

PENGARUH PHUBBING TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK SISWA KELAS X DI SMAN 6 KOTA BOGOR

Khairun Nisa¹ Rusdi Kasman² Hafiz Taqwa³

Universitas Ibn Khaldun Bogor^{1/2/3}, Jl.Sholeh Iskandar Raya, Km.2,
RT.01/Rw.10, Kedungbadak, Kec.Tanah Sereal, Kota Bogor, Jawa
Barat 16162, Indonesia

E-mail: mykhairunnisa06@gmail.com¹ rusdikasman@uika-bogor.ac.id² hafiz.taqwa@uika-bogor.ac.id³

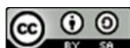
ABSTRAK

Kemajuan teknologi saat ini memberikan dampak yang signifikan, terutama terhadap perkembangan dibidang pendidikan. Namun dalam perkembangannya, tentu saja dunia pendidikan tidak akan pernah terlepas dari sebuah permasalahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh phubbing terhadap prokrastinasi akademik siswa SMA. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian regresi. Subjek dari penelitian ini adalah siswa SMA. Populasi pada penelitian ini adalah 317 siswa SMAN 6 Kota Bogor. Teknik *simple random sampling* digunakan untuk menentukan pengambilan sampel dan diperoleh sebanyak 76 siswa berdasarkan teknik penghitungan Slovin. Data penelitian dianalisis melalui uji regresi linier sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan perilaku phubbing terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa ($\text{sig} < 0,05$) dengan nilai koefisien determinasinya sebesar 13,4%. Nilai tersebut dapat diartikan bahwa variabel phubbing memiliki besaran pengaruh sebesar 13,4% terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, sedangkan 86,6% sisanya prokrastinasi akademik siswa dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini. Nilai koefisien regresi sebesar 0,380 mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam variabel *phubbing*, maka skor prokrastinasi akademik cenderung meningkat sebesar 0,380. Hal ini dapat disimpulkan bahwa, semakin tinggi siswa melakukan phubbing maka semakin tinggi pula prokrastinasi akademik siswa. Sebaliknya, semakin rendah phubbing maka semakin rendah pula prokrastinasi akademik siswa.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Phubbing, Siswa SMA

ABSTRACT

Current technological advances have had a significant impact, particularly on developments in education. But in its development, of course, the world of education will never be separated from a problem. This study aims to determine whether there is an effect of phubbing on the academic procrastination of high school students. This study used a quantitative approach using regression research methods. The subject of this study is high school students. The population in this study was 317 students of SMAN 6 Bogor City. The simple random sampling technique was used to determine sampling and was obtained by 76 students based on Slovin's counting technique. The research data were analyzed through a simple linear regression test. Research results show that there is a significant effect of phubbing behavior on student academic procrastination ($\text{sig} < 0.05$) with a coefficient of determination of 13.4%. This value can be interpreted as meaning that the phubbing variable has an influence of 13.4% on the academic procrastination of grade X students at SMAN 6 Bogor City, while the remaining 86.6% of students' academic procrastination is influenced by other variables outside this study. A regression coefficient value of 0.380 indicates that every single unit increase in the phubbing variable, the academic procrastination score tends to increase by 0.380. This can be



concluded that the higher the student phubbing, the higher the student's academic procrastination. On the other hand, the lower the phubbing, the lower the academic procrastination of students.

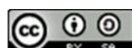
Keywords: *Academic Procrastination, Phubbing, High School Students*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu elemen penting dalam kehidupan manusia. Melalui pendidikan, setiap individu mengalami berbagai perubahan, baik dalam sikap, pengetahuan, maupun perilakunya. Perubahan tersebut terjadi karena pendidikan bertujuan untuk mendukung siswa dalam mengembangkan potensi diri agar mampu beradaptasi dengan lingkungan melalui komunikasi dan interaksi. Hal ini sejalan dengan Undang Undang Sistem Pendidikan Nasional (SISDIKNAS) No. 20 Tahun 2003, yang menyatakan bahwa pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif dalam mengembangkan potensi spiritual, pengendalian diri, kecerdasan, kepribadian, akhlak mulia, dan keterampilan yang dibutuhkan bagi diri sendiri maupun masyarakat (Wahyuningtyas & Setyawati, 2021). Namun, dalam perjalanannya, dunia pendidikan juga menghadapi sejumlah tantangan. Salah satunya berkaitan dengan permasalahan siswa yang sering berhubungan dengan aspek kepribadian dan perilaku siswa, seperti kebiasaan menunda tugas (Wahyuningtyas & Setyawati, 2021). Kebiasaan ini dikenal sebagai prokrastinasi, dan siswa yang melakukannya disebut sebagai prokrastinator.

Fenomena prokrastinasi terjadi di setiap bidang kehidupan, salah satunya adalah bidang akademik. Brown dan Holzman menyatakan bahwa perilaku prokrastinasi pada seseorang dapat dilihat dari ketidakmampuannya dalam mengelola waktu secara efektif, sehingga seringkali menunda penyelesaian tugas atau pekerjaan (Syahnur, 2021). Hal ini didukung oleh pendapat, Burka dan Yuen juga mengidentifikasi beberapa ciri umum yang dimiliki oleh individu dengan kecenderungan prokrastinasi, diantaranya seperti: (1) Kebiasaan menunda tugas, (2) Menganggap bahwa menunda bukanlah suatu masalah, (3) Kecenderungan mengulang perilaku prokrastinasi, serta (4) Pelaku prokrastinasi akan kesulitan dalam mengambil keputusan (Wicaksono, 2017). Pendapat lain menurut Ferrari yang menyebutkan bahwa prokrastinasi akademik dapat diukur dan diamati dalam ciri-ciri tertentu, yaitu berupa: (a) Penundaan untuk memulai atau menyelesaikan tugas; (b) Keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akademik; (c) Adanya kesenjangan waktu antara perencanaan dan pelaksanaan; dan (d) Melakukan aktivitas lain yang dirasa lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas akademik (Wicaksono, 2017).

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa, masih terdapat banyak siswa yang cenderung melakukan penundaan dan lebih memprioritaskan kegiatan yang tidak berkaitan dengan tugas sekolah. Hal ini dapat dilihat dari kecenderungan mereka yang lebih suka menghabiskan waktu untuk berjalan-jalan, bermain, bersantai, atau bahkan hanya tidur, terutama di kalangan remaja yang hidup di tengah era globalisasi, di mana pergaulan semakin tidak memiliki batasan (Reza Burhannudin Yusuf, 2023). Kondisi prokrastinasi di Indonesia dapat diketahui melalui penelitian yang dilakukan oleh Juliawati (dalam Satriantono & Wibowo, 2022) yang menyatakan bahwa kecenderungan prokrastinasi akademik siswa dengan persentase 60% pada kategori tinggi, 40% pada kategori sedang dan 20% pada kategori rendah. Hal ini dapat terlihat melalui kebiasaan mereka, seperti begadang, menghabiskan waktu di pusat perbelanjaan, menonton televisi



dalam waktu lama, serta kecanduan game online yang menyebabkan mereka melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas-tugas akademik. Penelitian lainnya dilakukan oleh Sriwigati dkk (2020) di suatu sekolah jenjang SMA yang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik siswa tergolong sangat tinggi (Sriwigati, Widyastuti, & Muhliawati, 2020).

Beberapa hasil penelitian tentang prokrastinasi akademik di luar Indonesia juga menunjukkan bahwa, prokrastinasi merupakan salah satu masalah yang menimpa sebagian besar masyarakat luas dan siswa pada lingkup yang lebih sempit (Hasim, Rahman, & Hakiem, 2019). Berdasarkan penelitian Janssen (2015) pada 98 siswa SMA di Amerika Serikat, diperoleh hasil sebagai berikut 5% siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik yang rendah, 34.7% siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik menengah, 49% siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik yang tinggi, dan 11.2% siswa berada pada kategori prokrastinasi akademik yang sangat tinggi (Clara, Dariyo, & Basaria, 2017).

Menurut Ferrari dkk. (dalam Muyana, 2018), penyebab prokrastinasi akademik dapat meliputi adanya pemikiran yang irasional, kecemasan, rasa malas, kurangnya keterampilan manajemen waktu, adanya sistem *reward* dan *punishment*, faktor lingkungan, serta beban tugas yang terlalu berlebihan sehingga membuat siswa melakukan prokrastinasi akademik. Ementara itu, Ghuron dan Risnawita menambahkan bahwa prokrastinasi akademik disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kondisi fisik serta aspek psikologis individu, sedangkan faktor eksternal meliputi gaya pengasuhan orang tua dan kondisi lingkungan (Dimastuti et al., 2024). Pernyataan ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Suherman (dalam Dimastuti et al., 2024) yang mengidentifikasi beberapa penyebab prokrastinasi akademik pada siswa, antara lain: kondisi fisik, karakteristik tugas, sikap dan kepercayaan diri, kondisi psikologis, kecemasan (*anxiety*), dukungan sosial, gaya pengasuhan orang tua, serta kondisi lingkungan sekitar. Apabila perilaku prokrastinasi tidak segera ditangani, maka akan memberikan dampak negatif yang merugikan individu itu sendiri.

Perilaku menunda tugas memiliki dampak signifikan terhadap keberhasilan akademik maupun pribadi seseorang. Prokrastinasi akademik dapat mengganggu efektivitas proses pembelajaran siswa karena waktu yang dimiliki tidak dimanfaatkan secara optimal. Akibatnya, banyak tugas yang terabaikan atau dikerjakan secara terburu-buru sehingga hasilnya menjadi kurang maksimal (Triyono & Khairi, 2018). Hal ini didukung oleh pendapat Dr. Joseph Ferrari, seorang psikolog dari *DePaul University* yang telah meneliti prokrastinasi selama lebih dari 25 tahun, yang menyatakan bahwa individu yang sering menunda pekerjaan cenderung memiliki tingkat produktivitas dan kualitas kerja yang lebih rendah. Selain itu, Sascha Pare dalam artikelnya *Why do we procrastinate?* menjelaskan bahwa perilaku menunda yang berlangsung terus-menerus dapat membentuk siklus negatif: tugas yang tertunda menimbulkan tekanan mental, memicu stres, dan dalam jangka panjang berdampak buruk pada kesehatan mental individu (Ramadhani, 2024).

Kemajuan teknologi saat ini memberikan dampak yang signifikan, terutama terhadap perkembangan dibidang pendidikan. Salah satu teknologi yang paling sering



digunakan oleh siswa adalah *smartphone*. Meskipun *smartphone* dapat membantu dalam menyelesaikan tugas akademik, penyalahgunaan perangkat ini dapat memunculkan dampak negatif, seperti perilaku *phubbing*, yakni kecenderungan mengabaikan orang lain saat berinteraksi dan lebih fokus pada layar *smartphone*. Fenomena ini menunjukkan bahwa penggunaan teknologi, juga dapat menjadi salah satu pemicu munculnya perilaku prokrastinasi akademik di kalangan siswa.

Perilaku *phubbing* yang berlangsung secara terus-menerus dapat memicu peningkatan perilaku prokrastinasi akademik di kalangan siswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan Syifa dkk (2024), dimana dalam penelitiannya mereka menemukan bahwa perilaku *phubbing* berkontribusi terhadap peningkatan prokrastinasi akademik, yang berimplikasi pada penurunan prestasi belajar mahasiswa (Syifa et al., 2024). Hal ini terjadi karena mahasiswa dengan kecenderungan *phubbing* lebih senang menghabiskan waktu mereka untuk menggunakan *smartphone* dan mengabaikan tugas-tugas akademik. Akibatnya, selain mengabaikan interaksi sosial, mereka juga lebih mudah menunda kegiatan akademik yang seharusnya diselesaikan (Syifa et al., 2024). Jika perilaku mengabaikan lawan bicara ini terus dilakukan dalam jangka waktu yang lama, maka akan berdampak negatif terhadap produktivitas dan keterlibatan dalam aktivitas akademik.

Berdasarkan hasil data penelitian pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti terhadap siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, ditemukan data bahwa masih terdapat siswa yang melakukan *phubbing* ketika pembelajaran sedang berlangsung, dan juga masih terdapat siswa yang masih melakukan prokrastinasi akademik di sekolah. Hal tersebut diperkuat oleh hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti dengan salah satu guru BK yang ada di SMAN 6 Kota Bogor yang secara khusus ditugaskan untuk mengawasi kelas X. Beliau menyebutkan bahwa terdapat sebagian siswa kelas X yang masih melakukan prokrastinasi di sekolah. Oleh karena itu, berdasarkan fenomena dan permasalahan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh *Phubbing* terhadap Prokrastinasi Akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor.

METODE PENELITIAN

Untuk melaksanakan sebuah penelitian, penting untuk secara hati-hati menentukan metode penelitian serta teknik pengumpulan data yang akan diterapkan (Kasman & Rahman, 2016). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi, yaitu suatu teknik analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui pengaruh satu variabel independen (bebas) terhadap satu variabel dependen (terikat). Dalam penelitian ini, peneliti ingin membuktikan atau menguji mengenai suatu hipotesa mengenai pengaruh *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor. Peneliti ingin mengetahui apakah *phubbing* mempengaruhi prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor dan sebesar apa pengaruh itu. Untuk menganalisis dampak dari setiap variabel, peneliti menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Untuk mempermudah penelitian ini, proses pembuktian dan pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan SPSS (Statistical Product and Service Solutions) versi 26.0.

Populasi yang diteliti dalam penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, dengan total populasi yang diperkirakan adalah 317 siswa/responden yang



tersebar di 9 kelas. Dalam penelitian kuantitatif, Prof. Dr. Sugiyono mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Subhaktiyasa, 2024). Peneliti menerapkan metode pengambilan sampel dengan *simple random sampling*. Untuk mengukur besaran sampel yang akan diteliti, peneliti juga menggunakan rumus Slovin, dimana rumus ini mampu mengukur besaran sampel yang akan diteliti. Besaran sampel yang akan diteliti sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi siswa kelas X SMAN 6 Kota Bogor

e : Batas toleransi kesalahan (*error tolerance*) 10%

Dengan menggunakan rumus Slovin: $n = N / (1 + N e^2) = 317 \text{ Siswa} / (1 + 317 \times 0,1^2) = 76$, maka didapatkan jumlah sampel yang dibutuhkan adalah sebanyak 76 siswa kelas X SMAN 6 Kota Bogor. Alasan peneliti menggunakan 10% pada penentuan ukuran jumlah sampel dikarenakan jumlah peserta didik sebanyak 317 siswa, sehingga tidak diambil semua menjadi sampel dan agar semua kelas terwakili menjadi sampel. Selain itu, penggunaan *margin of error* 10% juga didasari oleh sejauh mana peneliti mentolerir kelonggaran dari kesalahan dalam pengambilan sampel. Pada umumnya *margin of error* yang dapat ditolerir yaitu 1%, 5% dan 10% karena dianggap masih *representative* dalam penentuan sampel.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menerapkan angket atau kuesioner. Terdapat dua kuesioner yang dipakai dalam penelitian ini, yaitu angket *General Scale Phubbing* (GSP) yang dikembangkan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) dalam versi Bahasa Indonesia yang telah diuji validitasnya dan diterjemahkan kembali oleh Binti Isrofi (2020) untuk mengukur *phubbing*, serta angket *The Academic Procrastination Scale* (APS) yang dibuat oleh McCloskey & Scielzo dan telah dimodifikasi oleh Astri Fadilah (2023) untuk mengukur prokrastinasi akademik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Pada penelitian ini jenis kuesioner yang digunakan adalah jenis kuesioner tertutup dengan bentuk skala, responden diarahkan untuk memberikan jawaban pada salah satu pilihan yang dianggap benar. Skala yang digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur data adalah, skala likert. Skala ini digunakan untuk mengukur persetujuan responden terhadap serangkaian pertanyaan.

Sebelum digunakan, kedua angket ini diuji validitas dan reliabilitasnya dengan rumus korelasi product moment. SPSS 26 for Windows digunakan untuk mempermudah perhitungan. Berdasarkan hasil uji validitas yang dilaksanakan, terdapat 24 item pertanyaan mengenai prokrastinasi akademik dan 15 item mengenai *phubbing* yang dianggap valid. Angket tersebut juga menunjukkan reliabilitas yang baik setelah diuji menggunakan nilai *Cronbach's Alpha*, dengan $\alpha = .918$ untuk skala prokrastinasi akademik dan $\alpha = .757$ untuk skala *phubbing*. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji linearitas, sedangkan untuk hipotesis diuji



menggunakan regresi linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini didasarkan pada hasil temuan peneliti di lapangan, yaitu bahwa di SMAN 6 Kota Bogor masih terdapat siswa kelas X yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara dengan guru BK di SMAN 6 Kota Bogor yang menemukan bahwa ternyata masih terdapat siswa kelas X yang melakukan perilaku prokrastinasi akademik di sekolah tersebut.

Menurut Ghufron dan Risnawati (2010), secara etimologis istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastinus*, yang terdiri dari dua kata, yaitu *pro* yang berarti "maju" dan *crastinus* yang berarti "hari esok" atau "keputusan di hari berikutnya" (Habibi, Dharmayana, & Herawati, 2022). Oleh karena itu, secara harfiah prokrastinasi dapat diartikan sebagai tindakan menunda atau menanggguhkan sesuatu hingga hari berikutnya. McCloskey dan Scielzo (2015) juga mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai kecenderungan individu untuk secara sengaja menunda atau menanggguhkan kegiatan yang berkaitan dengan tugas-tugas sekolah, meskipun tidak ada alasan yang jelas untuk melakukannya. Fenomena ini tidak terbatas pada jenjang pendidikan tertentu, karena dapat terjadi pada siswa sekolah dasar hingga mereka yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan mengejar gelar akademis (McCloskey & Scielzo, 2015).

Salah satu ciri seseorang melakukan prokrastinasi ialah melakukan aktivitas lain yang menyenangkan, salah satunya yaitu perilaku *phubbing*. Hal ini dapat terjadi karena seseorang dengan perilaku *phubbing* akan cenderung lebih senang menghabiskan waktu dan perhatiannya pada penggunaan *smartphone*. Menurut Chotpitayasonondh dan Douglas, *phubbing* merupakan bentuk perilaku seseorang yang cenderung tidak memperdulikan orang lain ketika sedang bersama, ia lebih asik dengan *smartphone* yang ia pegang dari pada memperdulikan atau melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar (Sarlini, Yakub, Mardes, & Abstract, 2023). Hal ini didukung oleh pendapat menurut Wicaksono, Pradipta, dan Joni yang mengidentifikasi beberapa tanda perilaku *phubbing* yang muncul saat seseorang berinteraksi, seperti: memusatkan perhatian pada layar *smartphone*, tidak merespons saat diajak bicara, meminta lawan bicara mengulangi ucapannya, menjawab secara singkat, merespons dengan jeda, bersikap emosional, dan menunda aktivitas lainnya (Gouwtama, 2022).

Perilaku *phubbing* yang membuat seseorang nyaman bermain dengan *smartphone*, membuat dirinya menunda tugas atau tanggung jawab mereka. Hal ini di dukung oleh penilitan (Afdal et al., 2019) yang mengungkapkan bahwa hasil dari perilaku *phubbing* adalah prokrastinasi akademik. Hal ini juga diperkuat oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Syifa et al., 2024) menunjukkan bahwa *phubbing* berpengaruh signifikan terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Semakin tinggi perilaku *phubbing* seseorang akan memberikan peluang lebih besar kepada dirinya untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademiknya.

Berdasarkan temuan dari penelitian yang dilakukan peneliti pada 76 siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, diperoleh informasi dari hasil penelitian yang dilakukan mengenai jawaban responden tentang variabel prokrastinasi akademik Berdasarkan data dari hasil jawaban skala dari responden, dapat dianalisis data deskriptif variabel prokrastinasi



akademik sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Statistik Prokrastinasi Akademik

| Variabel | N | Mean | Median | Mode | Std. Deviation | Range |
|------------------------|----|-------|--------|------|----------------|-------|
| Prokrastinasi Akademik | 76 | 73,43 | 73,00 | 70 | 6,027 | 35 |
| <i>Phubbing</i> | 76 | 32,14 | 32,00 | 28 | 5,798 | 30 |

Sumber Data: Olah Data SPSS

Berdasarkan hasil perhitungan analisis statistik dalam data variabel prokrastinasi akademik, diperoleh simpangan baku sebesar 6,027 dan nilai range sebesar 35. Kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) dari seluruh data sebesar 73,43, nilai tengah pada sekumpulan data yang diperoleh (median) sebesar 73, dan nilai yang sering muncul dari jumlah skor dalam data (modus) sebesar 70. Sedangkan, hasil perhitungan analisis statistik dalam data variabel *phubbing*, diperoleh simpangan baku sebesar 5,798 dan nilai range sebesar 30. Kemudian diperoleh nilai rata-rata (mean) dari seluruh data sebesar 32,14, nilai tengah pada sekumpulan data yang diperoleh (median) sebesar 32 dan nilai yang sering muncul dari jumlah skor dalam data (modus) sebesar 28.

Setelah mendeskripsikan data yang telah diolah secara statistic diatas, selanjutnya klasifikasi sesuai dengan kriteria yang ditetapkan oleh Azwar (2006), yang dibentuk menjadi tiga kategori: "Tinggi", "Sedang", dan "Rendah" (Fitri & Muryono, 2024). Berikut persentase untuk setiap kategori prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Persentase kategori prokrastinasi akademik

| Kategori | Frekuensi/Jumlah | Persentase |
|----------|------------------|------------|
| Tinggi | 3 | 3,9% |
| Sedang | 73 | 96,1% |
| Rendah | 0 | 0% |

Sumber: Olah Data SPSS

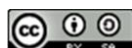
Tabel diatas menunjukkan bahwa, terdapat 3 responden (3,9%) termasuk dalam kategori tinggi, sementara 73 responden (96,1%) berada dalam kategori sedang, dan tidak ada responden (0%) yang masuk dalam kategori rendah. Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang termasuk dalam kategori sedang. Selanjutnya, persentase untuk setiap kategori *phubbing* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 3. Persentase kategori *phubbing*

| Kategori | Frekuensi/Jumlah | Persentase |
|----------|------------------|------------|
| Tinggi | 1 | 1,3% |
| Sedang | 46 | 60,5% |
| Rendah | 29 | 38,2% |

Sumber: Olah Data SPSS

Berdasarkan tabel diatas, hasil menunjukkan bahwa ada 1 responden (1,3%) yang tergolong dalam kategori tinggi, 46 responden (60,5%) dalam kategori sedang, dan 29 responden (38,2%) dalam kategori rendah. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat *phubbing* siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor termasuk



dalam kategori sedang. Persentase untuk setiap kategori *phubbing* dapat dilihat pada tabel berikut:

Setelah diketahui data mengenai tingkat prokrastinasi akademik dan *phubbing*, maka dilanjutkan dengan melakukan uji prasyarat seperti uji normalitas, uji homogenitas, dan uji linearitas sebelum melakukan uji regresi. Untuk mengetahui hasil uji normalitas, peneliti menggunakan kolmogorov-Smirnov, sehingga terlihat dengan jelas kenormalan dari dua variabel yang dianalisis, yaitu prokrastinasi akademik dan *phubbing*. Berdasarkan temuan dari penelitian yang dilakukan, deskripsi mengenai kenormalan antara kedua variabel dapat disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 4. Hasil Uji One-Sample Kolmogorov-Smirnov
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

| | | Unstandardized Residual |
|----------------------------------|--------------------------|-------------------------|
| N | | 76 |
| Normal Parameters ^{a,b} | Mean | .0000000 |
| | Std. Deviation | 5.61012460 |
| | Most Extreme Differences | |
| | Absolute | .075 |
| | Positive | .075 |
| | Negative | -.070 |
| Test Statistic | | .075 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | | .200 ^{c,d} |

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

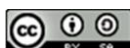
d. This is a lower bound of the true significance.

Sumber: Olah Data SPSS

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan aplikasi SPSS Versi 26.0 diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 lebih besar dari nilai 0,05. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel dalam penelitian ini berdistribusi normal. Selanjutnya uji homogenitas dilakukan untuk menunjukkan bahwa dua atau lebih kelompok sampel data diambil dari populasi yang memiliki varians yang sama (Reyvan M., 2020). Hasil dari uji homogenitas dalam penelitian ini disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

| | | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|---------------|--------------------------------------|------------------|-----|------------|------|
| Prokrastinasi | Based on Mean | 2.037 | 16 | 52 | .028 |
| | Based on Median | .766 | 16 | 52 | .714 |
| | Based on Median and with adjusted df | .766 | 16 | 24.09 9 | .705 |



| | | | | |
|-----------------------|-------|----|----|------|
| Based on trimmed mean | 1.851 | 16 | 52 | .049 |
|-----------------------|-------|----|----|------|

Sumber: Olah Data SPSS

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,028 lebih besar dari nilai 0,05. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa data tersebut asumsi uji homogenitas terpenuhi. Dilanjut dengan uji linearitas, yang merupakan salah satu metode dalam analisis statistik yang gunanya untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen pada suatu model regresi linier adalah linear atau tidak.

Uji ini sangat penting dilakukan karena jika hubungan antara kedua variabel tersebut tidak linear, maka hasil analisis regresi yang diperoleh tidak valid. Metode yang digunakan oleh peneliti dalam uji linearitas ini adalah *deviation from linearity*, dimana dalam pengambilan keputusan apakah hubungan variabel independen dengan variabel dependen itu linear atau tidak, bisa menggunakan nilai signifikansi. Berikut hasil dari uji linearitas yang disajikan pada tabel dibawah ini:

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

| | | Sum of Squares | df | Mean Square | F | Sig. |
|-----------------------------|--------------------------|----------------|----|-------------|--------|------|
| Prokrastinasi * Phubbing | (Combined) | 949.454 | 23 | 41.281 | 1.209 | .279 |
| | Between Groups | | | | | |
| | Linearity | 364.159 | 1 | 364.159 | 10.667 | .002 |
| | Deviation from Linearity | 585.296 | 22 | 26.604 | .779 | .735 |
| | Within Groups | 1775.217 | 52 | 34.139 | | |
| Total | | 2724.671 | 75 | | | |

Sumber: Olah Data SPSS

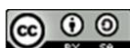
Dari hasil di atas di peroleh nilai *deviation from linierity* adalah sebesar $F=0,779$ dengan sig. 0,735 ($p > 0.05$). Maka dapat dikatakan hubungan antara *phubbing* dengan prokrastinasi akademik adalah linier. Setelah pelaksanaan uji normalitas, homogenitas, dan linearitas terpenuhi, maka selanjutnya dilakukan pengujian terhadap regresi. Tujuannya adalah untuk menguji apakah *phubbing* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 ($sig < 0.05$) maka variabel bebas berpengaruh terhadap variabel terikat. Adapun hasil dari uji hipotesis dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Regeresi

| Model | | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. |
|-------|------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|------|
| | | B | Std. Error | Beta | | |
| 1 | (Constant) | 61.218 | 3.673 | | 16.666 | .000 |
| | Phubbing | .380 | .112 | .366 | 3.379 | .001 |

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

Sumber: Olah Data SPSS



Berdasarkan nilai signifikansi 0,001 lebih kecil daripada 0,05 ($0,001 < 0,05$). Sesuai dengan ketentuan yang telah disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan hipotesis yakni *phubbing* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik. Nilai koefisien regresi sebesar 0,380 mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu satuan dalam variabel *phubbing*, maka skor prokrastinasi akademik cenderung meningkat sebesar 0,380. Setelah mengetahui bahwa variabel *phubbing* dapat mempengaruhi variabel prokrastinasi, maka dilanjutkan dengan analisis determinasi (*R square*) untuk mengetahui besar pengaruh variabel independen terhadap dependen. Adapun nilai *R square* dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 8. Hasil Nilai R Square

| Model Summary | | | | |
|---------------|-------------------|----------|-------------------|----------------------------|
| Model | R | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
| 1 | .366 ^a | .134 | .122 | 5.648 |

a. Predictors: (Constant), Phubbing

Sumber: Olah Data SPSS

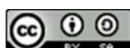
Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa *R square* adalah 0,134, yang berarti *phubbing* berpengaruh 13,4% terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, sedangkan 86,6% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Diketahui pula bahwa nilai koefisien dalam penelitian ini bernilai positif terhadap prokrastinasi akademik. Adanya pengaruh *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik ini sejalan dengan studi kualitatif yang dilakukan oleh (Langseth & Sedal, 2019) yang menyebutkan bahwa *phubbing* menyebabkan keteralihan perhatian siswa dalam mengikuti pembelajaran. Siswa cenderung untuk berpikir dalam banyak hal sehingga aktivitas pembelajaran tidak terlaksana dengan maksimal. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Syifa et al., 2024). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, berdasarkan data dari 103 responden diperoleh bahwa terdapat pengaruh yang signifikan perilaku *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa ($\text{sig} < 0,05$).

Nilai koefisien pengaruhnya adalah 0,36 dan nilai koefisien determinasinya sebesar 13,22%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi perilaku *phubbing* akan meningkatkan peluang mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademiknya. Sebaliknya, mahasiswa dengan perilaku *phubbing* yang rendah akan mengurangi peluang mahasiswa melakukan prokrastinasi akademiknya. Hal tersebut diperkuat oleh pendapat Abramoval yang menyebutkan bahwa, perilaku *phubbing* berpengaruh pada beberapa perilaku negatif akademik mahasiswa diantaranya, meremehkan proses dan juga aktivitas belajar, memperlama masa studi, mengganggu perhatian dan fokus secara visual selama perkuliahan berlangsung (Syifa et al., 2024).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang didapatkan melalui pengolahan data dan analisa data penelitian terkait pengaruh *phubbing* terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di

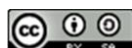


SMAN 6 Kota Bogor, peneliti memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor mayoritas berada pada tingkat sedang. Hal ini dibuktikan dengan hasil data yang diperoleh dengan jumlah keseluruhan responden sebanyak 76 siswa, yang dimana 73 (96,1%) siswa atau responden berada pada kategori sedang.
2. Tingkat *phubbing* siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor mayoritas berada pada tingkat sedang. Hal ini dibuktikan dengan hasil data yang diperoleh dengan jumlah keseluruhan responden sebanyak 76 siswa, yang dimana 46 (60,5%) siswa atau responden berada pada kategori sedang.
3. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana, diperoleh hasil 0,001 dengan tingkat signifikansi lebih kecil dari 0,05. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hal ini dapat diartikan bahwa variabel *phubbing* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor. Diketahui pula bahwa nilai *R square* adalah 0,134, yang berarti *phubbing* berpengaruh 13,4% terhadap prokrastinasi akademik siswa kelas X di SMAN 6 Kota Bogor, sedangkan 86,6% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., ... Hariyani, H. (2019). *An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary research from counseling perspective*. 295(ICETeP 2018), 270-273. doi: 10.2991/icetep-18.2019.65
- Clara, C., Dariyo, A., & Basaria, D. (2017). (Studi Pada Siswa Sma X Tangerang). *Jurnal Muara Ilmu Sosial*, 1(2), 159-169.
- Dimastuti, S., Gutji, N., Rahmayanty, D., Studi Bimbingan dan Konseling, P., & Keguruan dan Ilmu Pendidikan, F. (2024). *Identifikasi Faktor-Faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik Siswa: Sebuah Studi Deskriptif Pada Siswa Kelas VII SMP Identification Of Factors Causing Students' Academic Procrastination: A Descriptive Study On Class VII Students Of Junior High School*. 7(1), 211-220.
- Fitri, N. F., & Muryono, S. (2024). Hubungan Antara Fear of Missing Out Dengan Self Control Pada Peserta Didik Pengguna Media Sosial Tiktok. *Cons-Iedu*, 4(1), 1-10. doi: 10.51192/cons.v4i1.852
- Gouwtama, Y. (2022). *Pengaruh Intensitas dan Adiksi Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Phubbing di Provinsi DKI Jakarta*. 26(1), 93-110. Retrieved from <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/218841>
- Habibi, N. M., Dharmayana, I. W., & Herawati, A. A. (2022). Korelasi Pola Asuh Permisif dengan Prokrastinasi Akademik Pembelajaran Daring Selama Pandemi. *Jurnal Ilmiah BK*, 5(1), 9-17.
- Hasim, F., Rahman, I. K., & Hakiem, H. (2019). Hubungan regulasi diri dengan prokrastinasi akademik siswa SMAN 6 Kota Bogor. *Journal Annual Conference on Islamic Education and Social Sains*, 1(1), 114-121.
- Langseth, I. D., & Sedal, H. (2019). Smart phones in schools: In what ways can coaching empower students to make a valid judgement on when and how to use their smart phone? *Human IT*, 14(3), 48-82.
- Mccloskey, J., & Scielzo, S. A. (2015). Finally!: The Development and Validation of the Academic Procrastination Scale. *Research Gate*, January(March), 1-43. doi: 10.13140/RG.2.2.23164.64640
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi akademik dikalangan mahasiswa program studi bimbingan dan konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(1), 45. doi: 10.25273/counsellia.v8i1.1868
- Ramadhani, Y. (2024). Studi: Prokrastinasi & Efek Menunda-nunda bagi Kesehatan Mental. Retrieved February 2, 2025, from Tirto.Id. website: <https://tirto.id/procrastinasi-menunda>



- nunda-dampaknya-bagi-kesehatan-mental-g59u
- Reyvan M. (2020). Contoh Teknik Analisis Data dalam Uji Homogenitas. Retrieved June 19, 2024, from <https://dqlab.id/contoh-teknik-analisis-data-dalam-uji-homogenitas>
- Reza Burhannudin Yusuf. (2023). *Analisis bibliometrik prokrastinasi akademik siswa tahun 2019-2023*. 1546–1553.
- Sarlini, S. D., Yakub, E., Mardes, S., & Abstract, U. R. (2023). Analisis Perilaku Phubbing Dan Faktor Penyebabnya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 723–735. Retrieved from <https://doi.org/10.5281/zenodo.10088872>.
- Satriantono, Y. B., & Wibowo, D. H. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dan Prokrastinasi Akademik Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Indonesia*, 7(1), 00–00. Retrieved from https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk
- Srigiwati, T., Widyastuti, A. . D., & Muhliawati, Y. (2020). Upaya Mereduksiprokrastinasi Akademik Melalui Layananbimbingan Kelompok Teknik Diskusi Bagi Peserta Didik Kelas Xii Aphp B Smk Negeri 1 Wanayasa. *Prosiding Pendidikan Profesi Guru*, 357–368. Retrieved from <http://eprints.uad.ac.id/21252/1/33>. Tunjung Sriwigati %28357-368%29.pdf
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). *Menentukan Populasi dan Sampel : Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. 9, 2721–2731.
- Syahnur, N. (2021). Peran Keyakinan Diri terhadap Prokrastinasi Mahasiswa pada Pembelajaran Daring di Kota Bukittinggi. *Borobudur Psychology Review*, 1(2), 95–103. doi: 10.31603/bpsr.4874
- Syifa, A., Nugraha, W., Tirta Yudistira, R., Studi Psikologi Islam IAIN Pontianak, P., Letjend Suprpto No, J., Pontianak, K., & Barat, K. (2024). Evaluasi Perilaku Belajar Mahasiswa: Analisis Pengaruh Perilaku Phubbing terhadap Prokrastinasi Akademik. *Konstruktivisme : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 16(1), 90–99. doi: 10.35457/konstruk.v16i1.3370
- Triyono, & Khairi, A. M. (2018). Prokrastinasi akademik siswa SMA (Dampak psikologis dan solusi pemecahannya dalam perspektif psikologi pendidikan islam). *Jurnal Al Qalam*, 19(2), 58–74.
- Wahyuningtyas, S. A., & Setyawati, S. P. (2021). Pengaruh motivasi belajar terhadap prokrastinasi akademik siswa MTs Sunan Kalijaga Kabupaten Tulungagung. *Semdikjar 4*, 2021(4), 708–716.
- Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 69–73. Retrieved from www.luhurwicaksono@yahoo.com

