



Perbedaan Prokrastinasi Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan

Differences in Procrastination in View of Gender in Medan's Mulia Pratama High School Students

Nora Br. Haloho¹, Erlina Sari Siregar¹, Farida Hanum Siregar¹, Syafrizaldi^{1*} & Ani Deswita Chaniago²

¹Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Indonesia

²Sekolah Tinggi Kesehatan Helvetia, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan prokrastinasi pada siswa SMA Mulia Pratama Medan yang ditinjau dari jenis kelamin. Prokrastinasi adalah perilaku menunda nunda tugas penting akademik yang harus di selesaikan dan lebih memilih melakukan aktivitas yang dianggap lebih menyenangkan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi SMA Mulia Pratama Medan yang berjumlah 86 orang dengan rincian laki-laki 40 orang dan perempuan 46 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik pengampilan sampel purposive sampling. Pendekatan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian komparasi. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala prokrastinasi. Setelah dilakukan analisis data dengan menggunakan metode anova satu jalur ditemukan adanya perbedaan prokrastinasi yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi sebesar $0,027 < 0,05$. Meskipun demikian menurut hasil mean empirik menunjukkan hasil bahwa prokrastikasi laki-laki dan perempuan sama-sama dalam kategori tinggi diimana prokrastinasi laki-laki menunjukkan nilai empirik sebesar 148,98 dengan SD 11,922 dengan SD 18,371 dan perempuan sebesar 141,30. Perbedaan keduanya memiliki selisih hanya sebesar 7,68.

Kata Kunci: Prokrastinasi; Jenis Kelamin; Siswa.

Abstract

This study aims to look at differences in procrastination in students of SMA Mulia Pratama Medan in terms of gender. Procrastination is the behavior of postponing important academic tasks that must be completed and preferring to do activities that are considered more enjoyable. The subjects in this study were 86 students of Mulia Pratama Medan High School, consisting of 40 males and 46 females. Sampling in this study used a purposive sampling technique. The approach in this research is a quantitative approach with a comparative research type. Data collection was carried out using the procrastination scale. After analyzing the data using the one-way ANOVA method, it was found that there was a significant difference in procrastination between men and women with a significance value of $0.027 < 0.05$. Nevertheless, according to the mean empirical results, it shows that male and female procrastination are both in the high category where male procrastination shows an empirical value of 148.98 with an SD of 11.922 with an SD of 18.371 and for women of 141.30. The difference between the two is only 7.68.

Keywords: Procrastination; Gender; Students.

How to Cite: Haloho, N., Siregar, E.S., Siregar, F.H., Syafrizaldi & Chaniago, A.D. (2023). Perbedaan Prokrastinasi Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Siswa SMA Mulia Pratama Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 5(1) : 1-10,

PENDAHULUAN

Manusia tidak akan pernah berhenti belajar karena setiap langkah manusia dalam hidupnya akan dihadapkan pada permasalahan yang membutuhkan pemecahan dan menuntut manusia untuk belajar menghadapinya. Belajar merupakan suatu perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dari tidak bisa menjadi bisa sehingga proses belajar akan mengarah pada tujuan dari belajar itu sendiri. Sekolah adalah salah satu tempat belajar dan merupakan bentuk pendidikan formal. Individu dapat menerima pengalaman baru serta dapat mengembangkan segala aspek yang dimiliki untuk menjadi lebih baik dan bermanfaat di sekolah. Pendidikan formal di sekolah memiliki tingkatan mulai dari SD, SMP sampai dengan SMA/SMK. Individu yang mengikuti pendidikan formal di sekolah disebut sebagai siswa. Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan salah satu tingkat pendidikan formal yang bertujuan untuk mempersiapkan siswa menuju pendidikan di Perguruan Tinggi. Setiap sekolah menginginkan siswa-siswanya untuk mematuhi peraturan sekolah, rajin belajar, dan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan serta memiliki prestasi yang baik sehingga dapat menjunjung tinggi almamater sekolah. Namun, untuk mewujudkan keinginan tersebut bukanlah hal yang mudah bagi setiap sekolah

Sebagai peserta didik, tentunya siswa tidak lepas dari yang namanya tugas-tugas akademik seperti tugas-tugas latihan, ujian semester, hafalan, praktikum, juga kehadiran tepat waktu. Sekolah juga memberikan pekerjaan rumah (PR), ini merupakan tugas yang diberikan oleh guru sekolah untuk dikerjakan di rumah. Alasan pemberian pekerjaan rumah adalah untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai materi-materi yang telah diajarkan oleh gurunya. Pekerjaan rumah dipercaya menjadi arti penting bagi kedisiplinan ingatan murid, ingatan tidak hanya digunakan sebagai perolehan pengetahuan saja tetapi juga latihan mental individu, sehingga pekerjaan rumah dianggap sebagai salah satu strategi penting dalam pengajaran. Dalam setiap tugas yang diberikan tentunya memiliki batasan waktu dalam pengumpulan, dengan demikian seorang siswa harus memakai rentang waktu 24 jam dengan sebaik-baiknya dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sampai pada waktu pengumpulan tugas bidang studi tersebut demi mewujudkan siswa yang disiplin dan berprestasi serta mampu meraih cita-cita secara optimal. Pada kenyataannya banyak siswa yang suka menunda untuk memulai tugas-tugas sekolah yang harus dikerjakan.

Dalam istilah psikologi menunda pekerjaan termasuk tugas sekolah disebut prokrastinasi, dan orang yang melakukan prokrastinasi disebut sebagai prokrastinator. Prokrastinasi adalah kegagalan dalam melakukan kegiatan akademik dalam jangka waktu yang diinginkan atau menunda untuk menyelesaikan tugas sampai akhir kegiatan. Wolters (dalam Zahra & Neti. (2015). Empat ciri-ciri prokrastinasi adalah penundaan untuk memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual, melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan (Shinta et al., 2022; Situngkir et al., 2022; Arwina et al., 2022; Tarigan et al., 2022).

Definisi prokrastinasi akademik menurut Ghufron dan Risnawita (dalam Triyono dkk, 2018) adalah jenis penundaan yang berhubungan dengan tugas formal dalam lingkup akademik. Menurut Santrock (dalam Triyono dkk, 2018) prokrastinasi akademik adalah penundaan belajar yang dilakukan oleh seorang siswa untuk sebuah ujian sampai pada menit terakhir dan menyalahkan bahwa kegagalan tersebut karena sedikitnya waktu yang diberikan, sehingga menyimpangkan perhatian jauh dari kemungkinan bahwa mereka tidak berkompeten. Seseorang yang melakukan prokrastinasi disebut prokrastinator.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan dengan sengaja terhadap pekerjaan atau tugas-tugas yang penting untuk diri individu dan penundaan pekerjaan atau tugas-tugas dalam bidang akademik disebut prokrastinasi akademik, yang terjadi pada kalangan pelajar dan mahasiswa.

Tjundjing (dalam Triyono dan Alfin, 2018) mengemukakan dampak perilaku prokrastinasi adalah memperoleh nilai rendah dalam bidang akademik. Tugas tidak terselesaikan, atau diselesaikan namun hasilnya tidak maksimal karena dikejar deadline. Menimbulkan kecemasan sepanjang waktu pengerjaan tugas, sehingga jumlah kesalahan lebih tinggi karena individu mengerjakan dalam waktu yang sempit. Di samping itu sulit berkonsentrasi karena ada perasaan cemas, sehingga motivasi belajar dan kepercayaan diri menjadi rendah. Salomon dan Rothblum, (dalam Nela dkk, 2013).

Perilaku prokrastinasi juga terjadi di sekolah Mulia Pratama Medan, hal ini terlihat oleh peneliti saat melakukan observasi berdasarkan ciri-ciri prokrastinasi. Banyak siswa yang tidak mengumpulkan tugas yang diberikan guru di kelas karena asyik bercanda dengan teman sewaktu mengerjakan tugas, bahkan terlihat banyak siswa yang tidak mengerjakan pekerjaan rumah (pr) meski sudah diberi tenggang waktu dalam pengumpulan. Peneliti juga melihat pada setiap kelas banyak siswa/siswi yang tidak memperhatikan saat guru sedang menyampaikan materi pembelajaran, banyak terlihat siswa tidak langsung mengerjakan tugas yang telah diberikan guru dan lebih memilih melihat handphone, berselfie, beberapa siswa juga terlihat berkumpul dalam satu kelompok yang berada di sudut belakang kelas saat guru meninggalkan kelas yang sudah diberikan tugas terlebih dahulu, bahkan terlihat beberapa siswa/siswi sedang mengisi daya smartphone baik lewat charger maupun lewat powerbank yang dibawa dari rumah sembari memainkan smartphone nya, banyak siswa/siswi yang masih berkeliaran di halaman serta di seputaran sekolah, nongkrong di kantin sekolah pada saat jam pelajaran berlangsung, padahal guru piket sudah memerintahkan untuk tidak berkeliaran di halaman serta di sekitar kelas di luar dari waktu istirahat sekolah.

Peneliti juga melihat saat pulang sekolah terlihat siswa laki-laki maupun perempuan yang memilih nongkrong di luar sekolah dan tidak langsung pulang kerumah, saat peneliti bertanya apa yang dilakukan oleh siswa dan siswi tersebut, mereka menjawab tidak apa-apa hanya malas jika langsung pulang kerumah dan kegiatan ini hampir setiap hari mereka lakukan setelah pulang sekolah, peneliti juga mencoba melihat warnet (warung internet) yang berlokasi tidak jauh dari sekolah juga kebanyakan dipenuhi siswa sekolah Mulia Pratama yang sedang bermain game online, serta pada parkir sepeda motor terlihat juga beberapa pasangan siswa dan siswi sedang duduk di atas sepeda motor sambil bercerita, dan saat peneliti bertanya mengapa mereka tidak pulang kerumah, mereka pun menjawab malas jika langsung pulang kerumah dan lebih menyenangkan berada di tempat itu karena dapat bermain-main bersama teman dan bebas bermain smartphone tanpa ada larangan dari orangtua karena orangtua tidak mengetahuinya.

Ghufon & Risnawati (2012) mengkategorikan faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi. faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Kondisi Fisik Individu adalah faktor dari dalam diri individu yang turut mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik adalah keadaan fisik dan kondisi kesehatan individu, misalnya *fatigue* (kelelahan). Seseorang yang mengalami *fatigue* akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan prokrastinasi dari pada yang tidak. Tingkat intelegensi yang dimiliki seseorang tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi. walaupun prokrastinasi sering disebabkan oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional yang dimiliki seseorang.

Kondisi Psikologi Individu, menurut Millgram dkk (dalam Ghufon dan Risnawati, 2012), trait kepribadian individu yang turut mempengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya trait kemampuan sosial yang tercermin dalam self-regulation dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial. Besarnya motivasi yang dimiliki seseorang juga akan mempengaruhi prokrastinasi secara negatif. Semakin tinggi motivasi intrinsik yang dimiliki individu ketika

menghadapi tugas, akan semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan prokrastinasi akademik. Berbagai hasil penelitian juga menemukan aspek-aspek lain pada diri individu yang turut mempengaruhi seseorang untuk mempunyai suatu kecenderungan perilaku prokrastinasi antara lain rendahnya kontrol diri.

Faktor eksternal. Faktor yang terdapat di luar diri individu yang mempengaruhi prokrastinasi, faktor-faktor itu berupa pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif, yaitu lingkungan yang *lenient*. Gaya Pengasuhan Orangtua, menurut hasil penelitian Ferrari & Ollivete (dalam Ghufron dan Risnawati, 2012) menemukan bahwa tingkat pengasuhan otoriter ayah menyebabkan munculnya kecenderungan perilaku prokrastinasi yang kronis pada subjek penelitian anak, sedangkan tingkat pengasuhan demokratis ayah menghasilkan anak yang bukan procrastinator. Ibu yang memiliki kecenderungan melakukan *avoidance procrastination* menghasilkan anak yang memiliki kecenderungan untuk melakukan *avoidance procrastination* pula. Kondisi lingkungan yang *lenient* prokrastinasi akademik lebih banyak dilakukan pada lingkungan yang rendah dalam pengawasan dari pada lingkungan yang penuh pengawasan. Tingkat atau level sekolah, juga apakah sekolah terletak di desa maupun di kota tidak mempengaruhi perilaku prokrastinasi seseorang.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2012) faktor-faktor yang dapat mempengaruhi prokrastinasi akademik adalah:

- a. *Locus of Control*, diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.
- b. Faktor Dukungan Sosial, merupakan salah satu bentuk dorongan yang dilakukan oleh lingkungan sosial dalam bentuk nasihat verbal atau nonverbal yang memberikan manfaat emosional atau efek perilaku bagi individu sebagai makhluk sosial.
- c. Faktor Kepribadian, dapat di defenisikan sebagai suatu bentuk sifat-sifat yang ada pada diri individu yang sangat menentukan perilakunya. Kepribadian siswa akan mempengaruhi persepsi dan pengambilan keputusan untuk melakukan prokrastinasi atau tidak.
- d. Faktor *Perfectionisme*, merupakan salah satu aktualisasi diri ideal yang memiliki 3 aspek, yaitu pencarian keagungan neurotic, penuntut yang neurotic, dan kebanggaan neurotic atau tidak menerima sesuatu yang belum sempurna.

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab prokrastinasi terbagi menjadi 2 faktor yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri individu yang meliputi kondisi fisik (*fatigue*) dan kondisi psikologis (kurangnya kontrol diri) dan faktor eksternal yang berasal dari luar diri individu yang meliputi gaya pengasuhan orangtua dan rendahnya pengawasan lingkungan

Menurut *University of Illinis Counseling Center*, 1996 (dalam Santrock, 2009) menyatakan prokrastinasi memiliki banyak bentuk, termasuk hal-hal berikut:

- a. Mengabaikan tugas dengan harapan tugas tersebut akan berlalu.
- b. Meremehkan tugas-tugas yang harus dikerjakan atau terlalu tinggi dalam menilai kemampuan dan sumber daya yang dimiliki.
- c. Menggunakan waktu berjam-jam untuk bermain game dan menjelajahi internet.
- d. Mengelabui diri sendiri dengan menyatakan bahwa performa yang biasa-biasa saja atau buruk sebagai suatu hal yang dapat diterima.
- e. Mengganti aktivitas yang seharusnya dilakukan dengan aktivitas yang berguna namun kurang penting.
- f. Meyakini bahwa sedikit menunda-nunda tugas yang seharusnya dikerjakan tidak akan merugikan.
- g. Mendramatisasi komitmen terhadap suatu tugas alih-alih mengerjakannya.
- h. Hanya bertekun pada sebagian kecil tugas.

Berdasarkan pendapat para ahli maka peneliti menyimpulkan bahwa ciri-ciri prokrastinasi adalah dengan sengaja melakukan keterlambatan dalam mengerjakan tugas, menghabiskan waktu untuk bermain game dan melakukan aktivitas lain yang dianggap menyenangkan, meremehkan serta mengabaikan tugas-tugas penting bagi individu itu sendiri.

Menurut Tuckman (dalam Sutriyono dkk, 2012) terdapat 3 aspek prokrastinasi yaitu:

- a. *Tendency to delay or put off doing things* (membuang waktu). Membuang waktu merupakan kecenderungan untuk membuang waktu secara sia-sia dalam menyelesaikan tugas yang perlu diprioritaskan demi melakukan hal-hal lain yang kurang penting.
- b. *Tendency to have difficulty doing unpleasant things and when possible to avoid or circumvent the unpleasantness* (kesulitan dan penghindaran dalam melakukan sesuatu yang tidak disukai). Merupakan kecenderungan untuk merasa berkeberatan mengerjakan hal-hal yang tidak disukai dalam tugas yang harus dikerjakannya tersebut atau jika memungkinkan akan menghindari hal-hal yang dianggap mendatangkan perasaan tidak menyenangkan.
- c. *Tendency to blame others for one's own plight* (menyalahkan orang lain). Merupakan kecenderungan untuk menyalahkan pihak lain atas penderitaan yang dialami diri sendiri dalam mengerjakan sesuatu yang ditundanya)

Menurut Kartadinata & Sia (2008) aspek-aspek prokrastinasi adalah:

- a. *Perceived time* (waktu yang dirasakan). Seseorang yang cenderung prokrastinasi adalah orang-orang yang gagal menepati deadline. Mereka berorientasi pada masa sekarang dan tidak mempertimbangkan masa mendatang. Prokrastinator tahu bahwa tugas yang dihadapinya harus segera diselesaikan, tetapi ia menunda-nunda untuk mengerjakannya atau menunda menyelesaikannya jika ia sudah memulai pekerjaannya tersebut. Hal ini mengakibatkan individu tersebut gagal memprediksikan waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.
- b. *Intention-action* (Celah antara keinginan dan tindakan). Perbedaan antara keinginan dengan tindakan senyatanya ini terwujud pada kegagalan siswa dalam mengerjakan tugas akademik walaupun siswa tersebut punya keinginan untuk mengerjakannya. Ini terkait pula dengan kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu. seorang siswa mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugasnya pada waktu yang telah ia tentukan sendiri, akan tetapi saat waktunya sudah tiba dia tidak juga melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang telah ia rencanakan sehingga menyebabkan keterlambatan atau bahkan kegagalan dalam menyelesaikan tugas secara memadai.
- c. *Emotional distress* (adanya perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi). Perilaku menunda-nunda akan membawa perasaan tidak nyaman pada pelakunya, konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri pelaku prokrastinasi. Pada mulanya siswa tenang karena merasa waktu yang tersedia masih banyak. tanpa terasa waktu sudah hampir habis, ini menjadikan mereka merasa cemas karena belum menyelesaikan tugas.
- d. *Perceived ability* (keyakinan terhadap kemampuan diri). Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan kognitif seseorang, namun keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya dapat menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menyalahkan dirinya sebagai yang tidak mampu, untuk menghindari munculnya dua perasaan tersebut maka seseorang dapat menghindari tugas-tugas sekolah karena takut akan pengalaman kegagalan.

Menurut McCloskey (dalam Patricia, 2021) aspek prokrastinasi akademik terbagi menjadi beberapa aspek, diantaranya:

- a. Kepercayaan terhadap kemampuan diri. Seseorang yang memiliki kepercayaan yang rendah terhadap kemampuannya akan cenderung mengalami hambatan dalam mengerjakan tugas karena dirinya merasa tidak mampu mengerjakan tugas dengan baik.
- b. Perhatian yang terganggu. Seseorang yang melakukan prokrastinasi biasanya lebih mudah untuk terganggu perhatiannya, misalnya dengan aktivitas yang lebih menyenangkan, seseorang akan mengutamakan melakukan sesuatu yang menurutnya menyenangkan daripada mengerjakan tugas.

- c. Faktor social. Faktor sosial adalah dimana seseorang mendapatkan dukungan dari keluarga maupun orang-orang disekitarnya yang dapat mempengaruhi dirinya untuk mengerjakan tugas dengan tepat waktu.
- d. Kemampuan manajemen waktu. Seseorang yang memiliki manajemen waktu yang kurang baik cenderung akan menyelesaikan tugasnya tidak tepat waktu karena tidak menentukan mana yang harus diutamakan untuk dikerjakan terlebih dahulu, sehingga tugas terlupakan.
- e. Rasa malas. Rasa malas adalah kecenderungan seseorang untuk menunda atau menghindari melakukan tugas yang seharusnya dikerjakan.
- f. Inisiatif personal. Inisiatif adalah kesiapan atau kemampuan untuk mulai mengerjakan tugas. Jika seseorang tidak memiliki inisiatif maka dirinya akan cenderung tidak memiliki keinginan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.

Berdasarkan pendapat para ahli, maka peneliti menyimpulkan bahwa prokrastinasi memiliki beberapa aspek diantaranya membuang waktu, tidak inisiatif, rasa malas, tidak memiliki manajemen waktu, perhatian terganggu, faktor sosial, tidak yakin terhadap kemampuan diri, perasaan cemas, serta perbedaan antara keinginan dan tindakan.

Jika dilihat dari fenomena tersebut di atas sebelumnya bahwa perilaku prokrastinasi ini lebih didominasi oleh siswa laki-laki daripada perempuan. Fenomena tersebut didukung oleh hasil penelitian yang pernah dilakukan seperti penelitian tentang kecenderungan perilaku prokrastinasi dilihat dari gender misalnya penelitian yang dilakukan oleh Balkis dan Duru (2009) yang menemukan ada perbedaan tingkat prokrastinasi akademik pada jenis kelamin yakni laki-laki lebih tinggi prokrastinasi akademiknya dibandingkan dengan perempuan. Kemudian, hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Dolye dan Paludi (dalam Balkis, 2009) menunjukkan hasil temuan menggambarkan fenomena pada perempuan mengalami prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Melihat uraian fenomena dan hasil penelitian sebagaimana yang telah diuraikan di atas dapat diasumsikan bahwa prokrastinasi akademik siswa laki-laki lebih tinggi daripada perempuan.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif komparatif. Penelitian komparatif atau analisis perbedaan adalah penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua atau lebih sampel yang berbeda. Analisis perbandingan komparatif yaitu teknik yang digunakan untuk melihat kecenderungan rata-rata antara dua atau lebih kelompok sampel data. Populasi dalam penelitian ini yang terdiri dari siswa kelas X dan XI SMA Swasta Mulia Pratama Medan yang berjumlah 153 Orang.

Sampel pada penelitian ini adalah siswa SMA Mulia Pratama Medan di kelas X dan XI (IPA dan IPS) yang berjumlah 86 orang, yang terdiri dari 40 orang siswa dan 46 orang siswi, yang diperoleh dengan cara mendata dengan memberikan pertanyaan sesuai dengan ciri kecanduan gadget yakni bermain gadget lebih dari 8 jam setiap hari nya di tiap kelas dari kelas X dan XI. Teknik Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah sampling purposive (purposive or judgmental sampling) yaitu suatu tipe nonprobability sampling, di mana peneliti dalam memilih sampel dengan cara seleksi khusus. Adapun yang menjadi ciri khusus yang akan dijadikan sampel yaitu siswa-siswi SMA Mulia Pratama Medan, memiliki gadget pribadi, serta aktif menggunakan gadget lebih dari 8 jam dalam sehari dengan jumlah sampel sebanyak 86 subjek penelitian yang sesuai dengan karakteristik tersebut.

Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah metode skala likert. Skala yaitu suatu metode pengumpulan data yang berisikan suatu daftar pernyataan yang harus dijawab oleh subjek secara tertulis (Hadi, 2004). Skala merupakan kumpulan pernyataan-pernyataan mengenai suatu objek. Skala merupakan suatu bentuk pengukuran terhadap performansi tipikal individu yang cenderung dimunculkan dalam bentuk respon terhadap situasi-

situasi tertentu yang sedang dihadapi (Azwar, 2007). Metode skala yang digunakan terdiri dari 2 jenis yaitu skala untuk mengukur prokrastinasi dan skala untuk mengukur kecanduan gadget. Butir-butir skala prokrastinasi disusun berdasarkan aspek- aspek yang dikemukakan oleh Kartadinata & Sia (2008) yaitu perceived time, intention-action, emotional distress, perceived ability. Skala tersebut menggunakan skala Likert yang berupa pernyataan yang terdiri dari aitem favourable (mendukung) dan unfavourable (tidak mendukung) dengan empat alternatif jawaban sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS) untuk setiap empat butir jawaban. Adapun pemberian nilai untuk pernyataan favourable (mendukung) diberi rentang skor 4-1 dan unfavourable (tidak mendukung) dinilai mulai dari nilai 1-4.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah pengujian bahwa sampel yang dihadapi adalah berasal dari populasi yang terdistribusi normal, uji normalitas dilakukan dengan menggunakan uji one sample kolmogorov-smirnov dengan bantuan SPSS 22.0 for windows, data dikatakan berdistribusi normal jika nilai $p > 0,05$ dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka distribusinya dinyatakan tidak normal (hadi, 2004). Berdasarkan hasil analisis tersebut, maka diketahui bahwa kecanduan gadget mendapat hasil 0,705 dan prokrastinasi mendapat hasil 0,212. Mengikuti sebaran normal yang distribusinya sesuai dengan prinsip kurva normal. Berikut adalah tabel 4.5. hasil perhitungan uji normalitas sebaran.

Tabel 2. Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	Mean	SD	K-S	Sig	Keterangan
Prokrastinasi	144,87	16,084	1,059	0,212	Normal

Keterangan

MEAN : Nilai Rata-rata
 SB/SD : Simpangan Baku (Strandart Deviasi)
 K-S : Koefisien Kolmogorov-Smirnov
 SIG : Signifikansi

2. Uji Anova One Way

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode one way anova ditemukan adanya perbedaan prokrastinasi yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dengan nilai signifikansi sebesar $0,027 < 0,05$. (Output analisis terlampir)

Tabel 3. Rangkuman Hasil Analisis Data dengan One Way Anova

Prokrastinasi	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1258.879	1	1258.879	5.101	.027
Within Groups	20730.714	84	246.794		
Total	21989.593	85			

3. Hasil Uji Mean Hipotetik Dan Empirik

Berdasarkan hasil uji mean hipotetik dan empirik ditemukan bahwa prokrastinasi laki-laki dan perempuan memiliki nilai yang tinggi. Dimana prokrastinasi laki-laki menunjukkan nilai empirik sebesar 148,98 % dan perempuan sebesar 141,30 %. Perbedaan keduanya memiliki selisih sebesar 7,68 %.

a. Mean Hipotetik

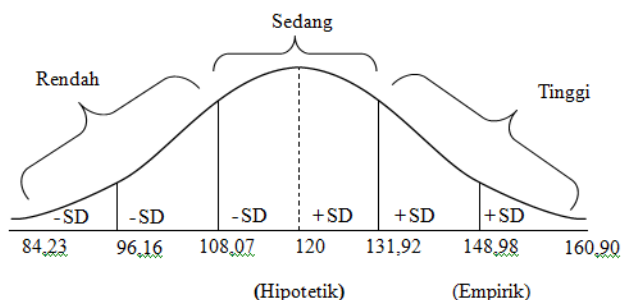
Jumlah butir aitem sebaran skala *prokrastinasi* yang valid adalah 48 butir dan diformat menggunakan skala Likert dengan 4 pilihan jawaban, maka mean hipotetiknya adalah $\{(48 \times 1) + (48 \times 4)\} / 2 = 120$.

b. Mean Empirik

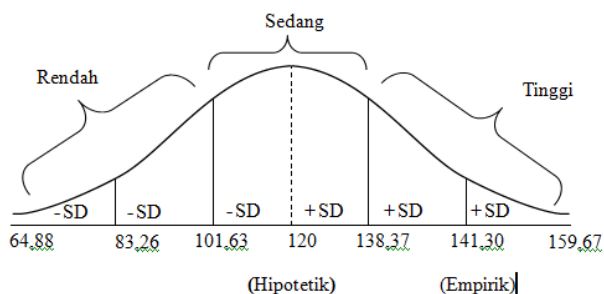
Mean empirik *prokrastinasi* laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan. Mean empirik *prokrastinasi* laki-laki adalah 148,98 dengan SD 11,922 dan mean empirik *prokrastinasi* perempuan sebesar 141,30 dengan SD 18,371. Apabila mean/nilai rata-rata empirik tidak berbeda (tidak melebihi bilangan SD) dengan mean/nilai rata-rata hipotetiknya, maka *prokrastinasi* siswa dinyatakan sedang, kemudian untuk mean (nilai rata-rata) hipotetik > mean (nilai rata-rata) empirik, dimana selisihnya melebihi bilangan SD (Standar Deviasi), maka dinyatakan bahwa subjek penelitian memiliki *prokrastinasi* yang rendah, sedangkan apabila mean (nilai rata-rata) hipotetik < mean (nilai rata-rata) empirik, dimana selisihnya tidak melebihi bilangan SD (Standar Deviasi), maka dinyatakan bahwa subjek penelitian memiliki *prokrastinasi* yang tinggi. Berikut adalah gambaran mengenai perbandingan mean (nilai rata-rata) hipotetik dengan mean (nilai rata-rata) empirik dapat dilihat pada tabel dan gambar di bawah ini.

Tabel 3. Perbandingan Mean Hipotetik dan Nilai Rata-rata Empirik

Variabel	Nilai Rata-Rata		SD	Keterangan
	Hipotetik	Empirik		
Prokrastinasi Laki-Laki	120	148,98	11,922	Tinggi
Prokrastinasi Perempuan	120	141,30	18,371	Tinggi



Gambar 1. Kurva Normal Prokrastinasi Laki-Laki



Gambar 2. Kurva Normal Prokrastinasi Perempuan

Melihat hasil yang diperoleh dari analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa meskipun terdapat perbedaan *prokrastinasi* akademik antara siswa laki-laki dan siswi perempuan dengan nilai 148,98 dengan SD 11,922 dan mean empirik *prokrastinasi* perempuan sebesar 141,30 dengan SD 18,371. Hal ini menunjukkan bahwa hampir tidak ada perbedaan *prokrastinasi* antara siswa laki-laki dan siswa perempuan. Hasil ini berbeda dengan asumsi yang dirumuskan sebelumnya bahwa *prokrastinasi* siswa laki-laki lebih tinggi daripada siswa perempuan. Hal ini

didukung oleh penelitian dari Roy Hendra Kristiandani, Endah Kumala Dewi (2012) dengan judul Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki memiliki tingkat prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa perempuan. Kemudian juga penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Johan Nasrul Huda (2015) dengan judul Perbandingan Prokrastinasi Akademik Menurut Pilahan Jenis Kelamin Di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta siswa laki-laki sering menunda studi mereka dibandingkan dengan yang perempuan untuk menyelesaikan studi lebih cepat dibandingkan laki-laki.

Namun demikian jika dicermati lebih lanjut bahwa hasil dari mean empirik antara siswa laki-laki dan siswi perempuan memperlihatkan hasil pada daerah kurva normal yang sama-sama tinggi antara keduanya sebagaimana yang dijelaskan dalam table di atas. Ada juga penelitian yang memperlihatkan hasil bahwa perempuan lebih tinggi prokrastinasinya daripada laki-laki sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Dolye dan Paludi (dalam Balkis, 2009) menunjukkan hasil temuan menggambarkan fenomena pada perempuan mengalami prokrastinasi akademik lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Lain halnya dengan hasil penelitian Astuti, dkk (2021) yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. Adanya perbedaan hasil penelitian ini merupakan hal yang dapat dikatakan wajar jika dilihat dari kenyataan bahwa antara laki-laki dan perempuan saat ini hampir tidak ada lagi perbedaan dari sisi peran dan tuntutan yang diemban oleh laki-laki dan perempuan. Jika tuntutan peran pekerjaan dan tanggung jawab dulunya diemban oleh laki-laki namun sekarang hal tersebut sudah tidak menjadi keharusan ataupun kewajiban bahwa laki-laki adalah orang yang diharapkan berhasil dalam mencapai cita-cita hingga mampu mencukupi kebutuhan keluarga. Banyak sekarang peran tersebut juga diemban oleh perempuan yang bekerja di berbagai sektor pekerjaan formal maupun informal.

SIMPULAN

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka di dapat diambil kesimpulan bahwa prokrastinasi akademik pada siswa laki-laki lebih tinggi dari siswa perempuan. Hal ini menguatkan hasil-hasil penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Namun demikian, jika mencermati hasil mean empirik yang dihasilkan bahwa prokrastinasi akademik antara siswa laki-laki dan perempuan memiliki hasil yang sama-sama berada pada kategori tinggi sebagaimana yang dijelaskan dalam table hasil perhitungan mean hipotetik dan mean empirik serta berdasarkan gambaran yang diperlihatkan melalui kurva normal sebagaimana tersaji di atas tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arwina, A., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Regulasi Diri dan Stres Akademik dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 1981-1991. doi:<https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.988>
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169-184.
- Azwar, S. (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Astuti, Y., Nisa, H., Sari, K., & Kumala, I. D. (2021). Perbedaan prokrastinasi akademik ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa. *Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, 4(2), 169-184.
- Balkis, M., & Duru, E. (2009). Prevalence of academic procrastination behavior among pre-service teachers, and its relationship with demographics and individual preferences. *Journal of Theory & Practice in Education (JTPE)*, 5(1).
- Ghufro, N., & Risnawati S, R. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.
- Hadi, S. (2004). *Metodologi Research*, Yogyakarta: Pustaka Belajar. <https://kbbi.web.id/sekolah.lhtm> diakses Januari, 2020.

- Huda, M. J. N. (2016). Perbandingan prokrastinasi akademik menurut pilahan jenis kelamin di UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. *PALASTREN: Jurnal Studi Gender*, 8(2), 423-438.
- Kartadinata, I., & Sia, T. (2008). I love you tomorrow: Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109-119.
- Nela, R., Ide, B.S., Nadia, S., (2013). Prokrastinasi Akademik dan Self-Control pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya. *Makara Seri Sosial Humaniora*, 17 (1), 1-18. <http://repository.ubaya.ac.id/id/eprint/23848> DOI: <http://hubsasia.ui.ac.id/article/view/178>
- Saman, A. (2017). Analisis prokrastinasi akademik mahasiswa (studi pada mahasiswa jurusan psikologi pendidikan dan bimbingan fakultas ilmu pendidikan). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 3(2), 55-62.
- Santrock, J.W. (2009). *Psikologi Pendidikan Educational Psychology Edisi 3 Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Shinta, D., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Resiliensi Akademik dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2015 Dan 2016 Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(3), 1928-1941. doi:<https://doi.org/10.34007/jehss.v4i3.978>
- Siregar, S. (2015). *Statistika Terapan Untuk Perguruan Tinggi*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Situngkir, R., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Kepercayaan Diri dan Kecemasan dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Angkatan 2015 & 2016. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 1968-1980. doi:<https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.987>
- Sutriyono, S., Riyani, R., & Prasetya, B. E. (2012). Perbedaan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa fakultas psikologi UKSW berdasarkan tipe kepribadian A dan B. *Satya Widya*, 28(2), 127-136.
- Tarigan, P., Fadilah, R., & Murad, A. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosi dan Pola Asuh Demokratis Orang tua dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 4(4), 2001-2014. doi:<https://doi.org/10.34007/jehss.v4i4.991>
- Triyono, T., & Khairi, A. M. (2018). Prokrastinasi akademik siswa SMA (Dampak psikologis dan solusi pemecahannya dalam perspektif psikologi pendidikan islam). *Jurnal Al-qalam: Jurnal Kependidikan*, 19(2), 57-74.
- Ursia, N. R., Siaputra, I. B., & Sutanto, N. (2013). Prokrastinasi Akademik Dan Self-Control Pada Mahasiswa Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Surabaya-Academic Procrastination And Self-Control In Thesis Writing Students Of Faculty Of Psychology, Universitas Surabaya. *Makara seri sosial humaniora*, 17(1), 1-18.
- West, R. (2006). *Theory of Addiction*. Blackwell Publishing.
- Winarjako, J., & Setiawati, E. (2016). *Ayah Baik-Ibu Baik Parenting Era Digital Pengaruh Gadget dan Perilaku Terhadap Kemampuan Anak*. Jakarta: Keluarga Indonesia Bahagia Bumi Bintaro Permai.
- Zahra, Y., & Hernawati, N. (2015). Prokrastinasi akademik menghambat peningkatan prestasi akademik remaja di wilayah perdesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 8(3), 163-172.