

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Prokrastinasi Akademik

##### 1. Pengertian Prokrastinasi Akademik

Istilah prokrastinasi ini pertama kali dicetuskan oleh Brown dan Holtzman pada tahun 1967. Ferrari et al (1995) istilah Prokrastinasi berasal dari kata latin yakni “*Pro*” berarti “mendorong maju” dan “*Crastinus*” artinya “hari esok”. Jika diartikan berarti prokrastinasi adalah menunda sampai hari berikutnya. Ferrari et al (1992) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan perilaku untuk menunda menyelesaikan tugas.

Ellis dan Knaus (dalam Ghufron & Risnawita, 2014) mengatakan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan penundaan yang tidak bertujuan dan proses penghindaran tugas yang sebenarnya tidak perlu dilakukan. Menurut Ghufron dan Risnawita (2014) prokrastinasi adalah suatu penundaan yang dilakukan secara sengaja dan berulang-ulang, dengan melakukan aktivitas lain yang tidak diperlukan dalam pengerjaan tugas. Dewitte dan Schouwenburg (2002) menambahkan bahwa prokrastinasi adalah kecenderungan perilaku dengan konsekuensi untuk berpotensi merusak orang yang menderita atau disebut *procrastinator*.

Lebih lanjut Solomon dan Rothblum (1984) menyatakan prokrastinasi akademik merupakan suatu tindakan menunda dalam menyelesaikan tugas



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berguna sampai menimbulkan perasaan tidak nyaman secara subyektif.

Menurut Lay (1986) Prokrastinasi adalah suatu kecenderungan pemikiran tidak rasional untuk menunda tugas yang harus diselesaikan. Selain itu Menurut Milgram (dalam Ferrari et al., 1995) menyatakan bahwa prokrastinasi akademik hanya terjadi di negara-negara yang memiliki teknologi canggih.

Menurut Surijah dan Tjundjing (2007) prokrastinasi adalah keterlambatan memulai atau kegagalan menyelesaikan suatu aktivitas karena kecenderungan irasional dan sukarela untuk menunda aktivitas. Kartadinata dan Tjundjing (2008) menyimpulkan bahwa prokrastinasi adalah gagal melakukan kegiatan yang diinginkan atau harus dilakukan karena menundanya dengan sengaja, walau mungkin mengetahui dampak buruknya. Hal ini tampak sebagai usaha penghindaran (*Avoidance Behavior*).

Scher dan Ferrari (2000) mengatakan bahwa seseorang melakukan prokrastinasi akademik untuk menghindari aktivitas yang berisi informasi mengenai kemampuan mereka yang sebenarnya dan memilih untuk bekerja pada tugas yang mudah. Selain itu seseorang tidak bertindak sesuai dengan niat mereka untuk mengerjakan tugas dan memilih untuk terlibat dalam kegiatan yang menyenangkan.

Dari beberapa defenisi diatas dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku individu untuk menunda



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

menyelesaikan tugas akademik sampai tenggat waktu tiba dan memilih melakukan aktivitas lain yang menyenangkan.

## 2. Ciri-ciri Prokrastinasi Akademik

Ferrari, Johnson, dan McCown (1995) mengatakan terdapat ciri-ciri Prokrastinasi Akademik yaitu :

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas yang dihadapi.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.
- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.
- d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harus dikerjakan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik ditandai dengan orang yang menunda untuk menyelesaikan tugas, lambat dalam mengerjakan tugas, ketidaksesuaian rencana dan kinerja dan memilih melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

## 3. Aspek–aspek Prokrastinasi Akademik

Menurut Suriyah dan Tjundjing (2007) ada 4 aspek dari Prokrastinasi Akademik yakni:

- a. *Perceived Time*

Seorang prokrastinator adalah orang-orang yang gagal menepati *deadline*, Artinya mereka menjadi orang yang tidak tepat waktu karena gagal memprediksi waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan tugas.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Saif Kasim Riau

- b. Celah antara keinginan dan perilaku atau *Intention-Action*.

Mahasiswa yang gagal dalam mengerjakan tugas akademiknya walaupun sesungguhnya mahasiswa tersebut sangat menginginkan untuk mengerjakannya. Namun, karena tenggat waktu yang semakin dekat besar celah antara keinginan dan perilaku semakin kecil.

- c. *Emotional Distress*

Perilaku menunda-nunda haruslah membawa perasaan tidak nyaman. Konsekuensi negatif yang ditimbulkan memicu kecemasan dalam diri prokrastinator.

- d. *Perceived Ability* atau keyakinan terhadap kemampuan diri.

Walaupun prokrastinasi tidak berhubungan dengan kemampuan seseorang, keragu-raguan terhadap kemampuan dirinya akan menyebabkan seseorang melakukan prokrastinasi. Hal ini ditambah dengan rasa takut akan gagal menyebabkan seseorang menganggap dirinya tidak mampu mengerjakannya.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik ditandai dengan orang yang gagal dalam menepati *deadline*, keinginan untuk mengerjakan tugas tidak tercapai, ditandai dengan perasaan tidak nyaman dan keragu-raguan terhadap kemampuan sehingga menyebabkan prokrastinasi akademik.

#### 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik

Berdasarkan beberapa literatur antara lain Fauziah, (2015); Guhfron dan Risnawita, (2014); dan Rumiani, (2006) bahwa terdapat dua faktor utama





yang mempengaruhi prokrastinasi akademik, yaitu faktor internal dan eksternal.

- a. Faktor internal adalah faktor yang berasal dari individu yang turut membentuk perilaku prokrastinasi. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan Psikologis dari individu.
  - 1) Faktor fisik seperti mengantuk, jenuh, kelelahan (*fatigue*) dan lain-lain.
  - 2) Kedua, faktor psikologis seperti tidak mengerti tugas yang diberikan, rasa malas, motivasi rendah, lebih suka hal-hal yang menarik seperti menonton tv, bermain *smartphone* atau game.
- b. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar individu dapat berupa tugas yang terlalu banyak (*Overloaded Tasks*), pengasuhan orang tua, tugas yang sulit, tidak ada fasilitas untuk mengerjakan tugas dan kondisi lingkungan.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik dapat dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor yang ada dalam diri individu dan faktor eksternal berupa faktor di luar diri individu. Faktor tersebut dapat memunculkan perilaku prokrastinasi sehingga perilaku prokrastinasi akademik akan semakin meningkat.

## 5. Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam

Islam menganjurkan kita untuk tidak menunda-nunda waktu, dalam Islam Allah menganjurkan umatnya untuk selalu menghargai waktu kapanpun dan dimana pun, seperti dalam QS. Al-Ashr : ayat 1, 2 dan 3, Allah berfirman :

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(1) وَالْعَصْرِ

(2) إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ

(3) إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَّصُوا بِالْحَقِّ وَتَوَّصُوا بِالصَّبْرِ

Artinya : 1) Demi masa. 2) Sesungguhnya manusia itu benar-benar dalam kerugian. 3) Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya mentaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran.

Ayat diatas menjelaskan bahwa kita sebagai manusia tidak boleh mensia-sia kan waktu karena mereka termasuk orang-orang yang merugi.

Selain itu dalam Hadist menyebutkan:

*“Ibnu umar menyebutkan “kalau datang waktu sore, jangan menanti waktu pagi. Kalau tiba waktu pagi, jangan menanti waktu sore. Gunakan sebaik-baiknya sehat mu untuk waktu sakitmu dan masa hidupmu untuk masa matimu” (HR.Bukhori).*

Hadist diatas menjelaskan bahwa kita sebagai umat islam janganlah menunda-nunda suatu pekerjaan, segeralah selesaikan suatu tugasmu jika masih memiliki banyak waktu dan gunakan waktumu sebaik-baiknya untuk hal-hal yang berguna bagi hidupmu.

## B. Kecanduan Menggunakan *Smartphone*

### 1. Pengertian Kecanduan

Menurut Leung (2007) secara tradisional konsep kecanduan didasarkan pada model medis, diperuntukkan bagi tubuh, ketergantuan psikologi pada zat dan bukan merupakan pola perilaku fisik. Alaghemandan





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

(dalam Jones, 2014) menjelaskan bahwa semua entitas yang mampu merangsang seseorang bisa mengakibatkan kecanduan. Ia menemukan bahwa setiap kali kebiasaan berubah menjadi kewajiban dapat dianggap sebagai kecanduan.

Menurut *Departemen of Internal Medicine* (dalam Jones, 2014) menemukan bahwa perilaku kecanduan sama halnya dengan kecanduan internet dan narkoba, tetapi bedanya kecanduan ini tidak berkaitan dengan zat tetapi perilaku atau perasaan yang dibawa oleh tindakan yang relevan. Menurut Leung (2007) menunjukkan bahwa beberapa penggunaan secara online sama dengan orang yang kecanduan judi, narkoba atau *alcohol*.

Istilah kecanduan biasanya diterapkan hanya untuk kasus yang melibatkan zat kimia, kriteria diagnostik serupa pun telah diterapkan pada sejumlah perilaku bermasalah seperti judi dan patologis (Young, dalam Chou et al., 2005). Jadi dapat disimpulkan bahwa kecanduan adalah individu yang menggunakan sesuatu secara berlebihan atau berulang-ulang sehingga menyebabkan kecanduan dan sulit untuk mengontrol diri.

*Dependency Theory* atau teori kecanduan di perkenalkan oleh Sandra Ball-Rokeach dan Malvin Defleur. Teori kecanduan adalah teori tentang komunikasi massa yang menyatakan bahwa ketika seseorang semakin bergantung pada suatu media untuk memenuhi kebutuhannya, media tersebut menjadi semakin penting untuk orang tersebut (Gifary dan Kurnia, 2015).



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Pengertian *Smartphone*

Backer (2010) menyatakan *smartphone* adalah telepon yang menyatukan kemampuan-kemampuan terdepan. Hal ini merupakan bentuk kemampuan dari *Wireless Mobile Device* yang dapat berfungsi seperti sebuah komputer dengan menawarkan fitur-fitur seperti *Personal digital Assisstant (PDA)*, akses internet, email dan GPS. Menurut Mamatha, Hanakeri, dan Aminabhavi (2016) *Smartphone* adalah jenis ponsel yang dibangun atas sistem operasi *mobile* dengan kemampuan komputasi yang lebih maju.

Menurut Kibona dan Mgaya (2016) *Smartphone* adalah generasi baru dari ponsel, tidak hanya sebagai ponsel tetapi memiliki fungsi sebagai komputer. Selain itu, *smartphone* memiliki fitur multimedia seperti kamera, video, rekaman suara serta platform komunikasi sosial seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, dan GPS.

*Smartphone* menjadi lebih canggih dan multifungsi, orang yang sering menggunakan *smartphone* tidak hanya menggunakannya sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai alat mencari informasi secara *online*, hiburan, relaksasi, menghabiskan waktu, dan lainnya (Leung, 2007). Jadi, dapat disimpulkan bahwa *smartphone* adalah suatu perangkat elektronik yang memiliki banyak aplikasi canggih seperti akses internet, video, mp3, GPS, dan lain-lain.

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat dilihat dengan menghitung frekuensi internet yang sering digunakan dan lama penggunaannya. Indicidu yang menggunakan lebih dari 40 jam perbulan





disebut *heavy users*. Sementara individu yang menggunakan antara 10-40 jam perbulan disebut *medium users* dan individu yang menggunakan kurang dari 10 jam perbulan disebut *light users* (Qomariyah dan Fathiariani, dalam Tucker, 2014).

Menurut Penelitian Kibona dan M gaya (2013) menemukan bahwa rata-rata jam yang dihabiskan untuk penggunaan *smartphone* terletak pada 5-7 jam perhari. Ia menjelaskan bahwa banyak mahasiswa yang menghabiskan waktu dalam menggunakan *smartphone* untuk melihat media sosial, *chatting*, *facebook*, dan lain-lain.

### 3. Kecanduan Menggunakan *Smartphone*

Griffiths (dalam Leung, 2007) mengusulkan konsep kecanduan *smartphone* sebagai reaksi berlebihan manusia terhadap mesin atau non-kimia seperti *surfing internet*, menonton tv, game, dan lain-lain. Sehingga penggunaan berlebihan pada *smartphone* dapat menyebabkan masalah seperti kecanduan *smartphone*. Menurut Choi (2015) Kecanduan *smartphone* adalah kecanduan perilaku yang negatif mengganggu kehidupan seseorang. Perilaku adiktif *smartphone* dapat mencakup fokus yang intens pada *smartphone* atau aplikasi tertentu yang ada di *smartphone*.

Menurut Haug, Castro, Kwon, et al (2015) penggunaan yang berlebihan pada *smartphone* dapat menyebabkan gangguan tidur, depresi, serta yang paling parah adalah kecanduan. Kurniawan dan Cahyanti (2013) mengatakan bahwa perilaku yang tidak dapat terkontrol akan menjadikan individu tersebut menjadi kecanduan terhadap *smartphone*.



Menurut Chiu (dalam Kurniawan dan Cahyanti, 2013) menyatakan bahwa gangguan kecanduan *smartphone* sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stres pada diri seseorang individu dikalangan remaja, dan tidak adanya kontrol yang kuat terhadap pemakaian *smartphone*.

Berdasarkan beberapa defenisi di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan menggunakan *smartphone* adalah perilaku individu yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan sehingga menyebabkan masalah baik fisiologis, psikologi, sosial, dan emosional.

Berdasarkan teori kecanduan dari Sandra Ball-Rokeach dan Malvin Defleur dapat dikatakan bahwa kecanggihan *smartphone* membuat mahasiswa dapat memenuhi kebutuhannya, mahasiswa menganggap bahwa *smartphone* merupakan sesuatu yang penting dan tidak bisa lepas dari kehidupan sehari-hari. Sehingga mahasiswa yang mendapatkan kebutuhannya melalui *smartphone* menyebabkan mereka lupa akan kewajiban mereka yakni mengerjakan skripsi.

#### 4. Kriteria Kecanduan Menggunakan *Smartphone*

Kwon et al (2013) menyebutkan bahwa kecanduan *smartphone* terkait dengan masalah sosial seperti menarik diri, kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari atau gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Leung (2007) mengatakan penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat dianggap sebagai gangguan kontrol impuls yang tidak memabukkan dan sama dengan judi patologis.



Griffiths (2010) menemukan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan efek negatif seperti mengabaikan tugas, dan kehidupan sosial, kerusakan hubungan, kehilangan kontrol dan lainnya. Menurut Goswami dan Singh (2016) Beberapa psikiater percaya bahwa kecanduan *smartphone* tidak berbeda jauh dengan kecanduan lain (seperti obat-obatan dan internet) dan kecanduan *smartphone* ini telah menjadi salah satu kecanduan non-obat yang paling umum.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa kriteria kecanduan *smartphone* ditandai dengan menarik diri, kehilangan kontrol, mengabaikan tugas, dan kehidupan sosial serta sulit melakukan aktivitas sehari-hari.

## 5. Gejala Kecanduan Menggunakan *Smartphone*

Menurut Leung (2007) terdapat 4 gejala kecanduan menggunakan *smartphone*, diantaranya :

- a. *Inability to control craving* (ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol keinginan menggunakan *smartphone*).
- b. *Anxiety and feeling lost* (seseorang merasa cemas, dan merasa kehilangan. Artinya mereka akan merasa kehilangan bila tidak menggunakan *smartphone*).
- c. *Withdrawal and escape* (seseorang menggunakan *smartphone* sebagai alat untuk melarikan diri dari rasa kesepian, sedih dan terisolasi).
- d. *Productivity lost* (penggunaan berlebihan pada *smartphone* dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan mereka, penurunan produktivitas,

dan mengalihkan perhatian dari masalah-masalah yang mendesak bahwa mereka harus menghadapinya).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa gejala kecanduan *smartphone* ditandai dengan ketidakmampuan mengontrol penggunaan *smartphone*, perasaan cemas dan kehilangan, sebagai alat melarikan diri serta menurunkan produktivitas.

## 6. Kecanduan Menggunakan *Smartphone* dalam Perspektif Islam

Islam telah menganjurkan kita untuk tidak berlebih-lebihan menggunakan sesuatu hal atau benda hingga menjadi ketergantungan. Dalam Islam, Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan, sesuai dengan Q.S Al-A'raaf (31), Allah berfirman :

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾

Artinya : *“Hai anak adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan”.*

Ayat diatas menjelaskan bahwa kita sebagai umat Islam janganlah melampaui batas yang dibutuhkan oleh tubuh dan jangan pula melampaui batas-batas makanan yang diharamkan. Selain itu, Allah juga menghimpun umat nya untuk tidak berlebih-lebihan dalam menggunakan sesuatu dan cukup menggunakan nya secara wajar, karena sesuatu yang kita gunakan atau miliki

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

di dunia hanya bersifat sementara. Seperti yang telah dijelaskan pada Q.S Yunus (58), Allah berfirman :

قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ ۖ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا تَجْمَعُونَ

Artinya: *Katakanlah: “Dengan kurnia Allah dan Rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. Kurnia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari yang mereka kumpulkan.*

Ayat diatas menjelaskan bahwa Allah memerintahkan umatnya untuk bergembira dengan kenikmatan (Al-Qur’an) dan Karunia yang diberikan Allah kepada hamba-hambanya. Kenikmatan dan karunia yang diberikan Allah tidak bisa ditandingi dengan kenikmatan dunia yang hanya sementara, sehingga kita tidak bisa bergantung kepada sesuatu yang hanya memberikan kita kenikmatan sesaat.

### C. Kerangka Berpikir

Prokrastinasi akademik adalah kecenderungan perilaku individu untuk menunda menyelesaikan tugas akademik sampai tenggat waktu tiba dan memilih melakukan kegiatan lain yang menyenangkan. Secara Islam, Allah tidak menyukai orang-orang yang mensia-siakan waktu. Allah menganjurkan umatnya untuk menghargai dan memanfaatkan waktu dengan sebaik-baiknya untuk hal-hal yang positif seperti beribadah atau mencari ilmu pengetahuan.

Perilaku menunda termasuk dalam mensia-siakan waktu. Seperti menunda mengerjakan skripsi karena lebih memilih melakukan hal lain yang menyenangkan seperti bermain *smartphone*.



Menurut Thakkar (dalam Malik & Rafiq, 2015) zaman sekarang banyak sekali teknologi seperti *smartphone* yang dapat menyebabkan individu tergoda untuk melakukan *surfing internet*, melihat media sosial, dan bermain game, di mana hal tersebut dapat membuat mahasiswa melupakan tugasnya dan akhirnya menyebabkan munculnya perilaku prokrastinasi akademik.

Kecanduan menggunakan *smartphone* adalah perilaku individu yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan sehingga menyebabkan masalah baik fisiologis, psikologi, sosial, dan emosional. Dalam Islam, Allah menjelaskan bahwa kita dilarang menggunakan sesuatu secara berlebih-lebihan karena sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.

Selain itu, Allah mengatakan bahwa kenikmatan dunia yang memberikan kita kesenangan hanya berwujud sementara, sedangkan kenikmatan yang diberikan Allah lebih besar dan lebih indah. Oleh karena itu, kita tidak boleh terlalu berlebihan terhadap sesuatu yang hanya memberikan kesenangan sementara.

Menurut teori kecanduan oleh Sandra Ball-Rokeach dan Malvin Defleur, *smartphone* membuat mahasiswa dapat memenuhi kebutuhannya dalam mencari informasi atau hal apapun, mahasiswa menganggap bahwa *smartphone* merupakan sesuatu yang penting. Oleh karena itu, mahasiswa yang mendapatkan kebutuhannya melalui *smartphone* menyebabkan mereka lupa akan kewajibannya sebagai mahasiswa yakni mengerjakan tugas skripsi.

Menurut Erdogan et al (2013) menambahkan bahwa *smartphone* membawa kenyamanan bagi para penggunanya. Namun, penggunaan yang berlebihan dapat



menyebabkan masalah seperti perilaku prokrastinasi. Mahasiswa hanya memikirkan *smartphone* mereka sehingga hal tersebut dapat mengganggu akademik mereka.

Scher dan Ferrari (2000) menjelaskan bahwa kebanyakan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik disebabkan karena mereka merasakan tekanan dan stres sehingga untuk mengurangi hal tersebut mahasiswa melakukan hal lain yang lebih menyenangkan. Hal menyenangkan yang dikemukakan oleh Scher dan Ferrari (2000) menurut peneliti dapat berkaitan dengan menggunakan *smartphone*, karena *smartphone* memiliki fitur-fitur menarik yang dapat dijadikan sebagai media hiburan. Sehingga, karena keasyikan bermain *smartphone* membuat mahasiswa melupakan tugas yang seharusnya mereka kerjakan.

Hal ini didukung oleh penelitian dari Mayasari, dkk (2010) bahwa hampir 55% mahasiswa menunda untuk memulai atau menyelesaikan tugas dan memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Selain itu, penelitian Erdogan et al (2013) mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara prokrastinasi akademik terhadap kecanduan *smartphone*. Ia menyatakan bahwa prokrastinasi akademik disebabkan oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

Penelitian Kibona dan M gaya (2015) mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* membawa efek negatif bagi kinerja akademik. Sekitar 65% mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk tujuan non akademik seperti *chatting*, melihat media sosial, dan lain-lain.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini memiliki kaitan atau pengaruh antar satu variabel dengan variabel lainnya artinya bahwa kecanduan menggunakan *smartphone* berhubungan dengan prokrastinasi akademik.

#### D. Hipotesis

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka berpikir maka hipotesis dalam penelitian adalah terdapat hubungan kecanduan menggunakan *smartphone* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.