

Hubungan antara Adiksi *Game Online* dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMK X

The Relationship between Online Game Addiction and Academic Procrastination in High School Students X

Zahiroh Tsabita*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: zahiroh.21148@mhs.unesa.ac.id

Damajanti Kusuma Dewi

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

Email: damajantikusuma@unesa.ac.id

Abstrak

Adiksi *game online* merupakan suatu kondisi di mana individu secara berlebihan dan terus-menerus bermain *game online*. Keterlibatan yang intens dalam bermain *game* dapat menyebabkan individu mengabaikan berbagai aktivitas penting lainnya, termasuk kewajiban akademik. Kondisi ini berpotensi menimbulkan perilaku menunda penyelesaian tugas akademik atau dapat disebut dengan prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner berupa *Google Form*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK kelas X dan XI, dengan jumlah total 308 responden. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasional dengan uji *Pearson Product Moment* menggunakan perangkat lunak SPSS 22 for Windows. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,602 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,00. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan dengan tingkat kekuatan sedang antara adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik pada siswa SMK.

Kata kunci : Prokrastinasi akademik; Adiksi *Game Online*; *Game Online*

Abstract

Online game addiction is a condition in which an individual engages excessively and continuously in online gaming. Intense involvement in gaming activities can lead individuals to neglect various other important responsibilities, including academic obligations. This condition has the potential to result in the postponement of academic task completion, a behavior commonly referred to as academic procrastination. This study aims to examine the relationship between online game addiction and academic procrastination among high school (SMK) students. The research employed a quantitative approach with data collection conducted through a questionnaire distributed via Google Forms. The population in this study consisted of 308 students from 10th and 11th grades. The data were analyzed using correlational analysis with the Pearson Product Moment correlation test, assisted by SPSS version 22 for Windows. The results of the analysis showed a correlation coefficient (r) of 0.602 with a significance value (p) of 0.00. These findings indicate a significant positive relationship of moderate strength between online game addiction and academic procrastination among vocational high school students.

Keywords : Academic Procrastination; Online Game Addiction; Online Game

Article History	*corresponding author
Submitted : 26-06-2025 Final Revised : 01-07-2025 Accepted : 14-07-2025	<i>This is an open access article under the CC-BY-SA license</i> <i>Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i>

Teknologi saat ini bermanfaat untuk memudahkan dalam sarana komunikasi jarak jauh, hiburan dan menjadi media edukasi (Putri et al., 2023). Di sisi lain penggunaan teknologi yang tidak efektif juga berdampak pada perilaku akademik, salah satunya adalah fenomena prokrastinasi akademik (Alajaili & Barella, 2023). Penggunaan teknologi yang tidak efektif membuat siswa merasa tugas menjadi beban bagi mereka dan banyak di antara mereka yang merasa bosan dan lelah. Rasa bosan dan lelah mengakibatkan siswa menjauhi tugas-tugas yang harus diselesaikan dan cenderung untuk menunda serta mengulur-ulur waktu dalam memulai, mengerjakan, hingga menuntaskan tugas tersebut. Sikap tersebut dinamakan sebagai sikap prokrastinasi akademik (Dwisyahputra et al., 2021)

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk menunda pengerjaan atau penyelesaian tugas-tugas yang berkaitan dengan kegiatan akademik secara sukarela, meskipun individu menyadari bahwa tindakan tersebut dapat berdampak negatif di masa depan (Mujirohmayati & Khoirunnisa, 2020). Solomon & Rothblum (1984) mendefinisikan prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda dalam memulai maupun menyelesaikan tugas-tugas maupun pekerjaan secara menyeluruh dengan mengalihkan fokus pada aktivitas yang tidak produktif, sehingga menghambat kinerja, menyebabkan tugas tidak selesai tepat waktu, serta sering terlambat. Menurut Ferari (dalam Wahyuningsih et al., 2021), prokrastinasi akademik merupakan kebiasaan menunda pekerjaan atau aktivitas yang seharusnya diselesaikan.

Fenomena ini banyak ditemukan di kalangan siswa hingga mahasiswa, karena kebiasaan menunda tugas dapat memicu stres serta berdampak pada gangguan psikologis. Individu yang sering menunda pekerjaan cenderung menghadapi tenggat waktu yang ketat, yang pada akhirnya dapat menyebabkan tekanan mental (Soleh et al., 2022). Prokrastinasi akademik berdampak juga pada aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Secara kognitif, individu terus memikirkan tugas yang tertunda dan menilai diri secara negatif. Pada ranah afektif, muncul perasaan cemas, gelisah, menyesal, takut, stres, panik, serta suasana hati yang murung. Secara perilaku, terlihat dalam bentuk malas mengerjakan tugas, terlambat masuk kelas, terlambat mengumpulkan tugas, dan terburu-buru saat menyelesaikan pekerjaan (Sari & Lestari, 2023).

Prokrastinasi akademik juga dapat terjadi akibat kesulitan belajar yang dialami oleh siswa dan mahasiswa. Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kesulitan belajar antara lain kurangnya kemampuan dalam mengatur waktu antara belajar dan kegiatan organisasi, kesulitan dalam memahami sejumlah mata pelajaran di sekolah, serta kebiasaan menunda penyelesaian tugas dengan mencari hiburan seperti bermain *game* (Astuti, 2021).

Penelitian yang dilakukan di Amerika Utara menunjukkan bahwa sekitar 70% peserta didik mengalami kecenderungan untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Di Indonesia, siswa dengan tingkat prokrastinasi akademik termasuk dalam kategori tinggi

Kebiasaan menunda tugas akademik ini sudah berlangsung sejak lama, bahkan sebelum pandemi COVID-19, dan semakin meningkat seiring berjalannya waktu (Kartikasari et al., 2022).

Saat ini teknologi sangat dibutuhkan dan terus mengalami perkembangan yang pesat, termasuk dalam bidang komunikasi, informasi dan pendidikan dengan hadirnya teknologi digital dan jaringan internet (Pramesti et al., 2023). Hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa tingkat presentase internet di Indonesia pada periode 2022–2023 mencapai 215,63 juta pengguna. Jumlah ini mengalami peningkatan sebesar 2,67% dibandingkan tahun sebelumnya, yang mencatatkan 210,03 juta pengguna salah satunya untuk bermain *game* (Jannah & Setiyowati, 2024).

Game merupakan media hiburan yang memberikan kemudahan dalam mengakses berbagai fitur digital, salah satunya adalah *game online* (Pramesti et al., 2023). Pada tahun 2022, jumlah pemain *game* di Indonesia tercatat sebanyak 185 juta orang, dengan 86% di antaranya lebih memilih bermain *game*. Persentase pengguna yang aktif dalam video *game* mencapai 96,5%, menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah penggemar *game online* terbanyak di dunia (Lestari & Dewi, 2024).

Game online dapat memberikan dampak positif dan negatif (Rusminah et al., 2024). Dampak positifnya adalah dapat mengurangi stres dan meningkatkan interaksi sosial jika dimainkan secara wajar, sedangkan dampak negatifnya adalah dapat menyebabkan kecanduan karena sistem level dalam permainan yang mendorong pemain untuk terus bermain hingga mengalami adiksi *game online* (Mais et al., 2020).

Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5) menjelaskan adiksi *game* yaitu penggunaan internet secara berkelanjutan, khususnya dalam aktivitas bermain *game online* secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan atau tekanan psikologis yang signifikan secara klinis, disebut sebagai *Internet Gaming Disorder* atau adiksi *game online* (Rusminah et al., 2024). Lemmens mengartikan adiksi *game online* sebagai ketidakmampuan dalam mengendalikan perilaku bermain *game online* secara berlebihan dan berulang (Radandi et al., 2023).

(Surbakti et al., 2022) melakukan survei bahwa hampir sepertiga remaja bermain *game online* setiap hari. Sekitar 7% di antaranya menghabiskan setidaknya 30 jam per minggu untuk bermain. Menurut Lemmens dkk (2009) batas minimal waktu bermain *game online* yang dapat dikategorikan sebagai kecanduan adalah 10,5 jam per minggu. Rata-rata pemain *game online* di Indonesia telah mencapai durasi bermain yang termasuk dalam kategori kecanduan.

Di Indonesia, kalangan yang banyak mengalami adiksi *game online* adalah remaja sebesar 77,5% atau 887.003 jumlah penggunaan *game online* remaja putra dan remaja putri 22,5% atau 241.989 (Wiyono & Ellisiya, 2024). Remaja cenderung bermain *game* karena merasa terdorong oleh tantangan serta ingin menjalin pertemanan guna membentuk sebuah tim demi meraih kemenangan. Pelaku bermula dari bermain secara bersamaan serta memanfaatkan berbagai fitur yang disediakan dalam permainan tersebut (Zendrato & Harefa, 2020).

Masa remaja adalah periode transisi dari kanak-kanak menuju kedewasaan yang ditandai dengan ketidakstabilan perilaku, mudah terpengaruh, serta kesulitan dalam mengendalikan emosi dan diri. Pada tahap ini, individu mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan secara biologis, psikologis, dan sosial (Pramesti et al., 2023). Masa Remaja berada dalam rentang usia 12-21 tahun. Masa remaja saat Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan tahap awal remaja yang berada dalam proses pencarian identitas diri. Pada fase ini, mereka cenderung mencoba berbagai aktivitas yang menyenangkan. Periode ini sering dipahami sebagai masa transisi menuju kedewasaan, yang ditandai dengan perilaku tertentu,

termasuk kecenderungan sulit untuk diatur. Masa remaja kerap menghadapi berbagai persoalan meliputi krisis kepercayaan diri, pertemanan, hubungan asmara, dan kendala dalam belajar (Astuti, 2021).

Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap salah satu guru menyatakan bahwa banyak siswa yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Siswa berasal karena bermain *game* dengan teman-teman di warung kopi dan ada yang sedang bekerja paruh waktu, sehingga mereka menunda mengerjakan tugas hingga meninggalkannya. Peneliti juga melakukan survei terhadap siswa kelas 10 SMK X, dari 30 siswa, sebanyak 22 siswa mengaku bermain game online setidaknya 10,5 jam setiap minggunya, sementara sisanya mengaku tidak bermain game. Tingginya intensitas bermain *game online* ini berpotensi menyebabkan kecanduan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif terhadap perilaku akademik siswa. Salah satu dampak yang sering terjadi adalah prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan untuk menunda tugas atau kewajiban akademik karena lebih memilih untuk menghabiskan waktu bermain game (Baskara & Zainuddin, 2023).

Penelitian terdahulu menemukan adanya hubungan positif signifikan antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik kepada responden Kelas X IPS di SMA 1 Mataraman (Putri et al., 2023). Hasil penelitian lain menemukan jika bermain game online secara berlebihan menjadi penyebab prokrastinasi akademik pada 85 mahasiswa (Sakina et al., 2022). Berdasarkan penelitian terdahulu, terdapat bukti yang menunjukkan adanya hubungan antara adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik. Penelitian mengenai topik ini masih terbatas, terutama di lingkungan sekolah kejuruan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis lebih lanjut hubungan antara adiksi game online dan prokrastinasi akademik pada siswa SMK X, guna memberikan wawasan yang lebih mendalam terkait fenomena ini serta implikasinya dalam dunia pendidikan.

Metode

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Menurut Sugiyono (2013), metode penelitian kuantitatif berlandaskan filsafat positivisme dan digunakan untuk mengkaji populasi serta sampel tertentu. Dalam prosesnya, data dikumpulkan melalui instrumen penelitian kemudian dianalisis menggunakan teknik statistik guna menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pada penelitian ini, metode kuantitatif korelasional digunakan untuk meneliti hubungan antara variabel adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik.

Sampel / Populasi

Penelitian ini menggunakan teknik sampel jenuh, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan subjek penelitian (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMK X di Jombang yang berjumlah 418 siswa. Jurusan yang ada di sekolah tersebut di antaranya yaitu Teknik Komputer dan Jaringan (TKJ) serta Akuntansi Keuangan dan Lembaga (AKL). Dari total 418 siswa, sebanyak 308 siswa dijadikan sebagai subjek penelitian dan 110 sebagai subjek uji coba (*try out*).

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner berisi 21 item *Game Addiction Scale* (GAS) milik Lemmens dkk (2009) penjabaran dari 7 aspek yaitu *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, *withdrawal*, *conflict*, dan *problem* dengan uji reliabilitasnya berdasarkan perhitungan Cronbach's alpha 0,889. Peneliti mengadopsi

instrumen ini dari instrumen yang telah dipakai sebelumnya oleh Lestari (Lestari & Dewi, 2024) dan 10 item *Pure Procrastination Scale* (PPS) Svartdal dkk (2020) penjabaran dari 3 aspek yaitu Penundaan keputusan, Penundaan umum dan keterlambatan dengan uji reliabilitasnya berdasarkan perhitungan Cronbach's alpha 0,97. Peneliti mengadopsi instrumen ini dari Khoirunnisa (Khoirunnisa et al., 2019). Kuesioner disebar dalam bentuk *google form*. Skala Likert untuk mengukur variabel psikologis, yang terdiri dari lima kategori jawaban berdasarkan Sugiyono (2013), yaitu STS (sangat tidak setuju), TS (tidak setuju), N (netral), S (setuju), dan SS (sangat setuju).

Analisis Data

Try out skala dilakukan kepada 110 siswa SMK jurusan TKJ dan AKL dengan tujuan mengetahui nilai validitas dan reliabilitas instrumen. Uji validitas mengukur tingkat ketepatan hasil penelitian yang telah dilakukan (Jannah, 2018). Dalam penelitian ini, perhitungan uji validitas dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS dan *Microsoft Office Excel*. Pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai korelasi Pearson terhadap standar validitas, yaitu $r > 0,30$. Jika nilai korelasi Pearson lebih besar dari 0,30, maka item tersebut dianggap valid dan jika nilai korelasi Pearson kurang dari 0,30, maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Uji reliabilitas mengacu pada tingkat kepercayaan terhadap hasil pengukuran suatu instrumen penelitian (Jannah, 2018). Perhitungan reliabilitas instrumen ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Penghitungan uji reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha, di mana suatu instrumen dianggap reliabel jika nilai yang diperoleh sama dengan atau lebih besar dari 0,7.

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap skala adiksi *game online*, seluruh item memiliki nilai koefisien korelasi Pearson (r) lebih dari 0,30, sehingga 21 item dinyatakan valid dan layak digunakan dalam penelitian. Selain itu, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala tersebut memiliki koefisien Cronbach's Alpha sebesar 0,916 yang mengindikasikan tingkat reliabilitas yang tinggi. Sementara itu, skala prokrastinasi akademik juga menunjukkan hasil validitas yang baik, di mana seluruh item memiliki nilai $r > 0,30$. Dengan demikian, sebanyak 10 item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,905, yang menunjukkan bahwa skala tersebut reliabel untuk digunakan dalam penelitian ini.

Selanjutnya dilakukan uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data dalam suatu penelitian berdistribusi normal atau tidak. Metode yang digunakan yaitu *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS yaitu jika nilai $p\text{-value}$ (Sig.) $> 0,05$ yang berarti data normal dan sebaliknya jika $p\text{-value}$ (Sig.) $\leq 0,05$ yang berarti data tidak berdistribusi normal. Peneliti juga melakukan uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel bersifat linear atau tidak. Uji ini penting sebelum melakukan analisis regresi dan korelasi yang mengasumsikan hubungan linear antara variabel yang signifikansi. Jika nilai $p\text{-value} > 0,05$ maka hubungan antar variabel dianggap linear, sebaliknya jika $p\text{-value} \leq 0,05$ berarti hubungan tidak linear. perhitungan ini menggunakan bantuan SPSS.

Uji hipotesis bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel serta mengukur sejauh mana perubahan dalam satu variabel berhubungan dengan perubahan pada variabel lainnya. Teknik analisis uji hipotesis penelitian ini menggunakan Analisis Korelasi *Pearson* (*Product Moment*) dengan menggunakan bantuan SPSS.

Hasil

Uji statistik deskriptif

Tabel 1. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Keterangan	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviasi
Adiksi <i>Game Online</i>	308	21	105	41,99	15,574
Prokrastinasi Akademik		10	50	22,48	8,312

Berdasarkan Tabel 1 tersebut, diketahui bahwa rata-rata skor adiksi *game online* pada subjek adalah sebesar 41,99, sedangkan rata-rata skor prokrastinasi akademik mencapai 22,48. Skor adiksi *game online* tertinggi tercatat sebesar 105 dan skor terendahnya 21. Sementara itu, skor prokrastinasi akademik tertinggi adalah 50 dan skor terendahnya 10. Nilai standar deviasi yang cukup besar pada kedua variabel menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang cukup signifikan antar individu dalam hal kebiasaan bermain game dan menunda tugas.

Selain itu, dilakukan pula pengelompokan skor responden ke dalam tiga kategori tingkat, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel 2. Kategori Tingkat Adiksi *Game Online*

Kategorisasi	Jumlah	Presentase
Tingkat adiksi <i>game online</i> rendah	123	39,9%
Tingkat adiksi <i>game online</i> sedang	166	53,9%
Tingkat adiksi <i>game online</i> tinggi	19	6,2%
Jumlah	308	100%

Berdasarkan data pada Tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar subjek mengalami tingkat adiksi sedang terhadap *game online*, dengan jumlah 166 orang atau 53,9% dari total subjek. Sementara itu, sebanyak 123 orang atau 39,9% menunjukkan tingkat adiksi *game online* rendah, dan hanya 19 orang atau 6,2% yang tergolong memiliki tingkat adiksi *game online* tinggi. Pada hasil tersebut mayoritas siswa memiliki tingkat adiksi *game online* sedang, sedangkan yang mengalami adiksi tinggi tergolong sangat sedikit. Ini menunjukkan bahwa meskipun *game online* cukup berpengaruh, sebagian besar siswa belum berada dalam kategori adiksi berat.

Tabel 3. Kategori Tingkat Prokrastinasi Akademik

Kategorisasi	Jumlah	Presentase
Tingkat prokrastinasi akademik rendah	69	22,4%
Tingkat prokrastinasi akademik sedang	209	67,9%

Tingkat prokrastinasi akademik tinggi	30	9,7%
Jumlah	308	100%

Berdasarkan data pada Tabel 3, diketahui bahwa sebagian besar subjek mengalami tingkat prokrastinasi akademik dengan jumlah 209 orang atau 67,9% dari total subjek. 22,4% atau sebanyak 69 orang menunjukkan tingkat prokrastinasi akademik rendah dan 30 orang atau 9,7% yang tergolong memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi.

Tabel 4. Karakteristik Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Keterangan	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	124	40,3%
Perempuan	184	59,7%
N	308	100%

Data pada Tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian adalah perempuan, sebanyak 184 orang atau 59,7% dari total partisipan. Sementara itu, jumlah subjek laki-laki tercatat sebanyak 124 orang atau setara dengan 40,3% dari keseluruhan subjek atau sebagai subjek minoritas pada penelitian ini.

Pada penelitian ini juga menghitung skor rata-rata adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik berdasarkan usia.

Tabel 5. Rata-rata Skor Adiksi *Game Online* Berdasarkan Usia

Usia	Mean	N
14	45,83	308
15	35,31	
16	38,85	
17	42,17	
18	44,69	

Berdasarkan Tabel 5, diketahui bahwa tingkat adiksi *game online* tertinggi pada subjek penelitian berturut-turut dialami oleh subjek berusia 14 tahun dengan skor rata-rata 45,83; diikuti oleh usia 18 tahun dengan skor rata-rata 44,69; usia 17 tahun dengan skor rata-rata 42,17; usia 16 tahun dengan skor rata-rata 38,85; dan yang terendah adalah subjek berusia 15 tahun dengan skor rata-rata 35,31.

Tabel 6. Rata-rata Skor Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Usia

Usia	Mean	N
14	21,67	308
15	20,77	
16	22,03	
17	22,90	
18	22,59	

Berdasarkan Tabel 6, diketahui bahwa tingkat prokrastinasi akademik tertinggi pada subjek penelitian berturut-turut dialami oleh subjek berusia 17 tahun dengan skor rata-rata 22,90; diikuti oleh usia 18 tahun dengan skor rata-rata 22,59; usia 16 tahun dengan skor rata-rata 22,03; usia 14 tahun dengan skor rata-rata 21,67; dan yang terendah adalah subjek berusia 15 tahun dengan skor rata-rata 20,77.

Uji normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menentukan apakah data dalam suatu penelitian berdistribusi normal atau tidak. Metode yang digunakan yaitu *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan SPSS yaitu jika nilai *p-value* (Sig.) $> 0,05$ yang berarti data normal dan sebaliknya jika *p-value* (Sig.) $\leq 0,05$ yang berarti data tidak berdistribusi normal (Jannah, 2018).

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

	Nilai Signifikansi	Keterangan
Adiksi Game Online* Prokrastinasi Akademik	0,084	Data Berdistribusi Normal

Hasil Uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan metode *Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,084 ($p > 0,05$), yang mengindikasikan bahwa data residual dalam penelitian ini terdistribusi secara normal.

Uji linieritas

Uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara dua variabel. Uji ini penting sebelum melakukan analisis regresi dan korelasi yang mengasumsikan hubungan linear antara variabel yang signifikansi. Jika nilai *p-value* $> 0,05$ berarti terdapat hubungan linier, sebaliknya jika *p-value* $\leq 0,05$ berarti hubungan tidak linearr. perhitungan ini menggunakan bantuan SPSS (Jannah, 2018).

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

	Nilai Signifikansi	Keterangan
Adiksi Game Online* Prokrastinasi Akademik	0,575	Data Linear

Berdasarkan data pada tabel di atas, dapat diketahui bahwa data penelitian ini bersifat linear, ditunjukkan oleh nilai signifikansi *Deviation from Linearity* sebesar 0,575 ($p > 0,05$). Hal ini mengindikasikan adanya hubungan linear antara *Adiksi Game Online* dan *Prokrastinasi Akademik*.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis bertujuan untuk menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dua variabel serta mengukur sejauh mana perubahan dalam satu variabel berhubungan dengan perubahan pada variabel lainnya. Teknik analisis uji hipotesis penelitian ini menggunakan analisis korelasi *pearson* (*product moment*) dengan menggunakan bantuan SPSS (Jannah, 2018).

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis

		Nilai Signifikansi	Keterangan
Adiksi Game Online*	Nilai Signifikansi (p)	0,00	Hubungan positif signifikan
Prokrastinasi Akademik	Koefisien Korelasi (r)	0,602	Hubungan sedang

Tabel 9 tersebut memperlihatkan adanya hubungan positif yang signifikan antara adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,00. Berdasarkan nilai koefisien korelasi, tingkat hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Pada penelitian ini hasilnya H1 diterima karena ditemukan adanya hubungan antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Hal tersebut dibuktikan melalui hasil uji hipotesis dengan menggunakan korelasi pearson (*product moment*) yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00. Nilai tersebut mengindikasikan adanya hubungan positif yang signifikan antara adiksi *game online* terhadap prokrastinasi akademik.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan temuan (Putri et al., 2023) yang menunjukkan adanya hubungan antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik pada siswa. Hubungan positif tersebut menunjukkan adanya hubungan antara dua variabel, di mana semakin tinggi adiksi *game online* maka semakin tinggi juga prokrastinasi akademik pada siswa. Berdasarkan hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,602, artinya adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik memiliki hubungan sedang. Interpretasi ini didasarkan pada pedoman interpretasi koefisien korelasi dari Sugiyono (2013), nilai koefisien korelasi (r) 0,602 menunjukkan bahwa adiksi *game online* memiliki hubungan yang sedang dengan prokrastinasi akademik, artinya siswa yang lebih kecanduan *game* cenderung lebih sering menunda tugas-tugas akademiknya.

Nilai korelasi 0,602 termasuk dalam kategori sedang mendekati kuat antara adiksi *game online* dengan prokrastinasi akademik. Beberapa siswa mungkin memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik, mengalami kejenuhan dalam bermain *game*, atau strategi yang efektif untuk tetap menyelesaikan tugas tepat waktu. Waktu pengambilan data juga dapat mempengaruhi hasil prokrastinasi akademik yang tidak selalu muncul bersamaan dengan adiksi *game online*. Nilai korelasi 0.602 pada adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik yang setara dengan 60%, maka terdapat 40% faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik. Menurut (Jamila, 2020) faktor lain yang mempengaruhi prokrastinasi akademik meliputi: pemahaman tentang tugas, tingkat kesulitan tugas, motivasi diri, manajemen waktu dan kontrol diri.

Berdasarkan hasil yang diperoleh, sebagian besar siswa berada pada kategori tingkat adiksi *game online* sedang yaitu sebesar 53,9% dan tingkat prokrastinasi akademik sedang sebesar 67,9% dari total keseluruhan subjek. Sementara itu, 39,9% subjek berada pada tingkat adiksi *game online* rendah dan 22,4% subjek berada pada tingkat prokrastinasi akademik rendah. 6,2% subjek termasuk dalam kategori adiksi *game online* tinggi dan 9,7% subjek berada pada tingkat prokrastinasi akademik yang tinggi. (Baskara & Zainuddin, 2023) Tingginya frekuensi bermain *game online* pada siswa berdampak pada munculnya perilaku adiksi atau kecenderungan untuk lebih memprioritaskan aktivitas bermain *game* dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah, termasuk menunda pengerjaannya atau dapat disebut prokrastinasi akademik.

Subjek penelitian ini didominasi oleh jenis kelamin perempuan sebanyak 184 siswa atau 50,7% dan 124 atau 40,3% berjenis kelamin laki-laki. Rata-rata skor prokrastinasi akademik pada siswa perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan siswa laki-laki. Kondisi ini juga berkaitan dengan

tingginya skor rata-rata adiksi game online pada perempuan dibandingkan laki-laki. Penelitian ini sejalan dengan temuan (Fitriani et al., 2023) yang menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan mengalami skor tertinggi pada adiksi game online daripada jenis kelamin laki-laki.

Hal tersebut berbeda dengan beberapa penelitian seperti yang dilakukan (Rangkuti et al., 2021) yang menunjukkan bahwa laki-laki cenderung memiliki tingkat adiksi *game online* yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Adiksi *game online* umumnya lebih banyak terjadi pada anak atau remaja laki-laki, yang diketahui cenderung menghabiskan waktu lebih lama untuk bermain game dibandingkan dengan remaja perempuan. Hasil penelitian (Ikbal et al., 2021) menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin, skor adiksi *game online* laki-laki lebih tinggi daripada perempuan. Perbedaan ini dimungkinkan oleh perbedaan minat terhadap permainan antara remaja laki-laki dan perempuan yang merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan remaja dalam bermain *game online* adalah jenis kelamin (Kristiawan & Yunanto, 2021). Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa jenis kelamin bukan satu-satunya indikator untuk menentukan tingkat adiksi game online maupun prokrastinasi seseorang.

Berdasarkan usia remaja, usia 14 tahun memiliki skor rata-rata tertinggi dalam adiksi *game online*. Sementara itu, skor rata-rata tertinggi untuk tingkat prokrastinasi akademik ditemukan pada remaja usia 17 tahun. Adapun remaja usia 15 tahun menunjukkan tingkat terendah dalam hal adiksi *game online* dan prokrastinasi akademik pada penelitian ini. Hasil ini menunjukkan bahwa usia bukanlah satu-satunya indikator yang dapat dijadikan acuan dalam menentukan tingkat adiksi *game online* maupun prokrastinasi seseorang. Menurut (Mais et al., 2020) Pada rentang usia 14 hingga 17 tahun minat remaja terhadap permainan game online cenderung meningkat. Pada tahap perkembangan ini, remaja lebih memilih menghabiskan waktu dengan bermain game online dibandingkan melakukan aktivitas lain, karena mereka berada dalam fase yang rentan dan lebih tertarik pada hal-hal yang memberi kesenangan instan.

Kesenangan remaja dalam bermain *game online* berpotensi menimbulkan ketergantungan yang menyebabkan meningkatnya intensitas bermain dan berdampak pada meningkatnya rasa malas hingga berpengaruh buruk pada perilaku prokrastinasi akademik (Hr & Fikry, 2023). Menurut Widowati et al. (2021) Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas, disertai keterlambatan dalam pelaksanaannya, adanya ketidaksesuaian antara waktu yang direncanakan dan waktu pelaksanaan sebenarnya, serta preferensi untuk melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan. Adiksi *game online* dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik karena *game* memberikan kesenangan instan yang menurunkan kontrol diri, menyita waktu, dan dapat menyebabkan stres serta kelelahan, yang semuanya memperburuk kecenderungan untuk menunda-nunda tugas (Astuti, 2021).

Mayoritas siswa dalam penelitian ini berada pada kategori sedang pada adiksi *game online*, walaupun begitu hal tersebut tetap dapat memicu perilaku prokrastinasi akademik dan tetap menjadi permasalahan belajar yang penting untuk diperhatikan, karena perilaku ini tercermin melalui berbagai tindakan negatif yang berpotensi memberikan dampak buruk bagi siswa. Menurut Wahyuningsih et al. (2021) Individu yang cenderung melakukan prokrastinasi umumnya mereka cenderung tidak menyukai tugas, bersikap tidak tegas, merasa bosan tidak menyenangkan dan sering menentang aturan. Perlu diterapkan strategi lain yang efektif untuk menurunkan frekuensi bermain game online pada siswa, sehingga mereka terhindar dari kecenderungan melakukan prokrastinasi akademik.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara adiksi game online dan prokrastinasi akademik pada siswa SMK. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00 dengan koefisien korelasi 0,602, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat adiksi game online, maka semakin tinggi pula kecenderungan siswa untuk menunda tugas akademik.

Selain itu, penelitian menemukan bahwa jenis kelamin dan usia bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi tingkat adiksi game online maupun prokrastinasi akademik. Meskipun siswa perempuan menunjukkan skor rata-rata lebih tinggi pada kedua variabel,

beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya pengawasan terhadap kebiasaan bermain game online dan perlunya strategi yang tepat dalam mengelola waktu dan tanggung jawab akademik siswa untuk meminimalkan dampak negatif dari adiksi game terhadap proses belajar.

Saran

Diharapkan siswa dapat lebih bijak dalam menggunakan waktu luang, terutama dalam hal bermain *game online*. Penggunaan *game online* yang berlebihan memiliki dampak negatif terhadap penyelesaian tugas-tugas akademik. Oleh karena itu, siswa perlu meningkatkan kesadaran diri dalam mengatur waktu antara hiburan dan kewajiban belajar, serta melatih kontrol diri agar tidak terjebak dalam perilaku adiksi *game online* yang dapat mengganggu pencapaian akademik. Diharapkan juga kepada pihak sekolah untuk memberikan edukasi dan pembinaan terkait penggunaan teknologi secara sehat kepada siswa. Salah satunya dengan menyelenggarakan kegiatan penyuluhan mengenai dampak negatif adiksi *game online* terhadap akademik serta menyediakan program konseling atau pendampingan psikologis bagi siswa yang menunjukkan gejala kecanduan *game*. Selain itu, sekolah juga dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung pengembangan manajemen waktu siswa.

Bagi peneliti selanjutnya, bahwa penelitian ini masih memiliki keterbatasan, seperti hanya dilakukan di satu sekolah dengan dominasi subjek perempuan. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencoba mengaitkan fenomena prokrastinasi akademik dengan variabel-variabel lain yang mungkin dapat memberikan hubungan lebih kuat dibandingkan dengan adiksi *game online*.

Daftar Pustaka

- Alajaili, H. M. A., & Barella, Y. (2023). Exploring The Factors And Experiences Of Academic Procrastination Among Libyan Students: A Qualitative Study. *Journal on Education*, 05(04), 17738–17744. <https://doi.org/http://jonedu.org/index.php/joe>
- Astuti, S. R. P. (2021). Kontribusi Self-Control dan Kecanduan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di SMK ISFI Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Lambung Mangkurat*, 3(1), 76–86. <https://doi.org/https://doi.org/10.20527/jpbk.2020.3.1.1590>
- Baskara, N. F. C., & Zainuddin, A. (2023). Pengaruh Game online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Siswa Kelas 5 Sekolah Dasar Sd Negeri Cemoro. 6(4), 2058–2066. <https://doi.org/10.31949/jee.v6i4.7627>
- Dwisyahputra, N. Z., Adhiana, P. S., Srikandi, A., & Widodo, E. (2021). Hubungan Motivasi Belajar Dengan Tingkat Prokastinasi Akademik Mahasiswa Statistika Uii. *Jurnal Bayesian : Jurnal Ilmiah Statistika Dan Ekonometrika*, 1(1), 91–95. <https://doi.org/10.46306/bay.v1i1.51>
- Fitriani, F., Saputri, E. D., Sari, M. P.], Anugrah, R., & Apriyadi. (2023). Perbedaan Gender Terhadap Kecanduan Internet Dan Game Online Pada Remaja. *Journal of Communication and Social Sciences*, 1(2), 72–78.

- <https://doi.org/10.61994/jcss.v1i2.330>
- Hr, V. S., & Fikry, Z. (2023). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Slot dengan Prokrastinasi Akademik pada Remaja di Kota Padang Panjang. *Journal on Education*, 05(04), 14501–14509. <http://jonedu.org/index.php/joe>
- Ikbal, I., Wikanengsih, & Septian, M. R. (2021). Profil Tingkat Kecanduan Game Online Peserta Didikkelas Xma Plus Al Mujammil Garut. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 56. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.6138>
- Jamila. (2020). Konsep prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal EduTech*, 6(2), 257–261. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/edutech/article/view/4935>
- Jannah, D. S. M., & Setiyowati, N. (2024). Systematic Literature Review Using Big Data Analysis: Cyberbullying dan Forgiveness pada Remaja. *Psyche 165 Journal*, 17(1), 33–40. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i1.325>
- Jannah, M. (2018). Metodologi Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi. In *UNESA University Press*.
- Kartikasari, W. A., Marjohan, M., & Hariko, R. (2022). Hubungan self regulated learning dan dukungan orangtua terhadap perilaku prokrastinasi akademik. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 388. <https://doi.org/10.29210/30031579000>
- Khoirunnisa, R. N., Soetjipto, B. E., Chusniyah, T., Rahmawati, H., & Boonroungut, C. (2019). Academic Self-Efficacy and Future Time Prespective Predict Akademik Procrastination : The Mediating Function of Academic Self-Control. *International Journal of Body, Mind and Culture*, 11(1), 1–14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10/22122/ijbmc.v11i5.806>
- Kristiawan, A., & Yunanto, K. T. (2021). Faktor - Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kecanduan Game Online. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 14–24. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Lestari, E., & Dewi, D. K. (2024). Hubungan antara Kesepian dengan Kecanduan Game Online pada Remaja Usia 18-25 Tahun. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 2526–2539. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative%0AHubungan>
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i2.32318>
- Mujirohawati, N., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Hubungan antara regulasi diri dalam belajar dengan prokrastinasi akademik pada siswa. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(5), 116–124. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/25331>
- Pramesti, A., Sholihati Embrik, I., & Pratiwi, A. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 1(2), 45–49. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v1i2.156>
- Putri, D. P., Yuliansyah, M., & Handayani, E. S. (2023). Adiksi Game Online Dan Smartphone Terhadap Prokrastinasi Akademik Di Smkn Martapura. *Open Journal*

- Systems*, 17(6), 1214. <https://binapatria.id/index.php/MBI/article/view/245>
- Radandi, M. N. P., Salsabila, S., Dalina, D., Desrina, T. I., Nurrahman, S., & Delin, L. O. D. (2023). Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Keterampilan Sosial Pada Remaja Gen Z. *Educate : Journal Of Education and Learning*, 1(2), 74–80. <https://doi.org/10.61994/educate.v1i2.121>
- Rangkuti, R. P., Nasution, I. K., & Yurliani, R. (2021). Kecenderungan kecanduan game online pada remaja selama masa pandemi COVID-19. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional*, 2(1), 1–48. <https://ojs.unm.ac.id/Temilnas/article/view/20039>
- Rusminah, Siswanto, & Ferdiansyah, A. (2024). Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 10(1), 54–60. <https://doi.org/https://doi.org/10.56186/jkbb.134> Abstrak
- Sakina, F., Insan, I., & Hendrayadi. (2022). Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. *Jurnal Psimawa*, 5(1), 36–41. <https://doi.org/10.36761/jp.v5i1.1594>
- Sari, I. N., & Lestari, S. (2023). Perfeksionisme dan Manajemen Waktu Sebagai Prediktor Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa. *Journal Psikogenesis*, 11(1), 29–43. <https://doi.org/10.24854/jps.v11i2.2975>
- Soleh, M., Burhani, M. I., & Atmasari, L. (2022). Hubungan antara Locus of Control dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi IAIN Kediri. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, 4(2), 104–115. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i2.366>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. In *Journal of Counseling Psychology* (Vol. 31, Issue 4, pp. 503–509). <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Surbakti, Tr. P. D., Rafiyah, I., & Setiawan. (2022). Level Of Online Game Addiction On Adolescents. *Journal of Nursing Care*, 5(3). <https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/39044/19269>
- Svardal, F., Dahl, T. I., Gamst-Klaussen, T., Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2020). How Study Environments Foster Academic Procrastination: Overview and Recommendations. *Frontiers in Psychology*, 11(November), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- Wahyuningsih, P., Rahmawati, & Warih Handoyo, A. (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Puput. *Sistema Jurnal Pendidikan*, 02(01). <https://jurnal.fkip-uwgm.ac.id/index.php/sjp>
- Widowati, A., Muhtar, & Jaryanto. (2021). Hubungan antara self-esteem dengan prokrastinasi akademik siswa Jurusan Akuntansi Sekolah Menengah Kejuruan Negeri Kota Surakarta. *Jurnal “Tata Arta” UNS*, 7(2), 105–117. <https://doi.org/Prefix 10.20961>
- Wiyono, H., & Ellisiya, E. (2024). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) : Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 12(1), 138–145. <https://doi.org/prefix 10.26714>
- Zendrato, Y., & Harefa, H. O. N. (2020). Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 139–148. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.21>