

**PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DAN INTENSITAS
PENGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK SISWA SMK NEGERI 21 JAKARTA**

DECI SABATINI

1709622007



Intelligentia - Dignitas

**Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan Gelar
Sarjana Pendidikan Pada Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri
Jakarta**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN ADMINISTRASI PERKANTORAN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**THE INFLUENCE OF TIME MANAGEMENT AND INTENSITY OF
SOCIAL MEDIA USE ON ACADEMIC PROCRASTINATION OF
STUDENTS AT SMK NEGERI 21 JAKARTA**

DECI SABATINI

1709622007



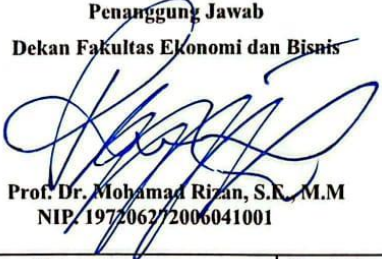
Intelligentia - Dignitas

**This thesis is submitted as one of the requirements for obtaining a Bachelor
of Education degree at the Faculty of Economics and Business, Universitas
Negeri Jakarta**

**OFFICE ADMINISTRATION OF EDUCATION STUDY PROGRAM
FACULTY OF ECONOMICS AND BUSINESS
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI			
Penanggung Jawab Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis  Prof. Dr. Mohamad Rizan, S.K., M.M. NIP. 1972062/2006041001			
No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Darma Rika Swaramarinda, S.Pd., M.SE., Ph.D. NIP. 198303242009122002 (Ketua Sidang)		18/05/2026
2	Dr. Christian Wiradendi Wolor, S.E., M.M. NIP. 199110182019031014 (Penguji 1)		21/05/2026
3	Mayang Riyantie, S.I.Kom., M.I.Kom. NIP. 198912082024062001 (Penguji 2)		18/05/2026
4	Dewi Nurmalasari, S.Pd., M.M. NIP. 198101142008122002 (Pembimbing 1)		20/05/2026
5	Ferry Setyadi Atmadja, S.Sos., MPA. NIP. 199702102024061001 (Pembimbing 2)		18/05/2026
Nama : Deci Sabatini No. Registrasi : 1709622007 Program Studi : Pendidikan Administrasi Perkantoran Tanggal Lulus : 7 Mei 2026			

Catatan : - diketik dengan huruf times new roman ukuran 12
- dibuat rangkap lima tanda tangan asli dengan bolpoint warna biru

LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN
TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
FAKULTAS EKONOMI
Kampus Universitas Negeri Jakarta, Gedung M, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220
Telepon (021) 4721227, Fax: (021) 4706285, Surat Elektronik: fe@unj.ac.id
Laman: fe.unj.ac.id

SURAT PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI

Kami, yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dewi Nurmalasari, S.Pd., M.M
NIP/NIDK : 198101142008122002
Bertindak sebagai : Dosen Pembimbing I

Nama : Ferry Setyadi Atmadja, S.Sos., MPA
NIP/NIDK : 199702102024061001
Bertindak sebagai : Dosen Pembimbing II

Memberikan persetujuan kepada mahasiswa di bawah ini:

Nama : Deci Sabatini
No. Registrasi : 1709622007
Program Studi : Pendidikan Administrasi Perkantoran
Judul Skripsi : Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 21 Jakarta

untuk mengikuti Sidang Skripsi.

Jakarta, 9 April 2026

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II

Dewi Nurmalasari, S.Pd., M.M
NIP/NIDK. 198101142008122002

Ferry Setyadi Atmadja, S.Sos., MPA
NIP/NIDK. 199702102024061001

Mengetahui,
Koord. Program Studi Pendidikan
Administrasi Perkantoran

Dewi Nurmalasari, S.Pd., M.M
NIP. 198101142008122002

Keterangan:

1. Formulir harus diketik
2. Tanda tangan harus asli

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Deci Sabatini

NIM : 1709622007

Program Studi : Pendidikan Administrasi Perkantoran

Fakultas : Ekonomi dan Bisnis

Dengan ini menyatakan, bahwa skripsi yang telah saya susun dan teliti dengan judul **“Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 21 Jakarta”** adalah benar merupakan karya tulis ilmiah yang saya buat sendiri dan dalam proses penyusunan saya tidak melakukan tindakan plagiat dalam proses penyusunan. Skripsi ini belum pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain. Seluruh sumber referensi yang digunakan dalam penyusunan skripsi ini telah dicantumkan pada daftar pustaka sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh dan apabila dikemudian hari ditemukan adanya penyimpangan, maka saya bersedia menerima sanksi akademik yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 13 Mei 2026

Yang membuat pernyataan,

A red official stamp from the Indonesian Ministry of Education, Culture, and Higher Education (Kemendikbudristek) is visible. The stamp contains the text 'KEMENDIKBUDRISTEK', 'MEYANAL TEMPEL', and 'DB 45ANX404180247'. A handwritten signature in black ink is written over the stamp.

Deci Sabatini

NIM. 1709622007

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Deci Sabatini

NIM : 1709622007

Fakultas/Prodi : Ekonomi dan Bisnis/Pendidikan Administrasi Perkantoran

Alamat email : decisabatini20@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (... ..)

yang berjudul:

“Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 21 Jakarta”

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 13 Mei 2026

Penulis

(Deci Sabatini)

ABSTRAK

Deci Sabatini, 1709622007, Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMK Negeri 21 Jakarta, Skripsi, Jakarta: Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta, 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh manajemen waktu dan intensitas penggunaan media sosial terhadap prokrastinasi akademik siswa SMK Negeri 21 Jakarta. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih tingginya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, yang ditunjukkan melalui kebiasaan menunda pengerjaan tugas, kurangnya kemampuan dalam menentukan prioritas, serta tingginya intensitas penggunaan media sosial yang berpotensi mengganggu proses belajar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMK Negeri 21 Jakarta, dengan jumlah sampel sebanyak 186 responden yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji instrumen, uji asumsi klasik, uji hipotesis serta analisis regresi linear berganda dengan bantuan program JASP versi 0.96.0. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai t hitung sebesar -8.940 dan signifikansi < 0.001 . Intensitas penggunaan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai t hitung sebesar 2.793 dan signifikansi 0.006. Secara simultan, manajemen waktu dan intensitas penggunaan media sosial berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik dengan nilai F hitung sebesar 50.03 $> F$ tabel 3.05 dan signifikansi < 0.001 . Nilai *Adjusted R Square* sebesar 0.346 menunjukkan bahwa manajemen waktu dan intensitas penggunaan media sosial secara bersama-sama mampu menjelaskan 34.6% variasi prokrastinasi akademik, sedangkan sisanya sebesar 65.4% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa semakin baik manajemen waktu siswa, maka semakin rendah prokrastinasi akademik, sedangkan semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik. Oleh karena itu, kemampuan mengatur waktu dan pengendalian penggunaan media sosial menjadi faktor penting dalam menekan perilaku prokrastinasi akademik siswa.

Kata Kunci: intensitas penggunaan media sosial, manajemen waktu, media sosial, prokrastinasi akademik, siswa SMK

ABSTRACT

Deci Sabatini, 1709622007, The Influence of Time Management and Intensity of Social Media Use on Academic Procrastination of Students at SMK Negeri 21 Jakarta, Thesis, Jakarta: Faculty of Economics and Business, Universitas Negeri Jakarta, 2026.

This study aims to determine the influence of time management and social media usage intensity on academic procrastination among students of SMK Negeri 21 Jakarta. This research is motivated by the high level of academic procrastination among students, indicated by the habit of delaying assignments, difficulty in determining priorities, and the high intensity of social media usage that potentially interferes with the learning process. This study used a quantitative approach with a survey method. The population consisted of grade X and XI students of SMK Negeri 21 Jakarta, with a total sample of 186 respondents selected using purposive sampling technique. Data were collected through questionnaires. The data analysis techniques included instrument testing, classical assumption tests, hypothesis testing, and multiple linear regression analysis using JASP version 0.96.0. The results showed that time management had a negative and significant effect on academic procrastination with a t-value of -8.940 and a significance value of < 0.001 . Social media usage intensity had a positive and significant effect on academic procrastination with a t-value of 2.793 and a significance value of 0.006. Simultaneously, time management and social media usage intensity significantly affected academic procrastination with an F-value of 50.03 $>$ F-table 3.05 and a significance value of < 0.001 . The Adjusted R Square value of 0.346 indicates that both variables explained 34.6% of the variation in academic procrastination, while the remaining 65.4% was influenced by other factors outside this study. It can be concluded that better time management reduces academic procrastination, while higher social media usage intensity increases academic procrastination among students.

Keywords: *academic procrastination, social media, social media usage intensity, students, time management*

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. Segala puji dan syukur tak lupa peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena sudah melimpahkan Rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat melaksanakan dan menyelesaikan Skripsi. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan mata kuliah Skripsi, serta salah satu persyaratan akademik untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Program Studi S1 Pendidikan Administrasi Perkantoran, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa selama penyusunan masih terdapat kendala yang dilalui dan terdapat banyak kekurangan dalam Skripsi ini. Sehingga praktikan ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan laporan ini. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mohammad Rizan, SE., M.M., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Dewi Nurmalasari, S.Pd., M.M., selaku Koordinator Program Studi S1 Pendidikan Administrasi Perkantoran, sekaligus Dosen Pembimbing I Skripsi yang telah membimbing dan memberikan arahan, serta saran selama proses penyusunan Skripsi.
3. Bapak Ferry Setyadi Atmadja, S.Sos., MPA., selaku Dosen Pembimbing II Skripsi yang telah membantu dan memberikan arahan, serta saran selama proses penyusunan Skripsi.
4. Ibu Tuti Masrihani, S.Pd., M.M., selaku Kepala Sekolah SMK Negeri 21 Jakarta, yang telah menerima peneliti dengan baik.
5. Ibu Rahayu Wahyuningsih, S.Pd., selaku Kepala Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis SMK Negeri 21 Jakarta, yang telah menerima dan membantu peneliti selama pengumpulan data.
6. Seluruh responden, siswa-siswi SMK Negeri 21 Jakarta yang telah bersedia meluangkan waktu dan terlibat dalam penelitian ini.

7. Kedua Orang Tua peneliti yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada peneliti, selama proses perkuliahan.
8. Dini Auliya dan Qori Nazzila, selaku kedua kakak perempuan peneliti yang selalu mendoakan, memberikan dukungan baik moril dan materil selama peneliti duduk di bangku perkuliahan sampai penyusunan Skripsi ini.
9. Diah Ayu Lestari, Herliana Herfine, Nurul Soliha, dan Putri Khairun Nisa, selaku teman-teman kelompok PKM dan teman seperjuangan menempuh penyusunan Skripsi yang selalu membantu, mendukung, dan selalu menguatkan satu sama lain.
10. Diah Ayu Lestari, Isma Syifa'a Natasya, dan Emilia Putri, selaku teman-teman dekat peneliti selama menempuh jenjang perkuliahan yang selalu membantu disaat kesulitan, memberikan dukungan moril dan momen-momen yang tidak terlupakan, serta selalu menghargai satu sama lain.
11. Gezia, Vania, Bunga, Dinda, Sherli, Afina, Amanda, Caroline, Nida, dan Dara selaku teman-teman terdekat peneliti sedari masa sekolah yang selalu memberikan dukungan moril dan selalu mendampingi peneliti.

Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak. Peneliti menyadari bahwa Skripsi ini masih banyak kekurangan dan tidak luput dari kesalahan, sehingga sangat dibutuhkan saran dan masukan untuk penyempurnaan Skripsi ini. Dengan kerendahan hati peneliti, peneliti terbuka dalam menerima masukan dan saran dari berbagai pihak di masa mendatang untuk memperbaiki kekurangan.

Jakarta, Januari 2026



Deci Sabatini

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	iv
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
LEMBAR PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	11
1.3 Tujuan Penelitian.....	12
1.4 Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	14
2.1 <i>Grand Theory</i>	14

2.2	<i>Middle Theory</i>	17
2.3	<i>Applied Theory</i>	19
2.3.1	Prokrastinasi Akademik	19
2.3.2	Manajemen Waktu.....	24
2.3.3	Intensitas Penggunaan Media Sosial.....	30
2.4	Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	33
2.5	Kerangka Teoretik	38
2.5.1	Pengaruh Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik ..	38
2.5.2	Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik	40
2.5.3	Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik.....	42
2.6	Kerangka Berpikir.....	44
2.7	Hipotesis Penelitian.....	45
BAB III METODE PENELITIAN		46
3.1	Waktu dan Tempat Penelitian.....	46
3.1.1	Waktu Penelitian	46
3.1.2	Tempat Penelitian.....	46
3.2	Desain Penelitian.....	47
3.2.1	Pendekatan Penelitian	47

3.2.2	Metode Penelitian.....	48
3.3	Populasi dan Sampel	50
3.3.1	Populasi.....	50
3.3.2	Sampel.....	51
3.4	Pengembangan Instrumen	54
3.4.1	Prokrastinasi Akademik (Y).....	54
3.4.2	Manajemen Waktu (X1).....	55
3.4.3	Intensitas Penggunaan Media Sosial (X2)	56
3.5	Teknik Pengumpulan Data	57
3.5.1	Data Primer	57
3.5.2	Data Sekunder	59
3.6	Teknik Analisis Data	60
3.6.1	Analisis Deskriptif	61
3.6.2	Uji Instrumen	61
3.6.3	Uji Asumsi Klasik.....	64
3.6.4	Uji Hipotesis	66
3.6.5	Analisis Regresi Linear Berganda.....	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		70
4.1	Deskripsi Data Penelitian.....	70
4.1.1	Profil Responden.....	70

4.1.2	Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	73
4.1.3	Deskripsi Variabel Penelitian	75
4.2	Uji Instrumen	78
4.2.1	Uji Validitas.....	78
4.2.2	Uji Reliabilitas	82
4.3	Uji Asumsi Klasik	82
4.3.1	Uji Normalitas.....	82
4.3.2	Uji Multikolinearitas	84
4.3.3	Uji Heteroskedastisitas.....	84
4.4	Analisis Regresi Linear Berganda.....	86
4.5	Uji Hipotesis	87
4.5.1	Uji Parsial (Uji t).....	87
4.5.2	Uji Simultan (Uji F).....	89
4.5.3	Koefisien Determinasi.....	90
4.6	Pembahasan.....	91
4.6.1	Pembahasan Hipotesis H1.....	91
4.6.2	Pembahasan Hipotesis H2.....	98
4.6.3	Pembahasan Hipotesis H3.....	104
BAB V PENUTUP		111
5.1	Kesimpulan	111

5.2	Implikasi.....	112
5.2.1	Implikasi Teoretis.....	112
5.2.2	Implikasi Praktis	115
5.3	Keterbatasan Penelitian.....	119
5.4	Rekomendasi Penelitian Selanjutnya	120
DAFTAR PUSTAKA.....		122
LAMPIRAN.....		132

