

STUDI KORELASIONAL ANTARA INTENSITAS BERMAIN *ONLINE GAME* DAN PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA

MIKHAEL KRISTIANO GENESARET, DOMINIKUS DAVID BIONDI SITUMORANG*

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan dan Bahasa,
Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Abstrak

Prokrastinasi akademik adalah perilaku mahasiswa yang tidak sesuai dengan rencana dengan melakukan penundaan dalam penyelesaian tugas kuliah untuk melakukan kegiatan lain yang lebih menyenangkan, sehingga mengakibatkan keterlambatan dalam pengumpulan tugas. Salah satu faktor yang diduga dapat menimbulkan prokrastinasi akademik adalah intensitas bermain *online game*. Intensitas bermain *online game* adalah besar atau kekuatan, konsentrasi yang digunakan dalam bermain *online game* yang memiliki sifat kuantitatif dan kualitas yang memiliki derajat yang bertingkat, yang meliputi komponen berikut; frekuensi dan lama waktu. Penelitian ini adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui intensitas bermain *online game* mahasiswa, mengetahui tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa, serta mengetahui hubungan antara intensitas bermain *online game* dan prokrastinasi akademik mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen skala penilaian. Instrumen skala penilaian ini bertujuan untuk mengukur variabel intensitas bermain *online game* dan variabel prokrastinasi akademik. Hasil analisis deskriptif variabel intensitas bermain *online game* adalah: 2.63% responden mengalami intensitas bermain *online game* pada kategori tinggi, 21% pada kategori sedang, dan 76.37% pada kategori yang rendah. Pada variabel prokrastinasi akademik, diperoleh data: 1.31% responden sudah memiliki prokrastinasi akademik pada kategori tinggi, 67.10% pada kategori sedang, dan 31.59% pada kategori rendah. Hasil analisis korelasi antara variabel intensitas bermain *online game* dan prokrastinasi akademik menghasilkan korelasi sebesar 0.472 dengan p value = 0.000 lebih kecil dari taraf signifikansi yang telah ditentukan yaitu sebesar 0.05. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa adanya korelasi positif yang signifikan antara intensitas bermain *online game* dan prokrastinasi akademik mahasiswa. Peneliti memberikan saran terutama kepada pembimbing akademik agar bekerja sama dengan konselor perguruan tinggi untuk memberikan layanan Bimbingan dan Konseling, baik konseling individual maupun konseling kelompok kepada mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik yang tinggi.

Kata-kata kunci: Intensitas bermain *online game*, prokrastinasi akademik

*Penulis Korespondensi.

Email: mikhael32@gmail.com, david.biondi@atmajaya.ac.id*

Abstract

Academic procrastination is student behavior that is not by the plan by delaying the completion of college assignments to do other more enjoyable activities, resulting in delays in collecting assignments. One of the factors thought to cause academic procrastination is the intensity of playing online games. The intensity of playing online games is the magnitude or strength, the concentration used in playing online games which have quantitative and quality properties that have graded degrees, which include the following components; frequency and length of time. This research is a correlational study that aims to determine the intensity of playing online games by students, to determine the level of student academic procrastination, and to determine the relationship between the intensity of playing online games and the academic procrastination of students in the Department of Guidance and Counseling at Atma Jaya Catholic University of Indonesia. The data collection technique used a rating scale instrument. This rating scale instrument aims to measure the intensity variable of playing online games and the variable of academic procrastination. The results of the descriptive analysis of the intensity of playing online games are: 2.63% of respondents experienced the intensity of playing online games in the high category, 21% in the medium category, and 76.37% in the low category. On the academic procrastination variable, the data obtained: 1.31% of respondents already have academic procrastination in the high category, 67.10% in the medium category, and 31.59% in the low category. The results of the correlation analysis between the variable intensity of playing online games and academic procrastination resulted in a correlation of 0.472 with p-value = 0.000 which was smaller than the predetermined significance level of 0.05. Based on these results, it can be concluded that there is a significant positive correlation between the intensity of playing online games and student academic procrastination. The researcher gives advice, especially to academic supervisors, to work with college counselors to provide Guidance and Counseling services, both individual counseling and group counseling to students who have high academic procrastination.

Key words: Intensity of playing online game, academic procrastination

PENDAHULUAN

Kondisi masa pandemi *Coronavirus Disease* (COVID-19) telah berdampak pada seluruh aspek kehidupan pada manusia (Situmorang, 2020). Dalam memutus rantai dari penularan virus COVID-19 ini, banyak pembatasan yang dilaksanakan oleh pemerintah, termasuk itu pemerintah kita sendiri (Situmorang, 2021a, 2021b). Dalam perihal pemenuhan hak peserta didik agar mendapatkan pelayanan pendidikan selama darurat penyebaran COVID-19, proses dari pembelajaran dilakukan melalui penyelenggaraan Belajar dari Rumah (BDR) sebagaimana yang telah tertera pada Surat Edaran Kemendikbud Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pedoman Pelaksanaan BDR selama darurat COVID-19 (dalam Kurniasari, Pribowo, & Putra, 2020).

Namun, selama BDR berlangsung, banyak anak Indonesia tidak menyukai sistem tersebut. Kegiatan ini dianggap sebagai kegiatan yang tidak efektif karena banyak dari mereka yang tidak dapat memahami pembelajaran selama BDR berlangsung dibandingkan dengan sistem tatap muka. Akibatnya, banyak anak yang lebih memilih untuk bermain *online game* daripada belajar selama kegiatan BDR berlangsung (dalam Manik et al., 2021).

Permainan era modern saat ini biasa dikenal dengan istilah *online game* (Situmorang, 2021c). *Online game* merupakan permainan yang dioperasikan menggunakan koneksi internet. Berkaitan dengan hal tersebut Burhan dan Tsharir (2005, dalam Kurniawan, 2017) mengemukakan bahwa *online game* merupakan permainan komputer yang dapat dimainkan oleh banyak pemain melalui internet. Dalam 10 tahun terakhir, *online game* telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal tersebut dapat dilihat dari banyak bertambah fungsinya telepon yang awalnya hanya untuk mengirim pesan dan menelepon seseorang. Sekarang telepon genggam menjadi *gadget* yang multifungsi.

Berdasarkan uraian tersebut, tampak bahwa salah satu dampak *online game* yaitu menyebabkan remaja malas belajar. *Online game* memberikan dampak pada perilaku menunda pekerjaan pada remaja. Perilaku tersebut dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Knaus (dalam Kurniawan, 2017) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan menunda suatu kegiatan penting dan tidak membuat tugas secara tepat waktu.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 mahasiswa BK UNIKA Atma Jaya diperoleh keterangan bahwa ada dua pendapat yaitu; intensitas yang tinggi dalam bermain *online game* dapat membuat mahasiswa kecanduan sehingga berdampak pada kemalasan mahasiswa dalam mengerjakan tugas kuliahnya. Serta, ada yang berpendapat juga bahwa intensitas bermain *online game* yang tinggi dapat membuat mahasiswa lebih tenang dapat mengerjakan tugas kuliahnya.

Fenomena serupa juga ditemukan peneliti pertama selama menjalani praktik mengajar pada salah satu paralel kelas VIII di SMP Bunda Hati Kudus Jakarta. Berdasarkan hasil pengamatan, tingkat keaktifan siswa selama mengikuti kegiatan pembelajaran masih kurang. Hal ini tampak dari sebagian besar siswa tidak menyalakan kamera dan tidak pernah bertanya terkait materi yang disampaikan maupun mencoba mengkomunikasikan kesulitannya dalam memahami materi yang dijelaskan. Para siswa juga kerap kali terlambat dalam mengerjakan maupun mengumpulkan tugas yang diberikan sesuai batas waktu yang telah ditetapkan.

Mengacu pada hal tersebut, dapat dilihat bahwa ada dua kemungkinan, yaitu; terdapat korelasi positif atau negatif antara intensitas bermain *online game* dengan perilaku menunda pekerjaan (*prokrastinasi*). Oleh

karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik ini.

KAJIAN TEORETIS

Intensitas Bermain Online Game

Kata intensitas berasal dari Bahasa Inggris yaitu "*intense*" yang berarti semangat, giat. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, intensitas ialah keadaan tingkatan atau ukuran intensnya. Sementara, menurut Chaplin (dalam La Febrina, 2014) berpendapat bahwa intensitas adalah suatu sifat kuantitatif dari suatu penginderaan, yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya. Intensitas merupakan suatu bentuk dukungan berupa kekuatan yang dapat menguatkan suatu dukungan tersebut atau dapat pula dimaksud bahwa seberapa banyak atau seberapa sering melakukan kegiatan dalam satu waktu.

Horrihan (dalam Akbari, 2016) menjelaskan bahwa dalam intensitas penggunaan internet seseorang, terdapat dua hal mendasar yang perlu diamati, yaitu frekuensi internet yang sering digunakan dan lama menggunakan tiap kali mengakses internet yang dilakukan oleh pengguna internet. Intensitas yang merupakan suatu bentuk dukungan berupa kekuatan yang dapat menguatkan suatu dukungan tersebut. Neuman (dalam La Febrina, 2014) mengungkapkan salah satu teori mengenai intensitas yaitu *intensity is the strength of*

power of a message in a direction, pengertian tersebut dapat pula dipahami bahwa seberapa banyak atau seberapa sering melakukan kegiatan dalam satu waktu.

Menurut Young (2009), *online game* adalah permainan yang dimainkan secara *online* via internet. *Game* dengan fasilitas *online* via internet menawarkan fasilitas lebih dibandingkan dengan *game* biasa (*video game*) karena pemain itu bisa berkomunikasi dengan pemain lain di seluruh penjuru dunia melalui *chatting*.

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan intensitas bermain *online game* adalah tingkatan ukuran frekuensi atau jumlah satuan waktu (durasi) yang digunakan pada aktivitas bermain *online game* dengan dorongan emosi (semangat dan giat). Semakin tinggi tingkatan ukuran frekuensi yang dihabiskan dalam bermain *online game*, berarti semakin tinggi juga intensitas bermain *online gamenya*. Dan semakin rendah tingkatan ukuran frekuensi yang dihabiskan dalam bermain *online game*, berarti semakin rendah juga intensitas bermain *online gamenya*.

Horrigan (2002) memaparkan 2 aspek intensitas bermain *online game*, terdiri dari: a) Frekuensi, yaitu tingkatan atau seberapa sering subjek bermain *online game*. Ketika bermain *online game* dengan frekuensi 4-5 kali dalam seminggu hal ini dapat mengakibatkan banyak waktu yang dipakai

untuk bermain saja, sehingga tidak melakukan kegiatan serta aktivitas yang lain dan menyebabkan seseorang tidak mendapatkan pengetahuan; b) Lama waktu. Aspek ini mempunyai arti penting karena berapa lama waktu yang digunakan untuk bermain *online game*. Ketika bermain *online game* dengan waktu lebih dari 3 jam perhari hal ini akan membuat seseorang menganggap bahwa *online game* lebih penting daripada hal yang lain, seperti aktivitas belajar.

Prokrastinasi Akademik

Menurut Burka dan Yuen (2008), prokrastinasi berasal dari gabungan dua kata latin yaitu "*pro*" artinya mendorong maju dan "*crastinus*" artinya menuju hari esok. Maju menuju hari esok maksudnya ialah melakukan kegiatan nanti. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah menunda kegiatan atau tugas yang dimiliki sampai esok hari. Burka dan Yuen (2008) juga mendefinisikan prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan untuk melakukan kegiatan yang kurang penting dan menghemat tenaga dengan tujuan untuk menghindari kegiatan atau tugas yang memerlukan usaha lebih. Menurut Tjundjing (dalam Triyono, 2014), prokrastinasi adalah sifat atau kebiasaan menunda yang dimiliki oleh individu terhadap suatu tindakan atau pengambilan keputusan.

Menurut Ferrari, Johnson, dan Cown (1995), prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan yang dimiliki peserta didik untuk melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dimiliki, meskipun sebenarnya individu tersebut sudah memiliki keinginan atau niat untuk mengerjakan tugas yang dimiliki tetapi individu lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan selain belajar atau mengerjakan tugasnya. Individu telah menyadari akan tugas yang dimiliki, tetapi karena ketakutan akan kegagalan yang dimiliki, individu malah melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Ghufro dan Risnawita (dalam Qomari, 2015), mendefinisikan prokrastinasi akademik sebagai suatu jenis penundaan yang dilakukan oleh peserta didik terhadap tugas formal yang berkaitan dengan tugas-tugas akademik. Penundaan tersebut terjadi dikarenakan adanya pikiran yang irasional (Situmorang, 2021a) dari peserta didik. Hal ini menyebabkan peserta didik memandang tugas yang dimiliki sebagai sesuatu yang penuh dengan tekanan. Oleh sebab itu, peserta didik melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas tersebut (Burka, Yuen, Solomon & Rothblum dalam Qomari, 2015).

Ferrari et al. (1995) mengemukakan 4 karakteristik dari prokrastinasi akademik, yaitu: a) penundaan untuk memulai maupun

menyelesaikan tugas kuliah, yaitu prokrastinator menyadari akan pentingnya tugas kuliah yang dimiliki. Namun, terdapat perbedaan antara perilaku dan niat yang dimiliki, sehingga prokrastinator mudah dialihkan dengan kegiatan atau perilaku lain yang kurang penting; b) keterlambatan dalam menyelesaikan tugas kuliah, yaitu prokrastinator yang melakukan kegiatan lain yang kurang penting menyebabkan keterbatasan waktu yang dimiliki oleh prokrastinator untuk menyelesaikan tugas kuliah; c) kesenjangan waktu antara rencana yang ditetapkan dengan perilaku, yaitu prokrastinator yang terlambat dalam menyelesaikan tugas kuliah dapat disebabkan oleh adanya perbedaan antara rencana yang telah dibuat dengan perilakunya; d) melakukan aktivitas lain, yaitu prokrastinator mudah teralih dengan aktivitas lain yang lebih menyenangkan dibandingkan dengan mengerjakan tugas kuliah.

METODE PENELITIAN

Subjek dari penelitian ini ialah mahasiswa BK UNIKA Atma Jaya angkatan 2019-2021 yang berjumlah 76 mahasiswa. Angkatan 2019 berjumlah 32 orang, angkatan 2020 berjumlah 14 orang, dan angkatan 2021 berjumlah 30 orang.

Teknik pengumpulan data untuk variabel yaitu dengan menggunakan instrumen skala penilaian intensitas bermain *online game*, dan prokrastinasi akademik berupa skala penilaian. Skala penilaian terdiri dari 5 alternatif pilihan jawaban, yaitu Tidak Pernah (TP) dengan bobot skornya 1; Jarang (JR) dengan bobot skornya 2; Kadang-Kadang (KK) dengan bobot skornya 3; Sering (SR) dengan bobot skornya 4; dan Selalu (SL) dengan bobot skornya 5.

Instrumen yang telah disusun kemudian dilakukan analisis rasional dengan tujuan untuk menyesuaikan pernyataan dengan komponen dan indikator yang telah disusun. Analisis empiris dilakukan untuk menguji uji validitas dan reliabilitas instrumen yang sudah disusun. Berdasarkan hasil uji coba instrumen, diperoleh hasil bahwa instrumen intensitas bermain *online game* memiliki 19 pernyataan valid dengan reliabilitas instrumen sebesar 0.968; sedangkan instrumen prokrastinasi akademik memiliki 39 pernyataan valid dengan reliabilitas instrumen 0.954. Data penelitian dianalisis menggunakan rumus korelasi *product moment* menurut Pearson dengan bantuan program SPSS 26.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis kategori, diketahui dari 76 mahasiswa BK angkatan 2019-2021 UNIKA Atma Jaya, terdapat 2 mahasiswa (2.63%) yang memiliki tingkat intensitas bermain *online game* dengan kategori tinggi, 16 mahasiswa (21%) dengan kategori sedang, dan 58 mahasiswa (76.37%) dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil klasifikasi, kesimpulannya tingkat intensitas bermain *online game* mahasiswa BK angkatan 2019-2021 rata-rata pada kategori rendah.

Berdasarkan hasil analisis kategori, diketahui dari 76 mahasiswa BK angkatan 2019-2021 UNIKA Atma Jaya, terdapat 1 mahasiswa (1.31%) yang memiliki tingkat prokrastinasi akademik pada kategori tinggi, 51 mahasiswa (67.10%) dengan kategori sedang, dan 24 mahasiswa (31.59%) dengan kategori rendah. Berdasarkan hasil klasifikasi, kesimpulannya prokrastinasi akademik mahasiswa BK angkatan 2019-2021 UNIKA Atma Jaya rata-rata berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian melalui bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 26.0 diperoleh nilai korelasi (r) sebesar 0.472 dengan probabilitas kesalahan sebesar 0.000 ($p = 0.000$) yang artinya probabilitas kesalahan lebih sedikit dari taraf signifikansi

yang sudah ditentukan yaitu 5% atau 0.05 ($0.000 < 0.05$). Hasil ini menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas bermain *online game* dan prokrastinasi akademik mahasiswa BK angkatan 2019-2021 UNIKA Atma Jaya. Hal ini berarti semakin tinggi intensitas bermain *online game*, semakin tinggi prokrastinasi akademik mahasiswa BK angkatan 2019-2021 UNIKA Atma Jaya, dan sebaliknya.

Hasil perhitungan korelasi antara intensitas bermain *online game* dengan prokrastinasi akademik menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan sebesar 0.472 pada taraf signifikansi 5%. Hal ini berarti semakin tinggi intensitas bermain *online game* seorang mahasiswa, maka semakin tinggi juga prokrastinasi akademik yang dimiliki oleh mahasiswa tersebut. Sebaliknya, semakin rendah intensitas bermain *online game* seorang mahasiswa, maka prokrastinasi akademiknya pun akan menjadi rendah. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2017) bahwa terdapat intensitas bermain *online game* memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa BK Semester II tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki intensitas bermain *online game* yang tinggi dalam beberapa tugas kuliah akan memiliki prokrastinasi

akademik yang tinggi pula. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan (2017) bahwa terdapat intensitas bermain *online game* memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku prokrastinasi pada mahasiswa BK Semester II tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta. Menurut Ferrari et al. (1995), prokrastinasi akademik adalah suatu kebiasaan yang dimiliki peserta didik untuk melakukan penundaan dalam menyelesaikan tugas yang dimiliki, meskipun sebenarnya individu tersebut sudah memiliki keinginan atau niat untuk mengerjakan tugas yang dimiliki tetapi individu lebih memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan selain belajar atau mengerjakan tugasnya. Selain itu menurut Neuman (dalam La Febrina, 2014), intensitas yaitu seberapa banyak atau seberapa sering individu melakukan kegiatan dalam satu waktu. Menurut KBBI (2016), bermain adalah melakukan sesuatu untuk bersenang-senang. Selain itu juga, menurut Young (2009), *online game* adalah permainan yang berbasis internet yang menawarkan fasilitas pemain bisa berkomunikasi dan bermain bersama di seluruh penjuru dunia. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti bahwa ada aktivitas lain yang dilakukan individu yaitu meningkatnya intensitas bermain *online game*.

Menurut Ferrari et al. (1995) menyatakan bahwa ada 2 faktor yang mempengaruhi prokrastinasi yaitu; faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang mempengaruhi dari dalam diri individu itu sendiri, seperti kondisi fisik, kesehatan, tingkat intelegensi (IQ), kondisi psikologis, dan besarnya motivasi individu. Sementara faktor eksternal yaitu faktor yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi dari luar diri individu, seperti pola asuh orang tua, pengawasan lingkungan yang rendah, dan lingkungan tempat individu banyak melakukan kegiatan. Maka, peneliti dapat menduga bahwa ada faktor lain yang memberikan sumbangsih atau kontribusi kepada variabel prokrastinasi akademik antara lain faktor atau variabel seperti kemampuan mengelola waktu, daya juang akademik, strategi regulasi diri, kecemasan akademik, kemandirian belajar, dan stres akademik. Dengan kata lain, peneliti juga menyimpulkan bahwa tingginya intensitas bermain *online game* tidak cukup untuk menghindari tingginya prokrastinasi akademik.

Berdasarkan hasil penelitian yang sejalan dengan paparan teori yang mendukung, maka dapat dilihat bahwa memang ada hubungan (korelasi) antara intensitas bermain *online game* dengan prokrastinasi akademik. Secara umum, intensitas bermain *online game* mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan

dan Konseling Fakultas Pendidikan dan Bahasa Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya masuk ke dalam kategori tingkat intensitas yang sedang, dan hasil tersebut juga berkorelasi positif secara signifikan dengan prokrastinasi akademik mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya yang tergolong baik dan masuk ke dalam kategori tinggi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian dapat disimpulkan bahwa (1) Intensitas bermain *online game* mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya berada pada tingkat klasifikasi rendah, yaitu sebanyak 65,79%. Hal ini terlihat dari jumlah mahasiswa yang memiliki intensitas bermain *online game* rendah yaitu sebanyak 50 orang (dalam persentase sebesar 65,79%), mahasiswa yang memiliki intensitas bermain *online game* sedang sebanyak 19 orang (dalam klasifikasi persentase sebesar 25%). Melalui klasifikasi variabel intensitas bermain *online game* juga diketahui bahwa 7 mahasiswa (dalam klasifikasi persentase sebesar 9,21%) yang memiliki intensitas bermain *online game* tinggi; (2) Prokrastinasi

akademik mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya berada pada tingkat klasifikasi sedang, yaitu sebanyak 59.21%. Hal ini terlihat dari jumlah mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik sedang yaitu sebanyak 45 orang (dalam persentase sebesar 59.21%), mahasiswa yang memiliki prokrastinasi akademik rendah sebanyak 17 orang (dalam klasifikasi persentase sebesar 22.37%). Melalui klasifikasi variabel prokrastinasi akademik juga diketahui bahwa 14 mahasiswa (dalam klasifikasi persentase sebesar 18.42%) yang memiliki prokrastinasi akademik tinggi; (3) Berdasarkan hasil perhitungan korelasi dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel intensitas bermain *online game* dengan prokrastinasi akademik mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, yaitu sebesar 0,472 pada taraf signifikansi 5%. Jadi, jika intensitas bermain *online game* meningkat, maka prokrastinasi akademik juga akan meningkat. Begitu juga sebaliknya, jika intensitas bermain *online game* yang dimiliki rendah, maka prokrastinasi akademik akan rendah. Koefisien determinasi sebesar 22.27%, artinya intensitas bermain *online game* memberikan sumbangan sebesar 22.27% terhadap prokrastinasi akademik dan sisanya

dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang belum diteliti.

Saran bagi Pembimbing Akademik (PA) mahasiswa angkatan 2019-2021 Bimbingan dan Konseling Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, diharapkan dapat terus memberikan perhatian penuh kepada para mahasiswanya terhadap perilaku prokrastinasi. Pembimbing Akademik dapat mengadakan pertemuan selama tiga bulan sekali. Hal ini berguna untuk mahasiswa dapat dekat dengan PA masing-masing dan PA dapat membahas tentang masalah Prokrastinasi Akademik ini. Selain itu juga, aktif memberikan layanan konseling kepada mahasiswa-mahasiswa yang tengah bergejolak dengan masalah, khususnya masalah Prokrastinasi Akademik. Sehingga, mahasiswa dapat kembali semangat dan tidak melakukan perilaku prokrastinasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbari, Y. (2016). *Hubungan intensitas penggunaan sosial media terhadap perilaku belajar mata pelajaran produktif pada siswa kelas XI jasa boga di SMK 3 Klaten*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Cambridge: Da Copa Press.
- Ferrari, J. R., Johnson, J. L., Mccown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance theory, research and treatment*. New York: Plenum Press.
- Horrigan, J. B. (2002). New internet users: What they do online, what they don't, and implications for the 'Net's future. *Pew Internet and American Life Project*, 1-27.
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh intensitas bermain game online terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3(1), 97-103.
- Kurniasari, A., Pribowo, F. S. P., & Putra, D. A. (2020). Analisis efektivitas pelaksanaan belajar dari rumah (BDR) selama pandemi COVID-19. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan Dan Hasil Penelitian*, 6(3), 246-253.
- La Febrina, C. (2014). Pengaruh intensitas bermain game on-line terhadap agresivitas siswa. *Jurnal Ilmiah Visi*, 9(1), 28-35.
- Manik, W. F., Sartika, R. D., Simangunsong, F. K., Andreas, H., Sari, L., & Rianto, I. (2021, August). Kegiatan selama pandemi COVID-19: Belajar atau bermain game online. In *SENKIM: Seminar Nasional Karya Ilmiah Multidisiplin*, 1(1), 256-258.
- Qomari, M. N. (2015). *Hubungan antara adversity quotient dengan prokrastinasi akademik siswa di smp insan cendekia mandiri boarding school Sidoarjo*. Doctoral dissertation. Universitas Muhammadiyah Gresik.

- Situmorang, D. D. B. (2020). Online/cyber counseling services in the COVID-19 outbreak: Are they really new?. *Journal of Pastoral Care & Counseling*, 74(3), 166-174. <https://doi.org/10.1177/1542305020948170>
- Situmorang, D. D. B. (2021a). 'Herd stupidity' as a result of 'irrational beliefs': The mental health issues in the COVID-19 outbreak. *Asian Journal of Psychiatry*, 65, 102851. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102851>
- Situmorang, D. D. B. (2021b). Indonesia is already in a state of 'Herd Stupidity': is it a slump?. *Journal of Public Health (Oxford, England)*. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab340>
- Situmorang, D. D. B. (2021c). Expressive art therapies for treating online games addiction in COVID-19 outbreak: Why are they important?. *Ethics, Medicine, and Public Health*, 18, 100691. <https://doi.org/10.1016/j.jemep.2021.100691>
- Triyono. (2014). *Hubungan antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan prokrastinasi akademik siswa SMA*. Tesis magister. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment Issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355-372.