

PERILAKU PROKRASTINASI AKADEMIK PADA REMAJA BROKEN HOME YANG MENGALAMI KECANDUAN GAME SMARTPHONE

Anugriaty Indah Asmarany

Universitas Gunadarma, anugriaty_indah@staff.gunadarma.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam tentang perilaku prokrastinasi akademik pada remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone. Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah kualitatif. Pertanyaan penelitian ini adalah mengenai gambaran atau ciri-ciri prokrastinasi akademik pada remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone, faktor-faktor yang menyebabkan prokrastinasi akademik pada remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone, dan dampak-dampak prokrastinasi pada remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone. Metode penelitian ini adalah penelitian kualitatif berbentuk studi kasus, dengan menggunakan teknik pengumpulan data wawancara tidak terstruktur dan observasi non partisipan. Subjek dalam penelitian ini remaja yang mengalami perilaku prokrastinasi akademik serta didukung oleh significant other yaitu orang terdekat subjek yang mengerti kehidupan subjek. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa subjek mengalami perilaku prokrastinasi yang disebabkan karena rasa kekecewaan terhadap kedua orang tua subjek yang berpisah. Subjek takut akan kegagalan dalam setiap menunda-nunda pelajaran, tetapi subjek melakukan hal tersebut untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Remaja, Broken Home, Kecanduan Game Smartphone

PENDAHULUAN

Zaman sekarang telah berkembang, teknologi mengalami peningkatan, dan alat komunikasi semakin canggih. Pada awalnya handphone hanya digunakan sebagai alat komunikasi, tetapi pada saat ini handphone dikembangkan bukan hanya sebagai media komunikasi, melainkan juga untuk bermain game, mendengarkan musik. Pada saat ini telah diciptakan yang dinamakan smartphone. Smartphone adalah sejenis handphone yang memiliki kemampuan lebih tinggi dari handphone biasa. Smartphone sudah dikategorikan sebagai sebuah computer kecil yang bisa mengolah data, melakukan browsing, serta yang paling banyak digunakan adalah permainan game pada smartphone tersebut (Jocom, 2013).

Beberapa peneliti menyebutkan adanya masalah-masalah yang mungkin

muncul dari aktifitas bermain game yang berlebihan, masalah tersebut adalah isolasi sosial, kehilangan kontrol atas waktu dan mengalami kesulitan dalam hal akademis, pendidikan sekolah, relasi sosial, pernikahan, finansial, tampilan kerja, kesehatan, dan fungsi-fungsi kehidupan sehari-hari yang vital atau yang sering disebut dengan kecanduan (Young, 2009). Memaknai kecanduan sebagai bentuk ketergantungan secara psikologis antara seseorang dengan suatu stimulus yang biasanya tidak selalu berupa zat atau benda (Peterson, 1996). Bukan hanya membuat kecanduan orang dewasa, tetapi saat ini kecanduan terhadap game smartphone sudah merambah ke anak-anak usia remaja (Davis, 2001).

Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari 13-17 tahun. Masa remaja ditinjau dari rentang kehidupan manusia merupakan masa peralihan dari masa

kanak-kanak menuju ke dewasa, dimana tugas perkembangan pada masa remaja menuntut perubahan besar dalam sikap dan pola perilaku anak, akibatnya hanya sedikit anak laki-laki dan anak perempuan yang diharapkan mampu menguasai tugas-tugas tersebut selama awal masa remaja, apalagi remaja yang matangnya terlambat menurut Izzaty, Suardiman, Ayriza, Purwandari, Hiryanto, dan Kusmaryani (2008). Walaupun tugas seorang remaja yang sedang duduk di bangku sekolah adalah belajar, pada kenyataannya banyak remaja yang lebih menghabiskan waktu untuk bermain gadget dan lebih mengesampingkan tugas yang seharusnya di kerjakan, misalnya hasil dari survei di Korea Selatan menjelaskan 72 persen di antara anak-anak berusia 11-12 tahun menghabiskan waktunya 5,4 jam sehari untuk menggunakan smartphone (Agustinus, 1998). Jumlah ini belum digabungkan dengan total penggunaan smartphone oleh remaja di berbagai negara lain di Asia, termasuk Singapura, yang rupanya memiliki tingkat penggunaan smartphone tertinggi di dunia. Padahal, populasinya hanya sebanyak 6 juta jiwa saja (Reza, 2015).

Setiap menjalankan tugas perkembangan remaja, peran serta dari orang tua sangat dibutuhkan terutama dalam hal belajar atau bidang akademik. Dengan keadaan orang tua yang berpisah atau broken home, orang tua harus dapat memberikan perhatian lebih kepada anak. Keluarga broken home adalah keluarga yang mengalami disharmonis antara ayah dan ibu (Ulwan, 2002). Dalam penelitian ini, subjek yang masih duduk dibangku kelas 1 sekolah menengah atas, mengalami kendala dalam belajar karena subjek merasa di bebaskan dalam bermain game (Suits, 2005). Pada keluarga yang broken home, tentunya perkembangan anak remaja pada keluarga ini beda dengan keluarga yang

hidupnya masih mempunyai orang tua dan perhatian pada anak remajanya terpenuhi serta kebutuhannya tercukupi. Banyak faktor yang menyebabkan remaja broken home jadi putus sekolah dan berperilaku negatif karena kejiwaan remaja yang broken home sangat mudah terpengaruh oleh hal-hal yang negatif dimana remaja pada masa transisi ini mempunyai masa yang harus ada perhatian dari orang tua, sedangkan disatu sisi keluarganya broken home (Mancini, 2003).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada subjek yang mengalami kecanduan game smartphone. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, subjek menjelaskan mengalami kecanduan game smartphone sejak kedua orang tuanya berpisah pada tahun 2014. Subjek yang pada awalnya merupakan remaja yang sering bermain bersama teman-teman diluar rumah, sekarang menjadi remaja yang banyak menghabiskan waktu untuk bermain game. Subjek menjelaskan bahwa sering menunda-nunda atau prokrastinasi dalam bidang akademik, karena subjek merasa bahwa dirinya dibebaskan oleh orang tua dalam mengerjakan tugas. Subjek memberikan alasan selain faktor orang tua, game smartphone yang sering dimainkan subjek sangatlah menarik untuk terus diselesaikan, tipe game yang sering dimainkan adalah RPG (role-playing games). subjek terkadang menghabiskan waktu kurang lebih selama 7 jam pada hari sekolah untuk bermain game, dan pada hari libur subjek biasanya menghabiskan waktu kurang lebih 10 jam. Dalam sebulan subjek dapat mengisi pulsa untuk paket data kurang lebih Rp.400.000,00. Karena subjek terkadang menghabiskan waktu untuk game smartphone, subjek mengerjakan tugas-tugas sekolahnya pada pagi hari (Hasil Wawancara, 2016).

Hasil pada studi pendahuluan saat datang kerumah subjek. peneliti

melihat subjek sedang memainkan game smartphone dengan muka yang sangat serius dan bingung karena banyak tugas yang harus diselesaikan dalam game tersebut. Subjek tidak mengetahui bahwa peneliti datang kerumah subjek dan sedang memperhatikannya bermain. Subjek menolak dengan halus ketika diperintahkan oleh ibu dari subjek untuk makan dan memberhentikan permainan pada smartphone. Subjek masih mengenakan seragam sekolahnya ketika sedang memainkan game. Subjek nampak mengalami kelelahan ketika bermain, tetapi subjek terus saja memandang ke arah layar smartphone yang sedang dimainkan. Beberapa kali subjek merenggangkan badan untuk menghilangkan lelah. Subjek terlihat meletakkan smartphone dan mengambil makan. Ketika subjek sedang makan, subjek kembali membuka aplikasi game pada smartphone untuk dimainkan. Subjek memainkan hingga subjek terlihat sudah kelelahan dan pusing dalam memainkan game yang subjek mainkan. Dalam keadaan kelelahan dan pusing, subjek tetap memainkan game yang berada di smartphone. Sering kali ibu dari subjek memperingatkan untuk berhenti bermain, akan tetapi subjek tidak mendengarkan nasihat dan terus bermain (Hasil Observasi, 2016).

Hasil dari studi pendahuluan di atas mengarah pada perilaku yang tidak dapat memanfaatkan waktu secara efektif (McGregor dalam Sandra & Djalali, 2013). Subjek biasanya memainkan game smartphone selama lebih dari 7 jam dalam sehari, bahkan saat sedang mengerjakan tugas, subjek mengesampingkan tugas-tugasnya dan baru mengerjakan tugas-tugasnya di pagi hari. Perilaku subjek yang tidak dapat mengerjakan sesuatu secara langsung atau menunda-nunda dalam mengerjakan tugas sering disebut juga prokrastinasi (procrastination). Individu yang melakukan prokrastinasi disebut dengan prokrastinator. Menurut Sandra

dan Djalali (2013), prokrastinasi adalah perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya tendensi tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas. Prokrastinasi dapat dipandang dari berbagai segi. Prokrastinasi dapat dikatakan hanya sebagai suatu penundaan atau tendensi menunda-nunda memulai suatu pekerjaan. Prokrastinasi juga dapat dikatakan penghindaran tugas karena perasaan tidak senang terhadap tugas dan takut gagal. Prokrastinasi juga merupakan trait atau kebiasaan individu terhadap respon mengerjakan tugas (Ellis dan Knaus, 1997).

Menurut Rumiani (2006), prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku dalam menunda pelaksanaan atau penyelesaian tugas pada 6 area akademik (tugas mengarang, belajar untuk ujian, membaca, kinerja administratif, menghadiri pertemuan dan kinerja akademik secara umum). Menurut Burka dan Yuen (2008) yang dilakukan secara terus menerus baik itu penundaan jangka pendek, penundaan beberapa saat menjelang deadline ataupun penundaan jangka panjang hingga melebihi deadline sehingga mengganggu kinerja dalam rentang waktu terbatas dengan mengganti aktivitas yang tidak begitu penting.

Penelitian yang dilakukan McCown (dalam Ferrari, Johnson, & McCown, 1995) menyatakan bahwa prokrastinasi terkait dengan kecenderungan untuk menunda tugas dan waktu untuk mengerjakan tugas. Penundaan dilakukan karena perilaku untuk mengerjakan tugas tidak sesuai dengan niat yang telah ditetapkan, juga karena ada penundaan niat untuk memulai mengerjakan tugas. Pada tahun 2002, sekitar 60% dari populasi mengatakan bahwa para pelajar mengalami prokrastinasi dan mengatakan bahwa sering mengalami prokrastinasi (Desemia, 2013).

Penelitian ini didukung oleh data prokrastinasi di Amerika Serikat (Milgram, 1963), angkanya lebih mencengangkan yaitu 95% masyarakat AS kerap menunda-nunda pekerjaannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi menurut Ferrari, Johnson, dan McCown (1995), Pemikiran yang salah (*irrational belief*) mengenai waktu yang tepat untuk memulai suatu pekerjaan, lemahnya self-statement untuk pengendalian diri dan kuatnya self-statement. Menurut Skolnick dan Skolnick (1983) adanya pemahaman yang kurang tepat mengenai penyebab kegagalan yang berkaitan dengan masa lalunya, dan reinforcer yang diterima individu ketika menunda pekerjaan bersifat menyenangkan sehingga individu akan cenderung untuk mengulang kembali perilaku prokrastinasi.

Sabatini (2013), menjelaskan bahwa terdapat beberapa ciri-ciri prokrastinasi, diantaranya adalah penundaan untuk memulai atau menyelesaikan pekerjaan yang seharusnya di selesaikan, keterlambatan dalam mengerjakan tugas yang dihadapinya, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja yang aktual, dan melakukan aktifitas lain yang lebih menyenangkan dari pada melakukan suatu tugas yang harus dikerjakan. Menurut Solomon & Rothblum (1984) dengan adanya prokrastinasi akademik yang disebabkan oleh game smartphone, ada dampak negatif yang akan terjadi salah satunya adalah tugas tidak terselesaikan tepat waktu, hasilnya tidak akan maksimal.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas maka, peneliti ingin mengetahui lebih mendalam mengenai prokrastinasi yang dialami oleh remaja broken home yang mengalami kecanduan pada game smartphone, serta memberikan pandangan kepada masyarakat bagaimana anak remaja awal dapat

mengalami prokrastinasi akademik yang disebabkan oleh game smartphone.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah penelitian kualitatif berbentuk studi kasus. Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan metode observasi dan wawancara. Metode wawancara dan observasi yaitu cara pengumpulan data yang merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan (Creswell, 1998) dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati (Basuki, 2006). Subjek penelitian adalah remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone berjumlah satu orang dan *significant other* yaitu orang terdekat subjek yang mengerti kehidupan subjek berjumlah satu orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa gambaran prokrastinasi akademik pada diri subjek dapat dilihat dari cara subjek yang sering kali menunda dalam mengerjakan tugas-tugas sekolahnya. Subjek selalu menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, subjek bermain game terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas-tugasnya. Setiap mengerjakan tugas, subjek akan menumpuk seluruh buku yang berisikan tugas-tugasnya, akan tetapi subjek akan bermain game smartphone dengan waktu yang cukup lama. Subjek terkadang lupa akan tugas yang dimilikinya ternyata belum selesai sampai batas waktu yang ditentukan. Karena kebiasaan subjek yang menunda tugas-tugas sekolahnya, subjek membuat sebuah list yang berisikan mana tugas-tugas yang menurut subjek sulit dan mana yang mudah. Setelah membuat list tersebut subjek tetap saja melakukan menunda-nunda pada setiap tugasnya, karena subjek memiliki pemikiran bahwa akan mengerjakan yang mudah terlebih dahulu kemudian

yang sulit, akan tetapi subjek akan berfikir bahwa itu merupakan tugas yang mudah dan nanti pasti akan selesai, dan subjek akan kembali menunda-nunda tugasnya kembali. Diperkuat dengan teori Tuckman (1991), Seorang prokrastinator biasanya memiliki kecenderungan untuk membuang-buang waktu hingga akhirnya dapat melakukan penundaan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Gambaran yang dapat dilihat adalah subjek selalu menunda-nunda ketika menerima ajakan dari teman-temannya untuk belajar atau mengerjakan tugas bersama. Subjek lebih memilih bermain dan bergaul dengan teman-teman subjek yang memiliki kesamaan dengan subjek yang suka dalam bermain game smartphone. Subjek mencoba untuk menghindari tugas-tugas yang dimilikinya dapat dilihat ketika subjek ditanya oleh kakak atau ibu dari subjek apakah ada tugas, dan subjek selalu menjawab dengan tidak ada. Subjek juga mencoba untuk menyalahkan orang lain karena beranggapan orang tersebut telah membuat subjek melakukan penundaan. Subjek mengatakan bahwa gurunya membuat semangat dalam mengerjakan tugas menjadi menurun.

Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan di atas prokrastinasi akademik yang dilakukan oleh disebabkan karena rasa kekecewaan terhadap kedua orang tua subjek yang berpisah. subjek takut akan kegagalan dalam setiap menunda-nunda pelajaran, tetapi subjek melakukan hal tersebut untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya. karena nya, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai solusi yang bisa dilakukan untuk meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik pada remaja broken home yang mengalami kecanduan game smartphone

DAFTAR PUSTAKA

- Agustinus, N. 1998. Pemrograman animasi dan game professional 4. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Basuki. 2006. Penelitian kualitatif untuk ilmu ilmu kemanusiaan dan budaya. Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). Procrastination : Why you do it, what to do about it. New York: Da Capo Press.
- Creswell, J. W. 1998. Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions. London: SAGE Publications.
- Desemia, T. T. 2013. Hubungan antara persepsi tentang karakteristik pekerjaan dengan prokrastinasi kerja. *Jurnal Riset Aktual Psikologi*, 1(1), 90-101.
- Ellis, A., & Knaus, W. J. 1997. Over procrastination. New York: New York American Library.
- Ferrari, J. R., Jhonson, J. L., & McCown, W. G. 1995. Procrastination and task avoidance: Theory, reseach and treatment. New York: Plenum Press.
- Izzaty, R. E., Suardiman, S. P., Ayriza, Y., Purwandari, Hiryanto, & Kusmaryani, R. E. 2008. Perkembangan peserta didik. Yogyakarta: UNY Press.
- Jocom, N. 2013. Peran smartphone dalam menunjang kinerja karyawan bank prismadana (studi pada karyawan bank prismadana cabang airmadidi). *Jurnal Acta Diurna* , 1(1), 1-24.
- Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. 2013. Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 2(1), 16-21.
- Mancini, M. 2003. *Time management*. McGraw-Hill: New York.
- Milgram, S. 1963. Behavioral study of obedience. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67(4), 371-378.

- Peterson, K. E. 1996. *The tomorrow trap: Unlocking the secrets of the procrastination-protection syndrome*. Florida: Health Communication.
- Reza, J. I. 2015. *Makin banyak remaja di asia yang kecanduan smartphome*. Diakses 7 Nopember 2016 dari Liputan6: <http://tekno.liputan6.com/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia-yang-kecanduan-smartphome>.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi akademik ditinjau dari motivasi berprestasi dan stres mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* , 3(2), 37-48.
- Sabatini, A. 2013. Hubungan anatra depresi dan prokrastinasi akademik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1-12.
- Sandra, K. I., & Djalali, M. A. 2013. Manajemen waktu efikasi diri dan prokrastinasi. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 217-222.
- Skolnick, A. S., & Skolnick, J. H. 1983. *Family in transition*. Toronto: Little Brown and Company.
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. 1984. Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31 (4), 503-509.
- Suits, B. 2005. *The grasshopper: Game, life, and utopia*. Canada: Broadview Press.
- Tuckman, B, W. 2007. *Measuring procrastination attitudinally and behaviorally*, Paper presented at the annual meeting of the american educational. E-Search association.
- Ulwan, A. N. 2002. *Pendidikan anak dalam Islam*. Jakarta: Pustaka Amani.
- Young, K. S. 2009. Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.