

PENGARUH MANAJEMEN WAKTU DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP PROKRASINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA PENDIDIKAN EKONOMI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOREJO

Eka Lestari⁽¹⁾, Anita Rinawati⁽²⁾, Cahyo Apri Setiaji⁽³⁾

Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Purworejo, Indonesia

Email :¹ekal87350@gmail.com, ²Anita@umpwr.ac.id, ³cahyosetiaji@umpwr.ac.id

Abstrak

Eka Lestari, 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang positif dan signifikan antara Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial baik secara parsial dan simultan terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *Isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5% dari populasi 93 diambil sampel 72 mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala *likert* yang diuji validitas dan reliabilitas. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif dan teknik analisis kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen waktu dan intensitas penggunaan media sosial berpengaruh secara parsial dan simultan terhadap prokrastinasi akademik. Berdasarkan perhitungan uji t menunjukkan bahwa : terdapat pengaruh antara Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik sebesar 15,7% dengan nilai ($t_{hitung} 4,023 > t_{tabel} 1,667$) dan nilai sig < 0,05. Terdapat pengaruh antara Intesnitias Penggunaan Media Sosial terhadap Prokrastinasi Akademik sebesar 15,77% dengan nilai ($t_{hitung} 3,597 > t_{tabel} 1,667$) dan nilai sig < 0,05. Kemudian berdasarkan uji F terdapat pengaruh secara simultan dengan nilai ($F_{hitung} = 24,189 > F_{tabel} 3,13$) dan nilai sig 0,000 < 0,05. Kemudian manajemen waktu (X_1) dan intensitas penggunaan media sosial (X_2) berpengaruh positif sebesar 39,5%, sementara sisanya 60,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci : Manajemen Waktu, Intensitas Penggunaan Media Sosial, dan Prokrastinasi Akademik

PENDAHULUAN

Menurut Peraturan Pemerintah RI No. 30 Tahun 1990, mahasiswa merupakan individu yang sudah tercatat identitasnya dan sedang menuntut ilmu pada suatu universitas, Isabel dalam Avico dan Mujidin, (2014:768).

Mahasiswa sebagai salah satu bagian dari institusi pendidikan dituntut untuk mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Peran utama mahasiswa adalah sebagai pelajar yang tugas utamanya adalah belajar, di dalam proses pembelajaran tersebut tentunya mahasiswa juga menghadapi rutinitas kegiatan seperti mengerjakan tugas-tugas yang diberikan dosen dan lain sebagainya.

Dalam melaksanakan kewajiban menyelesaikan tugas-tugas tersebut dibutuhkan kemampuan pengaturan diri dan waktu yang baik agar tugas dapat terselesaikan dengan baik. Akan tetapi tidak semua mahasiswa mampu membagi waktu dengan baik dan pada akhirnya

mahasiswa seringkali menunda-nunda tugas akademik yang seharusnya dilakukan. Fenomena penundaan tugas atau pekerjaan yang dilakukan mahasiswa disebut dengan prokrastinasi. Tetapi tidak semua perilaku menunda dapat dikatakan sebagai prokrastinasi.

Isabel dkk., dalam Ernima dkk., (2016:768) mengemukakan bahwa prokrastinasi merupakan suatu budaya atas tindakan penundaan terhadap tugas yang cukup penting atau bahkan sangat penting yang seharusnya diselesaikan sekarang, namun lebih mengutamakan untuk mengerjakan pekerjaan lain yang lebih menyenangkan. Prokrastinasi dapat terjadi di beberapa bidang kehidupan seperti keluarga, kegiatan rutinitas, pekerjaan dan akademik. Prokrastinasi yang terjadi di bidang akademik disebut dengan prokrastinasi akademik.

Menurut Azizah dan Kardiyem (2020:120) prokrastinasi akademik merupakan suatu tindakan yang mempunyai tujuan untuk

menunda tugas dengan melakukan hal-hal yang tidak ada hubungannya dengan tugas akademik dan tidak berguna yang akan mengakibatkan tugas menjadi terhambat, tidak selesai tepat waktu dan sering terlambat.

Prokrastinasi akademik banyak dilakukan di Indonesia. Penelitian Ibnudin, (2022:6) menemukan bahwa mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra, 14% melakukan prokrastinasi akademik dalam kategori tinggi, 86% dalam kategori sedang dan 0% dalam kategori rendah. Selain itu penelitian Dharma, (2020:71) juga mengungkapkan bahwa kondisi prokrastinasi akademik pada mahasiswa Sekolah Tinggi Agama Buddha Maha Prajna, 10% melakukan prokrastinasi akademik dalam kategori sangat tinggi, 60% dalam kategori tinggi, 13,3% dalam kategori sedang, 6,7% kategori rendah dan 10% dalam kategori sangat rendah.

Penundaan akademik atau yang biasa disebut prokrastinasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah faktor internal dan faktor eksternal Isabel dkk., (2016:1782).

Salah satu faktor internal yang melatarbelakangi perilaku prokrastinasi akademik adalah manajemen waktu. Manajemen waktu merupakan salah satu hal yang diperlukan dalam bidang akademik. Manajemen waktu adalah kemampuan individu untuk mengatur waktu dan merealisasikan rencana yang telah dibuat dengan efektif dan efisien serta mampu memutuskan prioritas mana kegiatan yang paling penting, Mediastuti dkk., (2022:34). Di dunia pendidikan, mahasiswa yang memiliki manajemen waktu yang baik dapat mengatur jadwal studi, menyelesaikan tugas-tugas sesuai tenggat waktu, dan merencanakan waktu untuk pembelajaran mandiri. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang mampu mengelola waktu mereka cenderung lebih rentan terhadap prokrastinasi.

Selain manajemen waktu sebagai faktor internal perilaku prokrastinasi akademik, ada faktor eksternalnya yaitu intensitas penggunaan media sosial. Bagi sebagian orang mengakses atau menggunakan media sosial merupakan salah satu hal yang menyenangkan. Hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2023) menyatakan bahwa jumlah

penduduk terkoneksi internet tahun 2022-2023 sebanyak 215 juta jiwa dari total populasi 275 juta jiwa penduduk Indonesia tahun 2022, dengan tingkat penetrasi pengguna internet sebesar 78,18%. Selain itu hasil survey juga menyatakan bahwa mahasiswa dan pelajar menempati posisi pertama dalam penetrasi penggunaan internet yaitu sebanyak 98,88%. Masyarakat Indonesia rata-rata menghabiskan waktu lebih dari 4 jam untuk mengakses internet. Tiga media sosial yang aktif digunakan oleh masyarakat yaitu YouTube (65,41%), Facebook (60,24%) dan Instagram (30,51%).

Kehadiran media sosial memberikan manfaat dalam mempermudah seseorang dalam berkomunikasi. Namun dengan adanya media sosial dapat merubah bentuk interaksi yang ada dalam diri individu yaitu menurunnya hubungan seseorang untuk melakukan penundaan pekerjaan lain yang sebaiknya dikerjakan ataupun dilakukan, namun sebaliknya seperti halnya penundaan pengerjaan tugas yang dilakukan oleh mahasiswa.

Berdasarkan dari hasil data obeservasi awal yang dilakukan oleh peneliti melalui google form pada mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo pada tanggal 7-8 November 2023 yang berjumlah 59 mahasiswa diketahui hasil sebesar 64,4% pernah melakukan prokrastinasi. Hal tersebut dapat di indikasikan bahwa mahasiswa memiliki sikap prokrastinasi yang tinggi sehingga mereka sering melakukan sikap menunda-nunda dalam bidang akademik. Mahasiswa yang melakukan prokrastinasi akademik tersebut cenderung melakukan hal-hal yang lebih menyenangkan untuk mengurangi beban dalam menyelesaikan tugas dari dosen. Hal ini dibuktikan bahwa 50,8% mahasiswa Pendidikan Ekonomi lebih memilih mengakses media sosial daripada mengerjakan tugas akademik. Hal ini juga dibuktikan dari rata-rata penggunaan media sosial mahasiswa Pendidikan Ekonomi yang dalam satu hari penggunaannya yaitu lebih dari 7 jam atau sebanyak 52,5%.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Manajemen Waktu dan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa

Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016:8).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa FKIP Program Studi Pendidikan Ekonomi Universitas Muhammadiyah Purworejo dengan jumlah 93. Penentuan sampel menggunakan rumus *isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5% sehingga jumlah sampelnya sebanyak 72 responden.

Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis dokumen. Kemudian analisis data menggunakan analisis deskriptif dan kuantitatif.

1. Analisis Deskriptif

Menurut Sugiyono (2022:147) statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi.

2. Analisis Kuantitatif

Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan. Sugiyono (2022:147)

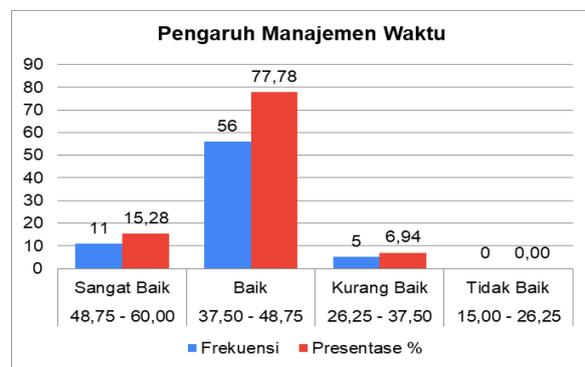
Tabel 1. Skor Alternatif Jawaban

Alternatif Jawaban	Skor Jawaban	
	Positif	Negatif
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Manajemen Waktu

Hasil penelitian mengenai manajemen waktu dapat dilihat dalam diagram batang sebagai berikut :

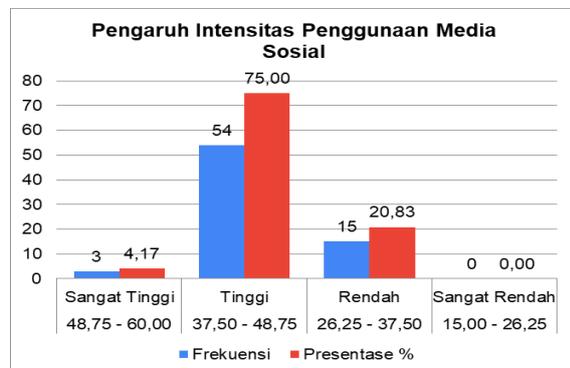


Gambar 1. Diagram Manajemen Waktu (X₁)

Berdasarkan gambar di atas, menunjukkan bahwa Manajemen Waktu masuk kedalam kategori baik. Hal ini di dukung dengan data pada tabel 13 yang menunjukkan presentase tersebut terletak pada skor 37,50 – 48,75. Dari tabel 13 di atas dapat diketahui bahwa manajemen waktu memiliki kategori sangat baik sebesar 15,28%, kategori baik 77,78%, kategori kurang baik 6,94% dan kategori tidak baik 0%.

Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2)

Hasil penelitian mengenai Intensitas Penggunaan Media Sosial dapat dilihat dalam diagram batang sebagai berikut :

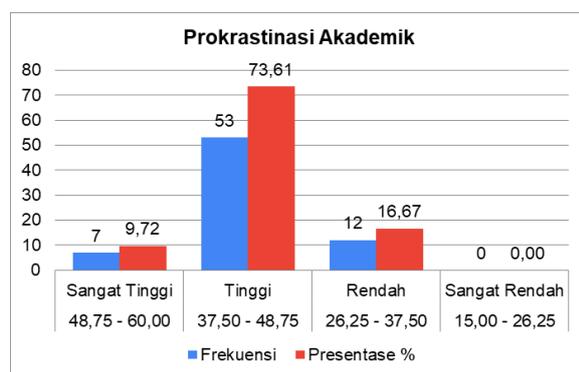


Gambar 2. Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2)

Berdasarkan gambar di atas, menunjukkan bahwa Intensitas Penggunaan Media Sosial masuk kedalam kategori tinggi. Hal ini di dukung dengan data pada tabel 14 yang menunjukkan presentase tersebut terletak pada skor 37,50 – 48,75. Dari tabel 14 di atas dapat diketahui bahwa Intensitas Penggunaan Media Sosial memiliki kategori sangat tinggi sebesar 4,17%, kategori tinggi 75,00%, kategori rendah 20,83% dan kategori sangat rendah 0%.

Prokrastinasi Akademik (Y)

Hasil penelitian mengenai Prokrastinasi Akademik dapat dilihat dalam diagram batang sebagai berikut :



Gambar 3. Prokrastinasi Akademik (Y)

Berdasarkan gambar 4 di atas, menunjukkan Prokrastinasi Akademik masuk kedalam kategori tinggi. Hal ini di dukung dengan data pada tabel 15 yang menunjukkan presentase tersebut terletak pada skor 37,50 – 48,75. Dari tabel 15 di

atas dapat diketahui bahwa prokrastinasi akademik memiliki kategori sangat tinggi sebesar 9,72%, kategori tinggi 73,61%, kategori rendah 16,67% dan kategori sangat rendah 0%.

Pengaruh Manajemen Waktu (X_1) Terhadap Prokrastinasi Akademik (Y)

Hasil uji hipotesis dari Manajemen Waktu diperoleh nilai signifikansi 0,000 yang berarti nilai ini lebih kecil dari 0,05 dan nilai t_{hitung} 4,023 lebih besar dari t_{tabel} 1,667. Dari hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,436 dan diperoleh koefisien determinasi (r_{x1y}^2) sebesar 0,1570 sehingga variabel manajemen waktu mempunyai pengaruh positif sebesar 15,7% terhadap prokrastinasi akademik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Manajemen Waktu (X_1) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dafiza Salsabila, Roni Fasliah dan Corry Yohana dengan judul Pengaruh Efikasi Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik Di SMKN 31 Jakarta. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara Manajemen Waktu terhadap Prokrastinasi Akademik, dapat dilihat dari $t_{hitung} - 4,390 < t_{tabel} - 1,980$ yang mana dapat diartikan jika siswa dapat memajemen waktu mereka dengan baik, maka kemungkinan mereka melakukan prokrastinasi akademik akan berkurang.

Akan tetapi hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi manajemen waktu yang dimiliki maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik yang dilakukan. Setelah peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa maka dapat disimpulkan bahwa hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu kurangnya motivasi atau minat terhadap mata kuliah, persepsi bahwa tugas tersebut terlalu sulit dan gangguan lingkungan sekitar.

Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) Terhadap Prokrastinasi Akademik (Y)

Hasil uji hipotesis dari Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) diperoleh nilai signifikansi 0,001 yang berarti nilai ini lebih kecil dari 0,05 dan nilai t_{hitung} 3,597 lebih besar dari

t_{tabel} 1,667. Dari hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,397 dan diperoleh koefisien determinasi (r_{xly}^2) sebesar 0,1577 sehingga variabel intensitas penggunaan media sosial mempunyai pengaruh positif sebesar 15,77% terhadap prokrastinasi akademik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Azizah dan Kardiyem dengan judul Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, Dan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan *Academic Hardiness* Sebagai Variabel Moderasi. Dapat disimpulkan bahwa diperoleh hasil uji pengaruh langsung yang menunjukkan koefisien regresi sebesar 2,152 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik yang artinya hipotesis yang menyatakan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik diterima. Seperti yang telah diketahui semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin tinggi prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah intensitas penggunaan media sosial maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik yang dilakukan mahasiswa.

Pengaruh Manajemen Waktu (X_1) dan Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) secara bersama-sama Terhadap Prokrastinasi Akademik (Y)

Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis ketiga yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Manajemen Waktu (X_1) dan Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) secara bersama-sama terhadap Prokrastinasi Akademik (Y). Hal ini ditunjukkan dengan nilai F_{hitung} sebesar 24,189 lebih besar dari F_{tabel} sebesar 3,13 (F_{hitung} 24,189 $>$ F_{tabel} 3,13) dan nilai signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis ketiga diterima. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa nilai koefisien determinasi (*adjusted R square*) dalam regresi ini adalah 0,395 artinya yaitu pengaruh Manajemen Waktu (X_1) dan Intensitas

Penggunaan Media Sosial (X_2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y) sebesar 39,5% (0,395 x 100%). Sementara sisanya 60,5% dapat dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dimasukkan dalam model penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka kesimpulan dari penelitian ini sebagai berikut : (1) Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Manajemen Waktu (X_1) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y), dibuktikan dengan besarnya pengaruh Manajemen Waktu sebesar 15,7% dan hasil uji t diperoleh nilai t_{hitung} 4,023 dan nilai sig $0,000 < 0,05$. (2) Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y), dibuktikan dengan besarnya pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial sebesar 15,77% dan hasil uji t diperoleh nilai t_{hitung} 3,597 dan nilai sig $0,001 < 0,05$. (3) Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara Manajemen Waktu (X_1) dan Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) terhadap Prokrastinasi Akademik (Y), dengan nilai (F_{hitung} 24,189 $>$ F_{tabel} 3,13) dan nilai sig $0,000 < 0,05$. Kemudian Manajemen Waktu (X_1) dan Intensitas Penggunaan Media Sosial (X_2) berpengaruh positif sebesar 39,5%, sementara sisanya 60,5% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrayani, Meta Ika, dkk. (2021). *Pengaruh Manajemen waktu, Motivasi Belajar, dan Perilaku Prokrastinasi Terhadap keberhasilan Akademik Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Kelas Karyawan Semester III dan V FEB Universitas PGRI Semarang Tahun Akademik 2020/2021)*. Jurnal Ilmiah Manajemen, Bisnis dan Ekonomi Kreatif Vol 1, No. 1, 2021.
<https://journal2.upgris.ac.id/index.php/jibeka/article/download/7/7>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2023). Diakses pada 10 Desember 2023 dari <https://survei.apjii.or.id/>
- Azizah, Nur dan Kardiyem. (2020). *Pengaruh Perfeksionisme, Konformitas, Dan Media*

- Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Academic Hardiness Sebagai Variabel Moderasi*. *Economic Education Analysis Journal*, 9 (1), 119-132.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/eeaj/article/download/37240/15343>
- Dharma, Andhika Mustika. (2020). *Prokrastinasi Akademik Di Kalangan Mahasiswa Program Studi Dharma Acarya*. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial dan Agama Vol VI, No 1, 2020*.
<https://jurnal.radenwijaya.ac.id/index.php/PSSA/article/download/160/113>
- Ibnudin, dkk. (2022). *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Wiralodra Semester II Tahun 2022*. *Jurnal Counselia Vol 3, No. 2, 2022*.
<https://doi.org/10.31943/counselia.v3i2.44>
- Isabel, Delimas, dkk. (2022). *Pengaruh Manajemen Waktu Dan Dukungan Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Ekonomi UPGRIS*. Hal 767-775.
<https://conference.upgris.ac.id/index.php/snk/article/download/3141/1941>
- Mediastuti, Rahma, dkk. (2022). *Hubungan Manajemen Waktu dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas XII SMAN 4 Bekasi*. *Jurnal IKRAITH-HUMANIORA Vol 6, No. 2, 2022*.
<https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/download/1497/1225>
- Salsabila, Dafiza, dkk. (2023). *Pengaruh Efikasi Diri dan Manajemen Waktu Terhadap Prokrastinasi Akademik di SMKN 31 Jakarta*. *Jurnal Pembelajaran dan Pengembangan Diri Vol 3, No. 1, 2023*.
<https://doi.org/10.47353/bj.v3i1.205>
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2022. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.