukan tugas yang telah direncanakan sendiri. Akibatnya, tugas menjadi terlambat dikerjakan bahkan mereka dapat gagal mengerjakan tugas secara memadai.

#### 4. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan

Mahasiswa prokrastinator cenderung dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran majalah, atau buku cerita lainnya), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya, sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan tugas yang harus diselesaikannya.

Aspek lain menurut Millgram, Mey-Tal & Levinson (Burhani, 2016) menyatakan bahwa dalam prokrastinasi terdapat empat aspek, antara lain:

1. Melibatkan unsur penundaan, baik untuk memulai maupun menyelesaikan tugas. Mahasiswa prokrastinator cenderung tidak segera memulai untuk mengerjakan dan mengerjakan tugas hingga selesai.
2. Menghasilkan akibat-akibat lain yang lebih jauh, misalnya keterlambatan menyelesaikan tugas maupun kegagalan dalam mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang memiliki kecenderungan untuk menunda akan lebih lambat dalam menyelesaikan tugas yang menyebabkan mahasiswa yang bersangkutan akan tergesa-gesa sehingga hasil akhirnya tidak maksimal.
3. Melibatkan suatu tugas yang dipersepsikan oleh perilaku prokrastinasi sebagai tugas yang penting untuk dikerjakan. Mahasiswa mengetahui bahwa penyelesaian tugas merupakan hal yang penting, tetapi cenderung tidak segera diselesaikan dan bahkan mengerjakan tugas lain yang tidak penting.

4. Menghasilkan keadaan emosional yang tidak menyenangkan, misalnya perasaan cemas, perasaan bersalah, marah, dan panik. Adanya kerisauan emosional yang timbul ketika mahasiswa melakukan prokrastinasi.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa aspek prokrastinasi akademik dapat dilihat dari sikap seseorang yang menunda-nunda untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan waktu dalam pengerjaan tugas, cepat tidaknya tugas terselesaikan dan lebih memilih melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

#### **2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik**

Berdasarkan beberapa literatur antara lain Fauziah, Guhfron, Risnawita, dan Rumiani (Wulandari, 2017) bahwa terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan eksternal.

1. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan Psikologis dari individu.

1) Faktor fisik seperti mengantuk, jenuh, kelelahan (*fatigue*) dan lain-lain.

2) Kedua, faktor psikologis seperti tidak mengerti tugas yang diberikan, rasa malas, motivasi rendah, lebih suka hal-hal yang menarik seperti menonton tv, bermain *smartphone* atau game.

2. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang terlalu banyak (*Overloaded Tasks*), pengasuhan orang tua, tugas yang sulit, tidak ada fasilitas untuk mengerjakan tugas dan kondisi lingkungan.

Menurut Ferrari & McCown (Burhani, 2016), perilaku menunda dapat pula dipengaruhi beberapa indikator-indikator sebagai berikut :

1. Kurang dapat mengatur waktu
2. Percaya diri yang rendah
3. Menganggap diri terlalu sibuk jika harus mengerjakan tugas
4. Keras kepala, dalam arti menganggap orang lain tidak dapat memaksanya mengerjakan pekerjaan.
5. Memanipulasi tingkah laku orang lain dan menganggap pekerjaan tidak dapat dilakukan tanpanya.
6. Menjadikan penundaan sebagai coping untuk menghindari tekanan
7. Merasa dirinya sebagai korban yang tidak memahami mengapa tidak dapat mengerjakan sesuatu yang dapat dikerjakan orang lain.

Berdasar pada uraian di atas, peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu faktor internal meliputi kondisi fisik dan psikologisnya, dan faktor eksternal yang merupakan faktor dari luar individu. Selain itu faktor lain adalah kurang dapat mengatur waktu, percaya diri yang rendah, menganggap diri terlalu sibuk untuk mengerjakan tugas, keras kepala, memanipulasi orang lain, menjadikan penundaan pekerjaan sebagai coping untuk menghindari tekanan dan memposisikan dirinya sebagai korban dan tidak dapat mengerjakan pekerjaan seperti orang lain.

## 2.2 Kecanduan *Smartphone*

### 2.2.1 Definisi Kecanduan *Smartphone*

Kecanduan (*addiction*) menurut Young & Cristiano (Putri, 2018) sendiri didefinisikan sebagai kebiasaan untuk terlibat dalam aktivitas tertentu atau menggunakan substansi tertentu, tanpa memedulikan konsekuensi buruk pada kesehatan fisik, sosial, spritiual, mental, maupun finansial dari tiap individu.

Menurut Chiu (Wulandari, 2017) menyatakan bahwa gangguan kecanduan *smartphone* sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stres pada diri seseorang individu dikalangan remaja, da tidak adanya kontrol yang kuat terhadap pemakaian *smartphone*.

Woyke (Putri, 2018), menyatakan bahwa *smartphone* adalah ponsel yang dapat menjalankan sistem operasi terbuka yang dapat mengunduh aplikasi yang ditulis oleh pengembang dari luar. *Smartphone* juga memiliki sejumlah fitur yang biasanya tidak digunakan oleh ponsel biasa, seperti layar sentuh, tampilan dengan kualitas yang tinggi, *browser* berperforma internet lengkap, perangkat lunak canggih yang secara otomatis dapat menjangkau fitur *e-mail*, kamera dengan kualitas tinggi, serta pemutar musik dan video.

*Smartphone addiction* menurut Al-Barashdi, Bouazza dan Jbaur (Meirianto, 2018) adalah kondisi dimana individu lebih asyik menggunakan *smartphone* yang dimiliki sejauh individu tersebut mengabaikan area lain dalam kehidupannya. Kim (Meirianto, 2018) menjelaskan bahwa *smartphone addiction* memiliki banyak kesamaan aspek pada *internet addiction*, sehingga dalam

mempertimbangkan kriteria *smartphone addiction* juga harus mempertimbangkan *internet addiction*.

Menurut Song, dkk. (Simangunsong & Sawitri, 2017), penggunaan *smartphone* memberikan kenyamanan sebagai *reinforcement* dan meningkatkan kemungkinan penggunaan *smartphone* menjadi aktivitas sehari-hari sehingga perasaan nyaman ini mengakibatkan siswa kehilangan kontrol dalam penggunaan *smartphone*.

Menurut Kwon (Dewi, 2018) Kecanduan *smartphone* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

Jadi berdasarkan teori yang telah dikemukakan diatas, kecanduan *smartphone* adalah sikap yang menunjukkan ketertarikan berlebih pada penggunaan *smartphone* sehingga menyebabkan individu kurang memperdulikan lingkungan sekitarnya.

### **2.2.2 Aspek Kecanduan Smartphone**

Terdapat 6 aspek yang dikemukakan Young, ( Meirianto, 2018) :

#### **1. *Daily life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari)**

Gangguan kehidupan sehari-hari mencakup tidak mengerjakan pekerjaan yang telah direncanakan, sulit berkonsentrasi dalam kelas, menderita sakit kepala ringan, penglihatan kabur, menderita sakit di pergelangan tangan atau di belakang leher dan gangguan tidur. Selain itu, pengguna *smartphone* juga mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi pada kegiatan atau pekerjaan yang

sedang dilakukan karena terus memikirkan *smartphone* yang dimilikinya. Pengguna *smartphone* tersebut juga banyak menghabiskan waktu untuk menggunakan *smartphone* yang dimiliki, sehingga hal tersebut mengakibatkan timbulnya rasa sakit di kepala, pergelangan tangan atau di belakang leher dan beberapa tempat lainnya. Hal ini berarti, individu yang mengalami kecanduan *smartphone* akan ditandai dengan adanya gangguan dalam kehidupan sehari-hari.

### 2. *Positive anticipation*

*Positive anticipation* merupakan perasaan bersemangat dari pengguna dan menjadikan *smartphone* sebagai sarana untuk mengurangi atau menghilangkan stress dan perasaan hampa tanpa *smartphone*. Bagi sebagian besar pengguna *smartphone* *smartphone* bukan hanya perangkat berkomunikasi, konsol game dan PDA, akan tetapi juga merupakan teman yang memberikan kesenangan, mengurangi kelelahan, mengurangi rasa cemas dan memberikan rasa aman. Selain itu, uraian di atas menunjukkan bahwa individu yang mengalami kecanduan *smartphone* akan memiliki perasaan bersemangat dalam menggunakan *smartphone* dan menjadikan *smartphone* sebagai sarana untuk menghilangkan stress.

### 3. *Withdrawal*

*Withdrawal* adalah kondisi dimana pengguna *smartphone* merasa tidak sabar, resah dan intolerable tanpa *smartphone*. Selain itu, *withdrawal* merupakan kondisi dimana pengguna *smartphone* secara terus-menerus memikirkan *smartphone* yang dimiliki meskipun sedang tidak menggunakannya. *Withdrawal*

juga ditunjukkan melalui penggunaan *smartphone* secara terus-menerus dan marah ketika merasa terganggu saat menggunakan *smartphone* yang dimilikinya. Melalui uraian di atas, dapat dilihat bahwa individu yang mengalami kecanduan *smartphone* akan menunjukkan perasaan tidak sabar, resah dan intolerable ketika tidak dapat menggunakan *smartphone* yang dimiliki, serta marah saat merasa terganggu dalam menggunakan *smartphone*.

#### 4. *Cyberspace-oriented relationship*

*Cyberspace oriented relationship* yaitu kondisi dimana seseorang memiliki hubungan pertemanan yang lebih erat dalam jaringan media sosial pada *smartphone* dibandingkan dengan teman di kehidupan yang sebenarnya. Hal ini menyebabkan pengguna tersebut mengalami perasaan kehilangan yang tidak terkendali ketika tidak dapat menggunakan *smartphone* yang dimiliki. Selain itu, pengguna tersebut juga secara terus-menerus memeriksa *smartphone* yang dimilikinya. Hal ini menunjukkan bahwa individu dengan kecanduan *smartphone* akan merasa bahwa dirinya memiliki hubungan yang lebih erat dengan jejaring pertemanan yang terdapat di media sosial dibandingkan di kehidupan nyata.

#### 5. *Overuse* (penggunaan berlebihan)

*Overuse* mengacu pada penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak terkendali. Selain itu, penggunaan berlebihan menyebabkan pengguna lebih memilih untuk mencari pertolongan melalui *smartphone*. *Overuse* juga mengacu pada perilaku dimana pengguna selalu mempersiapkan pengisian daya *smartphone* dan merasakan dorongan untuk terus menggunakan *smartphone*

tepat setelah seseorang tersebut memutuskan untuk berhenti menggunakannya. Berdasarkan penjelasan di atas, individu dengan kecanduan *smartphone* akan menunjukkan penggunaan berlebihan terhadap *smartphone* yang dimilikinya.

#### 6. *Tolerance*

Merupakan kondisi dimana pengguna selalu gagal untuk mengendalikan penggunaan *smartphone*. Hal ini berarti, individu dengan kecanduan *smartphone* akan menunjukkan kegagalan dalam mengendalikan dirinya terhadap penggunaan *smartphone*.

Menurut Freitag dan Weaver (Meirianto, 2018) gejala-gejala kecanduan internet adalah :

1. Keasyikan dengan internet dan selalu memikirkannya selagi *offline* (*internet preoccupation*)
2. Selalu menambah waktu *online*
3. Tidak mampu untuk mengontrol penggunaan internet
4. Lekas marah dan gelisah bila tidak sedang *online*
5. Membohongi keluarga atau teman mengenai jumlah waktu yang digunakan untuk *online*
6. Kehilangan teman, pekerjaan, ataupun kesempatan pendidikan dan karier karena penggunaan internet
7. Terus menggunakan internet walaupun dana untuk *online* menipis
8. Depresi, kemurungan, kegelisahan, dan kecemasan meningkat jika tidak menggunakan internet.

9. Mengalami gangguan tidur atau perubahan pola tidur akibat penggunaan internet.

10. Merasa bersalah dan penyesakan yang dalam akibat penggunaan internet

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek dari kecanduan *smartphone* yaitu selalu asyik dengan internet, selalu menambah waktu *online*, tidak mampu mengontrol penggunaan waktu internet, lekas marah dan gelisah bila sedang tidak *online*, membohongi orang-orang di sekitarnya mengenai waktu yang digunakan untuk online, kehilangan teman, pekerjaan, atau kesempatan pendidikan dan karier karena penggunaan internet, terus menggunakan internet walau dana menipis, mengalami gangguan tidur dan merasa bersalah akibat penggunaan internet.

### **2.2.3 Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan *Smartphone***

Yuwanto (Putri, 2018) mengemukakan ada empat faktor penyebab kecanduan *smartphone*, yaitu:

#### **1. Faktor Internal**

Faktor ini terdiri atas faktor-faktor yang menggambarkan karakteristik individu, yaitu :

##### **1) Tingkat *sensation seeking* yang tinggi.**

*Sensation seeking* atau biasa disebut pencarian sensasi adalah sifat yang didefinisikan sebagai kebutuhan-kebutuhan yang beragam, baru, dan sensasi sensasi kompleks serta keinginan untuk mengambil resiko, baik secara fisik maupun secara sosial.

2) *Self-esteem* yang rendah. *Self esteem* itu sendiri adalah evaluasi diri individu terhadap kualitas atau keberhargaan diri sebagai manusia.

3) Kepribadian ekstrasversi yang tinggi.

4) Kontrol diri yang rendah, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan langkah-langkah dan tindakannya untuk mencapai sesuatu yang diinginkan.

## 2. Faktor Situasional

Faktor ini terdiri atas faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan ponsel sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Dalam hal ini individu akan cepat bertindak ketika berada pada situasi yang tidak nyaman dan merasa terganggu aktivitas bila ada situasi yang tidak diinginkan dan mengalihkan perhatian pada ponsel.

## 3. Faktor Sosial

Terdiri atas faktor penyebab kecanduan *smartphone* sebagai sarana berinteraksi dan menjaga kontak dengan orang lain. Dalam hal ini individu selalu menggunakan ponsel untuk berinteraksi dan cenderung malas untuk berkomunikasi secara langsung dengan individu yang lain.

## 4. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu. Faktor ini terkait dengan tingginya paparan media tentang ponsel dan berbagai fasilitasnya. Hal ini membahas bagaimana besarnya pengaruh media dalam mempengaruhi individu untuk memenuhi kebutuhan akan ponsel.

Jadi berdasarkan teori diatas, faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan pada *smartphone* yaitu faktor internal diantaranya tingkat *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah, kepribadian ekstraversi yang tinggi, kontrol diri yang rendah, selain itu terdapat juga faktor situasional, faktor sosial dan faktor eksternal.

### **2.3 Hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi pada mahasiswa.**

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku seseorang menunda-nunda suatu tugas atau pekerjaan akademik dalam jangka waktu tertentu dan lebih memilih melakukan sesuatu yang lebih menyenangkan. Perilaku menunda termasuk dalam mensia-siakan waktu. Seperti menunda mengerjakan skripsi karena lebih memilih melakukan hal lain yang menyenangkan seperti bermain *smartphone*.

Menurut Thakkar (Wulandari, 2017) zaman sekarang banyak sekali teknologi seperti *smartphone* yang dapat menyebabkan individu tergoda untuk melakukan surfing internet, melihat media sosial, dan bermain game, di mana hal tersebut dapat membuat mahasiswa melupakan tugasnya dan akhirnya menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Kecanduan menggunakan *smartphone* adalah perilaku individu yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan sehingga menyebabkan masalah baik fisiologis, psikologi, sosial, dan emosional.

Penggunaan *smartphone* bagi mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari banyak sekali membantu segala kegiatan akademik maupun non akademik, salah satunya memudahkan mahasiswa dalam mencari informasi. Oleh karena itu *smartphone* dianggap penting di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa yang mendapatkan kebutuhannya melalui *smartphone* menyebabkan mereka lupa akan kewajibannya sebagai mahasiswa yakni mengerjakan tugas skripsi.

Menurut Song, dkk. (Simangunsong & Sawitri, 2017), penggunaan *smartphone* memberikan kenyamanan sebagai *reinforcement* dan meningkatkan kemungkinan penggunaan *smartphone* menjadi aktivitas sehari-hari sehingga perasaan nyaman ini mengakibatkan siswa kehilangan kontrol dalam penggunaan *smartphone*.

Scher dan Ferrari (Wulandari, 2017) menjelaskan bahwa kebanyakan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik disebabkan karena mereka merasakan tekanan dan stres sehingga untuk mengurangi hal tersebut mahasiswa melakukan hal lain yang lebih menyenangkan. Hal menyenangkan yang dikemukakan oleh Scher dan Ferrari (Wulandari 2017) menurut peneliti dapat berkaitan dengan menggunakan *smartphone*, karena *smartphone* memiliki fitur-fitur menarik yang dapat dijadikan sebagai media hiburan. Sehingga, karena keasyikan bermain *smartphone* membuat mahasiswa melupakan tugas yang seharusnya mereka kerjakan.

Hal ini didukung oleh penelitian Julyanti & Aisyah (2015) mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik terhadap adiksi internet. Mereka menemukan bahwa prokrastinasi akademik disebabkan

oleh adiksi internet yang berlebihan. Selain itu penelitian Kibona dan Mgaya (2015) mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* membawa efek negatif bagi kinerja akademik. Sekitar 65% mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk tujuan non akademik seperti *chatting*, melihat media sosial, dan lain-lain.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki kaitan atau pengaruh yaitu kecanduan menggunakan *smartphone* berhubungan dengan prokrastinasi akademik.

#### 2.4 Kerangka Berpikir.

Tabel 2.1  
Skema Kerangka Berpikir



Terdapatnya hubungan atau korelasi yang sejajar/signifikan antara kecanduan *smartphone* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

#### 2.5 Hipotesis.

**Ha** : Adanya hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

**Ho** : Tidak adanya hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.