

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Prokrastinasi merupakan fenomena yang umum terjadi pada setiap orang. Dalam aktivitas sehari-hari, hampir semua individu pernah melakukan prokrastinasi (Wangid, 2014). Secara etimologis, Ghufron dan Risnawita (2010) menjelaskan bahwa kata ‘prokrastinasi’ berakar dari bahasa Latin, yaitu gabungan dari kata ‘*pro*’, yang berarti ‘ke depan’ atau ‘untuk masa depan’, dan ‘*crastinus*’ artinya mengacu pada hari esok, yang secara menyeluruh, istilah prokrastinasi merujuk pada tindakan menunda atau menangguhkan sesuatu hingga waktu berikutnya. Ghufron dan Risnawita (2010) menjelaskan prokrastinasi yaitu perilaku menunda penyelesaian tugas secara terus-menerus, dengan menggantikannya menggunakan aktivitas lain yang sebenarnya tidak relevan atau tidak diperlukan dalam proses pengerjaan tugas. Dalam pengertian sempit, prokrastinasi dapat diartikan sebagai kecenderungan untuk menangguhkan penyelesaian tugas. Lebih lanjut Ferrari (dalam Ghufron & Risnawita, 2010) mengklasifikasikan prokrastinasi ke dalam dua jenis berdasarkan tujuan serta manfaat dari penundaan tersebut, yakni *functional procrastination* dan *disfunctional procrastination*. *Functional procrastination* yaitu penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih menyeluruh dan tepat, sedangkan *disfunctional procrastination* yaitu penundaan tanpa kejelasan, berdampak negatif, serta dapat menimbulkan berbagai permasalahan. Kedua jenis prokrastinasi ini menunjukkan bahwa tindakan menunda pengerjaan tugas tidak selalu berdampak negatif; sebaliknya, hal tersebut juga dapat memiliki dampak positif, asalkan penundaan tersebut didasari oleh alasan yang jelas, pertimbangan yang matang dan memiliki tujuan yang baik.

Dalam dunia perkuliahan, prokrastinasi lebih sering disebut sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang banyak dialami oleh kalangan mahasiswa (Gaberawad & Mohamed, 2025). Winarso (2023) mengemukakan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku individu yang cenderung untuk menunda dalam memulai atau menyelesaikan tugas akademik. Artinya, individu yang melakukan prokrastinasi akademik akan mengalami kendala dalam mencapai tujuan akademiknya karena mereka cenderung menunda-nunda tugas, yang dapat mengakibatkan kurangnya waktu untuk menyelesaikan tugas dengan baik.

Dalam konteks akademik, penundaan yang dilakukan mahasiswa lebih sering mengarah pada bentuk *disfunctional procrastination*. Penundaan disfungsional yang terjadi umumnya tidak dilandasi oleh tujuan yang jelas, melainkan muncul sebagai bentuk penghindaran terhadap tugas yang dianggap sulit atau membosankan. Fenomena ini dapat dilihat dari kebiasaan mahasiswa dalam menunda pengerjaan tugas kuliah, belajar untuk ujian, maupun menyelesaikan skripsi. Beberapa mahasiswa mengaku bahwa mereka menyadari pentingnya menyelesaikan tugas tepat waktu, namun mereka tetap menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas akhir bahkan terkadang mengerjakan tugas ketika dosen sedang mengajar di kelas. Temuan dari penelitian yang dilakukan Khoirunnisa dkk. (2021), mendukung pernyataan tersebut, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa jenjang akhir di sebuah institusi pendidikan tinggi negeri di Surabaya yang sedang mengerjakan skripsi melakukan prokrastinasi akademik selama menyelesaikan tugas akhir. Sejalan dengan itu, hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Yulia & Armiami (2025) juga menunjukkan hal yang serupa, yakni tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa FEB Universitas Negeri Padang dalam proses menyelesaikan tanggung jawab perkuliahan tergolong tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik telah menjadi kebiasaan umum yang terjadi dalam lingkungan akademik.

Prokrastinasi akademik perlu diteliti secara mendalam karena dampaknya yang cukup luas terhadap kehidupan akademik mahasiswa. Hariyati (2019) dalam bukunya menyebutkan bahwa dampak prokrastinasi akademik yaitu, menurunkan etos kerja, memicu stres dan kecemasan, melemahkan motivasi, serta berdampak

pada hasil belajar. Di sisi lain menurut penelitian yang dilakukan Fauziyah (2023), ditemukan bahwa prokrastinasi akademik berdampak pada keterlambatan pengumpulan tugas, ketimpangan waktu antara kinerja aktual dengan kegiatan lain yang menyenangkan, menurunnya prestasi akademik, tingkat ketidakhadiran yang tinggi, meningkatkan rasa malas dan putus sekolah. Jika prokrastinasi akademik berlangsung secara terus-menerus, hal ini dapat mengganggu kesehatan mental, proses perkuliahan, dan prestasi akademik mahasiswa. Mengingat pentingnya pencapaian akademik bagi masa depan mahasiswa, maka pemahaman terhadap faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik menjadi sangat penting untuk dilakukan.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan prokrastinasi akademik menurut Nabila (2023), yaitu faktor internal seperti *self-efficacy*, kontrol diri dan regulasi diri, motivasi, serta kemalasan, sedangkan faktor eksternal, mencakup distraksi dari lingkungan, tingkat kesulitan tugas, waktu pengumpulan tugas, budaya akademik, dan kesibukan di luar kegiatan kampus. Adapun faktor lain yang dapat memengaruhi prokrastinasi akademik yaitu bermain *game online*. Hal ini didukung oleh penelitian Putri dkk. (2024), yang mengatakan bahwa bermain *game online* dapat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Menurut Romadlan & Wahdiyati (2021), *game online* merupakan jenis permainan komputer yang bergantung pada jaringan, seperti internet atau teknologi serupa, dengan dukungan perangkat modern seperti modem dan koneksi kabel. Daheri dkk. (2023) mengatakan bahwa *game online* dapat dimainkan melalui komputer, laptop, tablet, atau smartphone yang terhubung dengan jaringan internet. *Game online* memungkinkan para pemain untuk berinteraksi, bekerja sama, ataupun bersaing dengan pemain lain dari berbagai lokasi secara real-time. Hal ini membuat para pemain merasa seolah-olah terlibat dalam sebuah dunia virtual yang hidup, dimana mereka dapat membangun koneksi sosial dan emosional di dalam game seperti berinteraksi di dunia nyata.

Beberapa mahasiswa mengaku bahwa mereka memainkan *game online* karena hobi. Sejalan dengan itu, Rompas dkk. (2023) juga mengatakan bahwa saat ini *game online* telah menjadi bagian dari gaya hidup kekinian bagi kalangan anak-

anak muda khususnya mahasiswa. Pada hakikatnya, mahasiswa yang bermain *game online* memiliki tujuan untuk menghilangkan penat setelah menjalani aktivitas perkuliahan seharian (Lestari & Mantasa, 2017). Namun, faktanya banyak mahasiswa yang justru mengalokasikan waktu berlebihan hanya untuk bermain *game online*, sehingga melampaui tujuan awal yang mana sebagai sarana relaksasi. Fenomena ini didukung oleh temuan dari penelitian Sandya & Ramadhani (2021), yang mengatakan bahwa sebagian besar mahasiswa FISIP Universitas Mulawarman angkatan 2013–2014 yang sedang mengerjakan skripsi sekaligus memiliki kebiasaan bermain *game online*, memiliki intensitas bermain *game online* yang tinggi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri dkk. (2024), menemukan bahwa sebagian besar (65,1%) mahasiswa Teknik Informatika Universitas Muhammadiyah Ponorogo angkatan 2022 sering dan suka bermain *game online*. Lebih lanjut, ketika berada di kampus, beberapa mahasiswa sering membahas *game online* dengan teman-temannya, mereka juga kerap kali terlambat mengumpulkan tugas, yang disebabkan karena mereka cenderung lebih menyukai bermain atau alasan kurang pemahaman terhadap soal yang diberikan oleh dosen.

Seiring dengan berkembangnya zaman dan kemajuan teknologi digital, *game online* mengalami pertumbuhan yang pesat, ditandai dengan kemunculan berbagai jenis *game* baru yang lebih menarik. Purnamasari & Sabrina (2020), menjelaskan bahwa *game online* hadir dalam berbagai jenis meliputi *massively multiplayer online first-person shooter* (MMOFPS), *massively multiplayer online real-time strategy* (MMORTS), *massively multiplayer online role-playing game* (MMORPG), *cross-platform online play*, *massively multiplayer online browser game*, *simulation games*, dan *massively multiplayer online games* (MMOG). Keberagaman jenis *game* ini membuat mahasiswa memiliki banyak pilihan hiburan yang selaras dengan ketertarikan dan pilihan masing-masing, sehingga meningkatkan daya tarik dan keterlibatan mereka dalam bermain.

Berdasarkan hasil survei APJII (2024), *game online* yang paling sering dimainkan di Indonesia adalah *Mobile Legends*. Menurut Sari dkk. (2023), *game Mobile Legends Bang Bang* (MLBB) termasuk dalam *endless game*, yaitu *game online* yang dirancang untuk terus memberikan misi secara berkesinambungan dari satu level ke level berikutnya. *Game online* dengan kategori *endless game*

membuat pemain cenderung terus terlibat dalam *game* tanpa batas waktu yang jelas. Hal ini disebabkan oleh sistem permainan yang dirancang untuk selalu memberikan tantangan baru setelah misi sebelumnya berhasil diselesaikan. Ketidakadaan titik akhir dalam permainan ini seringkali membuat pemain terjebak dalam siklus bermain yang berkepanjangan, tanpa menyadari waktu yang telah terbuang. Dalam dunia perkuliahan, hal ini dapat mengakibatkan mahasiswa kekurangan waktu untuk menyelesaikan tugas-tugas mereka, yang pada akhirnya mendorong munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Beberapa penelitian terdahulu mengatakan bahwa intensitas bermain *game online* berkontribusi terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik. Mahasiswa yang mengalokasikan waktu secara berlebihan untuk bermain *game* cenderung mengabaikan tugas akademiknya. Pernyataan ini diperkuat oleh temuan Sandya & Ramadhani (2021), yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Mahasiswa dengan intensitas bermain *game online* tinggi cenderung menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. Sebaliknya, semakin rendah intensitas bermain *game online*, maka semakin rendah pula tingkat kecenderungan mahasiswa untuk menunda tugas-tugas akademik. Temuan ini memperkuat anggapan bahwa aktivitas bermain *game* yang dilakukan secara berlebihan dapat mengalihkan fokus dan menghabiskan waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tanggung jawab akademik.

Mahasiswa yang menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* maka tidak akan memiliki waktu untuk mengerjakan tugas akademiknya yang kemudian melakukan prokrastinasi akademik. Namun, tidak semua mahasiswa dengan intensitas bermain *game online* tinggi melakukan prokrastinasi akademik. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh Rahdadella & Latifah (2020) mendukung pernyataan tersebut. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar setengah dari mahasiswa tercatat memiliki frekuensi bermain *game online* yang sangat tinggi, namun mayoritas dari mereka justru menunjukkan prokrastinasi akademik yang tergolong rendah. Dengan demikian, meskipun banyak mahasiswa yang memiliki kebiasaan bermain *game online* dalam intensitas tinggi, hal tersebut tidak serta-merta membuat mereka melakukan prokrastinasi akademik. Sementara itu,

temuan dari penelitian Nurhidayat (2021) ditemukan bahwa intensitas bermain *game online* berpengaruh secara negatif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, dengan tingkat stres sebagai variabel moderator dalam hubungan tersebut. Studi ini membuktikan bahwa tingkat stres berfungsi sebagai variabel moderator yang mampu meningkatkan maupun mengurangi pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Dari penelitian Nurhidayat, dapat disimpulkan bahwa terdapat faktor lain yang berperan penting dalam memperkuat atau memperlemah pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik, yaitu tingkat stres.

Selain tingkat stres, terdapat faktor lain yang berpotensi memainkan peran penting dalam memperkuat atau memperlemah pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik, yaitu motivasi belajar. Menurut Fernando dkk. (2024), motivasi belajar adalah kunci utama dalam menentukan keberhasilan peserta didik, dimana semangat dan keinginan untuk belajar mendorong mereka dalam meraih pencapaian akademik yang optimal. Dengan kata lain, mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung menempatkan tanggung jawab akademik sebagai prioritas utama, sehingga besar kemungkinan untuk tidak melakukan prokrastinasi akademik. Sebaliknya, mahasiswa dengan motivasi belajar rendah cenderung kekurangan dorongan untuk menyelesaikan kewajiban akademik, sehingga tidak menempatkan tugas-tugas akademik sebagai prioritas. Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Istiqamah (2024), dimana faktor utama yang menyebabkan prokrastinasi akademik yaitu, motivasi belajar yang rendah, kesulitan mengatur waktu, serta kecenderungan untuk memilih aktivitas yang lebih menyenangkan. Salah satu aktivitas yang sering dianggap lebih menyenangkan dibandingkan belajar adalah bermain *game online*. Hal ini selaras dengan temuan Nawawi dkk. (2021), yang dalam penelitiannya mengatakan bahwa bermain *game online* adalah kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh kesenangan. Selanjutnya, hasil penelitian Husniah dkk. (2025), menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka semakin rendah motivasi belajar mahasiswa. Temuan Husniah memiliki keterkaitan erat dengan hasil penelitian Istiqamah, kedua penelitian tersebut saling melengkapi dalam menjelaskan bagaimana rendahnya motivasi belajar dapat berperan dalam

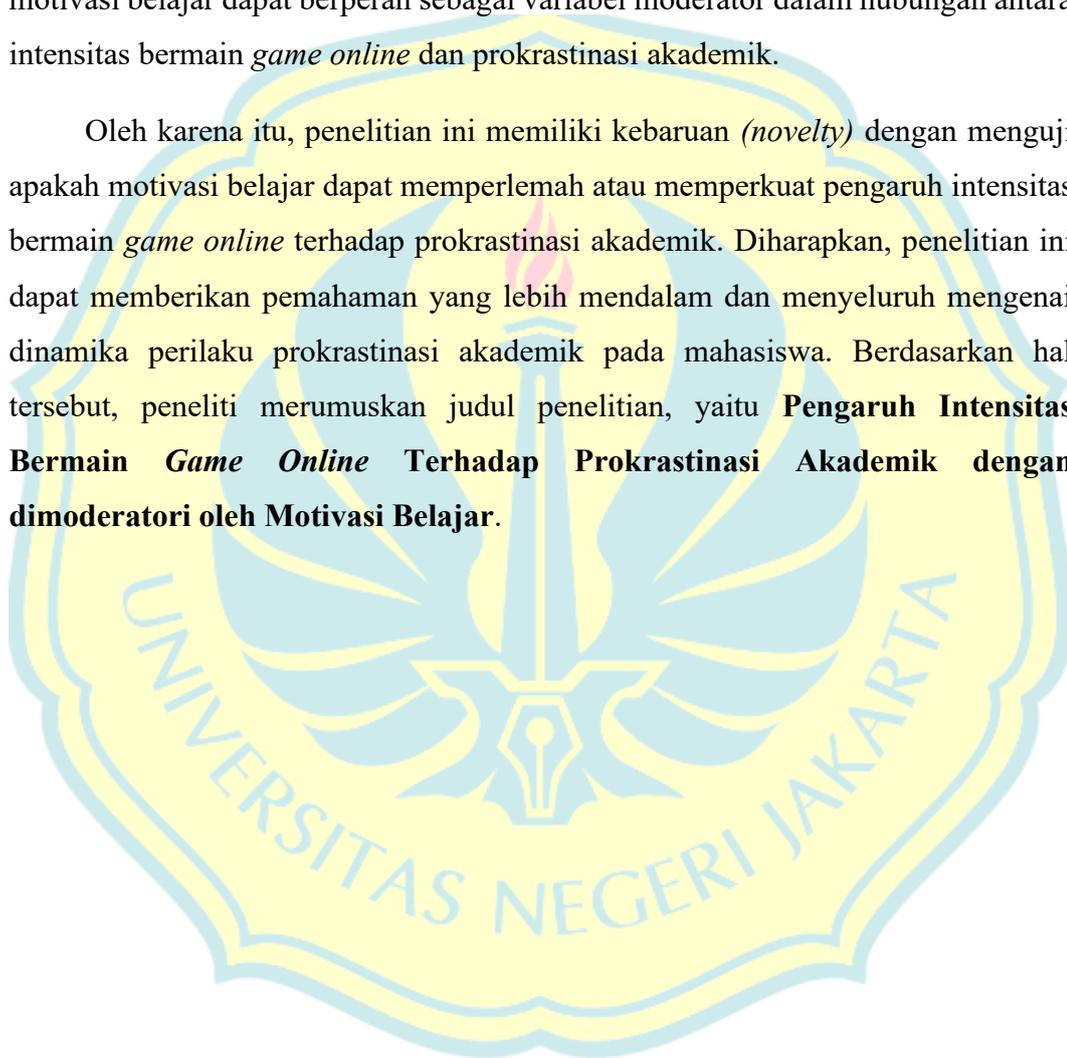
mendorong perilaku prokrastinasi akademik, terutama ketika dikaitkan dengan aktivitas bermain *game online*.

Namun demikian, hasil tersebut berbeda dengan temuan Satria (2022), yang menemukan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara tingkat intensitas bermain *game online Mobile Legends* dan motivasi belajar mahasiswa di Kota Madiun. Artinya semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka semakin tinggi motivasi belajar. Temuan serupa juga disampaikan oleh Asathin (2024), yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara intensitas bermain *game online* terhadap motivasi belajar mahasiswa di Universitas X Jakarta Barat. Dapat disimpulkan bahwa temuan Satria dan Asathin menunjukkan hasil yang kontras dengan temuan Istiqamah dan Husniah. Hasil penelitian Istiqamah menekankan bahwa faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik yaitu rendahnya motivasi belajar, dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, dilanjutkan oleh penelitian Husniah yang mendukung bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka semakin rendah motivasi belajar mahasiswa. Sebaliknya, Satria dan Asathin justru menemukan bahwa intensitas bermain *game online* dapat beriringan dengan meningkatnya motivasi belajar.

Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara bermain *game online* dan motivasi belajar tidak selalu sama, karena dapat dipengaruhi oleh berbagai situasi atau kondisi yang berbeda. Oleh karena itu, dapat diasumsikan bahwa motivasi belajar berpotensi sebagai variabel moderator yang memengaruhi hubungan antara intensitas bermain *game online* dan prokrastinasi akademik. Dengan adanya motivasi belajar yang tinggi, mahasiswa kemungkinan besar mampu menyeimbangkan aktivitas bermain game dengan tanggung jawab akademik, sehingga tidak serta-merta jatuh ke dalam perilaku prokrastinasi. Sebaliknya, tanpa adanya motivasi belajar yang kuat, aktivitas bermain game yang dilakukan secara intensif justru berisiko meningkatkan kecenderungan menunda tugas-tugas akademik. Sayangnya, hingga saat ini belum ada penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi peran motivasi belajar sebagai variabel moderator dalam hubungan antara intensitas bermain *game online* dan prokrastinasi akademik.

Adapun penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Febriyanti (2023), yang berjudul “Pengaruh Motivasi Belajar, *Game online* dan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Selama Pandemi Covid19 (Studi Pada Mahasiswa Aktif Kampus Swasta Di Provinsi DKI Jakarta)” hasilnya menunjukkan bahwa motivasi belajar dan *game online* berpengaruh secara signifikan terhadap prokrastinasi akademik. Namun, penelitian tersebut tidak menganalisis terkait bagaimana motivasi belajar dapat berperan sebagai variabel moderator dalam hubungan antara intensitas bermain *game online* dan prokrastinasi akademik.

Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dengan menguji apakah motivasi belajar dapat memperlemah atau memperkuat pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik. Diharapkan, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh mengenai dinamika perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa. Berdasarkan hal tersebut, peneliti merumuskan judul penelitian, yaitu **Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Prokrastinasi Akademik dengan dimoderatori oleh Motivasi Belajar.**



1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang penelitian yang sudah di jabarkan, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Beberapa mahasiswa menyadari pentingnya menyelesaikan tugas tepat waktu, namun mereka tetap menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas akhir.
2. Beberapa mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik terkadang mengerjakan tugas lain saat dosen sedang mengajar.
3. Beberapa mahasiswa bermain *game online* karena hobi.
4. Beberapa mahasiswa lebih memilih bermain *game online* daripada mengerjakan tugas akademik.
5. Beberapa mahasiswa yang bermain *game online* tidak selalu melakukan prokrastinasi akademik, hal ini dapat dipengaruhi oleh motivasi belajar.

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini, masalah dibatasi pada apakah terdapat pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik dengan dimoderatori motivasi belajar.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik dengan dimoderatori oleh motivasi belajar?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris terkait pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap prokrastinasi akademik dengan dimoderatori oleh motivasi belajar

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

1. Menambah referensi dalam penelitian akademik terkait prokrastinasi akademik, *game online*, dan motivasi belajar.
2. Menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam mengembangkan model intervensi atau strategi perkuliahan untuk mengatasi prokrastinasi akademik akibat bermain *game online*.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Bagi mahasiswa: Membantu mahasiswa mengelola waktu bermain game secara lebih efektif sekaligus menyusun strategi pribadi untuk meningkatkan motivasi belajar guna mengurangi perilaku prokrastinasi.
2. Bagi dosen dan tenaga pendidik: Membantu dalam merancang strategi perkuliahan yang lebih menarik dan dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.
3. Bagi Orang Tua: Membantu orang tua dalam menyusun pola pengawasan dan dukungan terhadap aktivitas bermain game anak, sekaligus menjadi dasar dalam membangun aturan waktu bermain game dan belajar agar menjadi lebih seimbang.
4. Bagi Institusi Pendidikan: Membantu institusi pendidikan merancang program pengembangan diri yang mengajarkan manajemen waktu dan kontrol diri dalam penggunaan teknologi hiburan.