

No. 6989/BKI-D/SD-S1/2024

**PENGARUH KECANDUAN REELS INSTAGRAM TERHADAP
PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA
(Studi di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)**



UIN SUSKA RIAU

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

FANESSA SALSABILA

NIM. 12140222964

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM
RIAU
2024**



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

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



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

كلية الدعوة و الاتصال

FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No. 155 Tuah Madani Tampan - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp. 0761-562051
Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@Pekanbaru-Indo.net.id

PENGESAHAN UJIAN MUNAQASYAH

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah Penguji Pada Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini:

Nama : Fanessa Salsabila
NIM : 12140222964
Judul : Pengaruh Kecanduan Reels Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)

Telah dimunaqasyahkan Pada Sidang Ujian Sarjana Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 12 Desember 2024

Dapat diterima dan disetujui sebagai salah satu syarat memperoleh gelar S.Sos pada Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 18 Desember 2024



Prof. Dr. Imron Rosidi, S.Pd, M.A
NIP. 197108118 200901 1 006

Tim Penguji

Ketua/ Penguji I,

Dr. Azni, M.Ag
NIP. 19701010 200701 1 051

Sekretaris/ Penguji II,

Rosmita, M.Ag
NIP. 19741113 200501 2 005

Penguji III,

Rahmad, S.Pd., M.Pd
NIP. 19781212 201101 1 006

Penguji IV,

Zulamri, M.A
NIP. 19740702 200801 1 009



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.



UIN SUSKA RIAU

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

كلية الدعوة و الاتصال

FACULTY OF DAKWAH AND COMMUNICATION

Jl. H.R. Soebrantas KM.15 No. 155 Tuah Madani Tampan - Pekanbaru 28293 PO Box. 1004 Telp. 0761-562051
Fax. 0761-562052 Web.www.uin-suska.ac.id, E-mail: iain-sq@Pekanbaru-indo.net.id

PENGESAHAN SEMINAR PROPOSAL

Kami yang bertandatangan dibawah ini adalah Dosen Penguji pada Seminar Proposal Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa berikut ini:

Nama : Fanessa Salsabila
NIM : 12140222964
Judul : Pengaruh Kecanduan Reels Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)

Telah Diseminarkan Pada:
Hari : Selasa
Tanggal : 25 Juni 2024

Dapat diterima untuk dilanjutkan menjadi skripsi sebagai salah satu syarat mencapai gelar sarjana Strata Satu (S1) Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sultan Syarif kasim Riau.

Pekanbaru, 10 Juli 2024
Penguji Seminar Proposal,

Penguji I,

Nurjanis, S.Ag, M.A
NIP. 19690927 200901 2 003

Penguji II,

Rosmita, S.Ag., M.Ag
NIP. 19741113 200501 2 005

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Setelah melakukan bimbingan, arahan, koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya terhadap penulis skripsi saudara:

Nama : Fanessa Salsabila
Nim : 12140222964
Judul Skripsi : Pengaruh Kecanduan Reels Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi Di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna melengkap tugas dan memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian persetujuan ini kami sampaikan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam



Zulamri, S.Ag, M.A
NIP. 19740702 200801 1 009

Dosen Pembimbing



M. Fahli Zatrachadi, S.Sos.I., M.Pd
NIP. 19870421 201903 1 008

- 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.

Nomor : Nota Dinas
Lampiran : 4 (eksemplar)
Hal : Pengajuan Ujian Skripsi an. **Fanessa Salsabila**

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Suska Riau
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah mengadakan pemeriksaan atau perubahan seperlunya guna kesempurnaan skripsi ini, maka kami sebagai pembimbing skripsi saudara (**Fanessa Salsabila**) NIM. (**12140222964**) dengan judul "**PENGARUH KECANDUAN REELS INSTAGRAM TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA (STUDI DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU)**" telah dapat diajukan untuk mengikuti ujian munaqasyah guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Harapan kami semoga dalam waktu dekat, yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji dalam sidang ujian munaqasyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Demikian Surat Pengajuan ini kami buat, atas perhatian dan kesediaan Bapak diucapkan terima kasih,

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling Islam



Zulamri, S.Ag, M.A
NIP. 19740702 200801 1 009

Dosen Pembimbing



M. Fahli Zatrahadi, S.Sos.I., M.Pd
NIP. 19870421 201903 1 008

PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama : Fanessa Salsabila

NIM : 12140222964

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi ini yang berjudul : **PENGARUH KECANDUAN REELS INSTAGRAM TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA (STUDI DI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU)** adalah benar karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi ini diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan Skripsi dan gelar yang saya peroleh dari Skripsi tersebut.

Pekanbaru, 4 Desember 2024

Yang membuat pernyataan



Fanessa Salsabila
NIM. 12140222964

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.

Nama : Fanessa Salsabila
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Penggunaan media sosial yang berlebihan, khususnya Instagram, menjadi fenomena yang memengaruhi produktivitas akademik mahasiswa. Fitur Reels Instagram, yang menawarkan konten video singkat, seringkali memicu kecanduan dan mendorong mahasiswa menunda-nunda tugas akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh kecanduan Reels Instagram terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert yang mengukur tingkat kecanduan Reels Instagram dan prokrastinasi akademik. Sampel penelitian terdiri dari 103 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik Proportional Random Sampling. Analisis data dilakukan dengan metode regresi linier menggunakan software SPSS 27. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan Reels Instagram berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa dengan kontribusi sebesar 46,7% dan nilai signifikansi $p < 0,001$. Artinya, semakin tinggi tingkat kecanduan Reels Instagram, semakin besar kemungkinan mahasiswa mengalami prokrastinasi akademik. Penelitian ini menyoroti pentingnya kontrol diri dalam penggunaan media sosial untuk mengurangi dampak negatif terhadap produktivitas akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa, dosen, dan institusi pendidikan dalam mengelola waktu dengan lebih baik, serta menyadarkan mahasiswa akan pentingnya memprioritaskan tugas akademik di tengah maraknya penggunaan media sosial.

Kata kunci: Kecanduan, Reels Instagram, Prokratinasi Akademik

ABSTRACT

Nama : Fanessa Salsabila

Prodi : Bimbingan Konseling Islam

Judul : Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa

Excessive use of social media, particularly Instagram, has become a phenomenon affecting students' academic productivity. Instagram's Reels feature, which offers short video content, often triggers addiction and leads students to procrastinate on academic tasks. This study aims to identify the impact of Instagram Reels addiction on academic procrastination among students at Sultan Syarif Kasim State Islamic University, Riau. The research employs a quantitative method with a descriptive approach. Data were collected using a Likert scale questionnaire measuring the levels of Instagram Reels addiction and academic procrastination. The study sample consists of 103 students selected using the Proportional Random Sampling technique. Data analysis was conducted using linear regression with SPSS 27 software. The results show that Instagram Reels addiction significantly influences students' academic procrastination, contributing 46.7% with a significance value of $p < 0.001$. This indicates that the higher the level of Instagram Reels addiction, the greater the likelihood of students experiencing academic procrastination. This study highlights the importance of self-control in social media usage to mitigate its negative impact on academic productivity. The findings are expected to provide valuable insights for students, lecturers, and educational institutions in managing time more effectively and raising awareness among students about the importance of prioritizing academic tasks amidst the widespread use of social media.

Keywords: Addiction, Instagram Reels, Academic Procrastination

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT., yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, petunjuk dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat beserta salam penulis kirimkan buat junjungan alam Nabi Muhammad SAW., yang telah membawa umat manusia dari alam jahiliah menuju alam cahaya keimanan dan ilmu pengetahuan. Penyusunan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada program studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Dalam skripsi ini penulis mengambil judul “Pengaruh Kecanduan Reels Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Studi di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau)”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini dapat penulis selesaikan berkat bantuan, bimbingan dan motivasi dari berbagai pihak. Terutama dan teristimewa buat Ayahanda Yusbel, Ibunda Yuniarti, juga kepada abang dan kakak yakni: Ricky Mayendra S.Kom, dr. Dhika Yulisa Putri, Fajar Siddik Abdullah Kelana M.Sc, Vanny Yurianda Saputri Frans dan kepada kembaran yakni Muhammad Abiyyu Syakira. Terima kasih atas pengorbanan, cinta, kasih sayang, dan motivasi yang diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Selain itu pada kesempatan ini, penulis juga ingin mengatakan dengan penuh hormat ucapan terimakasih dan penghargaan kepada:

1. Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau beserta Prof. Dr. Hj. Helmiati, M. Ag., Selaku Wakil Rektor 1. Prof. Dr. H Mas’ud Zein, M. Pd., Selaku Wakil Rektor 2, dan Edi Irwan, S. Pt., M.Sc., Ph.D Selaku Wakil Rektor 3 Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Prof. Imron Rosidi, S.Pd.,M.A.,Ph.D, Selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Beserta Prof. Dr. Masduki, M,Ag Selaku Wakil Dekan 1, Dr. Toni Hartono, M.Si Selaku Wakil Dekan 2 dan Dr. H. Arwan, M.ag Selaku Wakil Dekan 3. Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Zulamri, MA Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, dan Rosmita, M. Ag Selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negri Sultan Syarif Kasim Riau, serta Listiawati Susanti,S.Ag Selaku Penasehat Akademik
4. M. Fahli Zatrachadi M.Pd Selaku Pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu,tenaga,kesempatan dan memberikan ilmu serta nasehat kepada penulis demi kesempurnaan skripsi ini.

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.

5. Seluruh Dosen Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
6. Ucapan Terima kasih yang tulus kepada support system selama perkuliahan Selvia Ayu Delila, karena telah menjadi partner untuk tumbuh dan berkembang disegala kondisi yang terkadang tidak terduga, menjadi pendengar yang baik untuk penulis serta menjadi orang yang selalu memberikan semangat dan meyakinkan penulis bahwa segala masalah yang dihadapi selama proses skripsi akan berakhir.
7. Terimakasih kepada seluruh teman-teman Bimbingan Konseling Islam angkatan 2021.
8. Dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis sehingga skripsi ini terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tak luput dari kesalahan, oleh karena itu penulis meminta maaf sedalam-dalamnya apabila ada kesalahan dalam penulisan skripsi ini. Harapan Penulis semoga karya ilmiah ini dapat memberikan manfaat kepada semua kalangan terkhususnya bagi kalangan yang membutuhkan, baik dari kalangan akademis, maupun non akademis.

Pekanbaru, 04 Desember 2024
Penulis

FANESSA SALSABILA
NIM. 12140222964

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Penegasan Istilah.....	6
1.3. Identifikasi Masalah.....	7
1.4. Rumusan Masalah.....	7
1.5. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
1.6. Sistematika Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1. Kajian Terdahulu.....	9
2.2. Landasan Teori.....	11
2.3. Pengaruh Kecanduan <i>Reels</i> Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.....	25
2.4. Konsep Operasional	26
2.5. Kerangka Pemikiran	28
2.6. Hipotesis	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	31
3.1. Desain Penelitian	31
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
3.3. Populasi dan Sampel.....	32
3.4. Teknik Pengumpulan Data	34
3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas	35
3.6. Teknik Analisis Data	38
BAB IV GAMBARAN UMUM	42
4.1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau	42

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.

4.2. Visi, Misi, Karakteristik, dan Tujuan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau	44
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	46
5.1. Subjek Penelitian	46
5.2. Pembahasan	62
BAB VI PENUTUP	61
6.1. Kesimpulan	61
6.2. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	

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 meruikan 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 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 meruikan 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.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Konsep Operasional.....	27
Tabel 3.1 Waktu Penelitian	32
Tabel 3.2 Data Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.....	33
Tabel 3.3 Sampel Penelitian	34
Tabel 3.4 Kategori Penilaian Skala Likert.....	35
Tabel 3.5 Uji Realibilitas Data	36
Tabel 3.6 Blue Print Skala Kecanduan Reels Instagram (Try Out).....	37
Tabel 3.7 Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Try Out Dan Untuk Penelitian)	38
Tabel 3.8 Blue Print Skala Kecanduan Reels Instagram (Untuk Penelitian).....	38
Tabel 4.1 Nama Rektor IAIN Susqa – UIN Suska Riau 1970-2024	43
Tabel 5.1 Skor Total Variabel Kecanduan Reels Instagram	55
Tabel 5.2 Kategorisasi Skor Variabel.....	55
Tabel 5.3 Skor Total Variabel Prokrastinasi Akademik.....	57
Tabel 5.4 ANOVA.....	58
Tabel 5.5 Hasil Uji Heteroskedastisitas	59
Tabel 5.6 Model Summary	60
Tabel 5.7 Hasil Uji F.....	61
Tabel 5.8 Coefficients.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1	Grafik Prokrastinasi Akademik Indonesia (Trends, 2024)	3
Gambar 1.2	Durasi Penggunaan Media Sosial Mahasiswa Uin Sultan Syarif Kasim Riau	4
Gambar 1.3	Faktor Penundaan Tugas Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (Mentimeter, 2024).....	5
Gambar 2.1	Penggunaan Instagram di Indonesia tahun 2024	12
Gambar 2.2	Tampilan Reels Instagram	14
Gambar 2.3	Time Line Instagram.....	14
Gambar 2.4	Tampilan <i>Instastory</i>	15
Gambar 2.5	Tampilan DM Instagram.....	15
Gambar 2.6	Tampilan Explore Instagram	16
Gambar 2.7	Tampilan Activity Instagram.....	16
Gambar 2.8	Kerangka Pikir	28
Gambar 3.1	Fishbone Langkah Penelitian.....	31
Gambar 5.1	Tingkat Kecanduan Reels Instagram Berdasarkan Jenis Kelamin	46
Gambar 5.2	Tingkat Kecanduan Reels Instagram Berdasarkan Fakultas	47
Gambar 5.3	Tingkat Kecanduan Reels Instagram Berdasarkan Angkatan	49
Gambar 5.4	Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin.....	50
Gambar 5.5	Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Fakultas.....	51
Gambar 5.6	Tingkat Prokrastinasi Akademik Berdasarkan Angkatan.....	53
Gambar 5.7	Diagram Tingkat Kategori Kecanduan Reels Instagram	56
Gambar 5.8	Diagram Tingkat Kategori Prokrastinasi Akademik	57
Gambar 5.9	Test of Normality.....	58

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, terutama media sosial telah mengubah berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan. Salah satu platform media sosial yang paling populer di kalangan mahasiswa adalah Instagram (Situmorang & Hayati, 2023). Instagram merupakan salah satu media sosial yang paling populer, terutama di kalangan pelajar. Banyak yang menyukainya karena fitur-fiturnya yang banyak dan penggunaannya yang mudah (Eko Puspito Hartomo, Indah Lestari, 2022). Fitur "*Reels*" yang diluncurkan pada tahun 2020 semakin menambah daya tarik Instagram dengan memberikan konten video pendek yang menghibur dan informatif.

Keuntungan Internet termasuk mudah diakses, cepatnya menyediakan informasi, kemampuan untuk berkomunikasi jarak jauh, dan membantu mahasiswa menyelesaikan tugas sekolah mereka dengan lebih mudah (Nita Nilam Sari, 2023a). Dengan akses mudah ke media sosial melalui ponsel pintar, individu bisa menghabiskan lebih banyak waktu setiap hari di media sosial, yang dapat mengurangi waktu yang mereka gunakan untuk belajar (Foroughi, D.Griffiths, Iranmanesh, 2021).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) merilis hasil survei terbaru. Pihaknya mencatat tingkat penetrasi internet Indonesia pada 2024 mengalami peningkatan. Data APJII terbaru, dari 78,19% menjadi 79,5%. Menurut Ketua Umum APJII Muhammad Arif, penetrasi pengguna internet Indonesia terus meningkat secara signifikan dalam lima tahun belakangan. Hasil survei ini dapat menjadi bahan pemerintah memberikan pengaturan terhadap pengembangan komunikasi dan pelayanannya. Menurut laporan We Are Social di dataIndonesia.id, pada tahun 2024, pengguna media sosial telah melampaui angka 5 miliar, meningkat sebesar 266 juta selama setahun terakhir.

Fitur *Reels* pada Instagram dirancang untuk menarik perhatian pengguna dengan konten yang beragam dan menghibur. Algoritma Instagram yang canggih terus mempelajari preferensi pengguna dan merekomendasikan konten yang relevan, yang seringkali membuat pengguna sulit untuk berhenti menonton. Menurut laporan We Are Social di dataIndonesia.id, Rata-rata pengguna media sosial kini menghabiskan 2 jam 23 menit per hari di platform sosial pilihan mereka, dengan aktivitas mulai dari berbelanja hingga berhubungan, menghibur hingga mencari informasi tentang mereka. Namun, kemudahan akses dan konten yang adiktif pada *Reels* berpotensi menimbulkan kecanduan, khususnya bagi mahasiswa. Kebiasaan pengguna Instagram secara signifikan memengaruhi ketergantungan psikologis

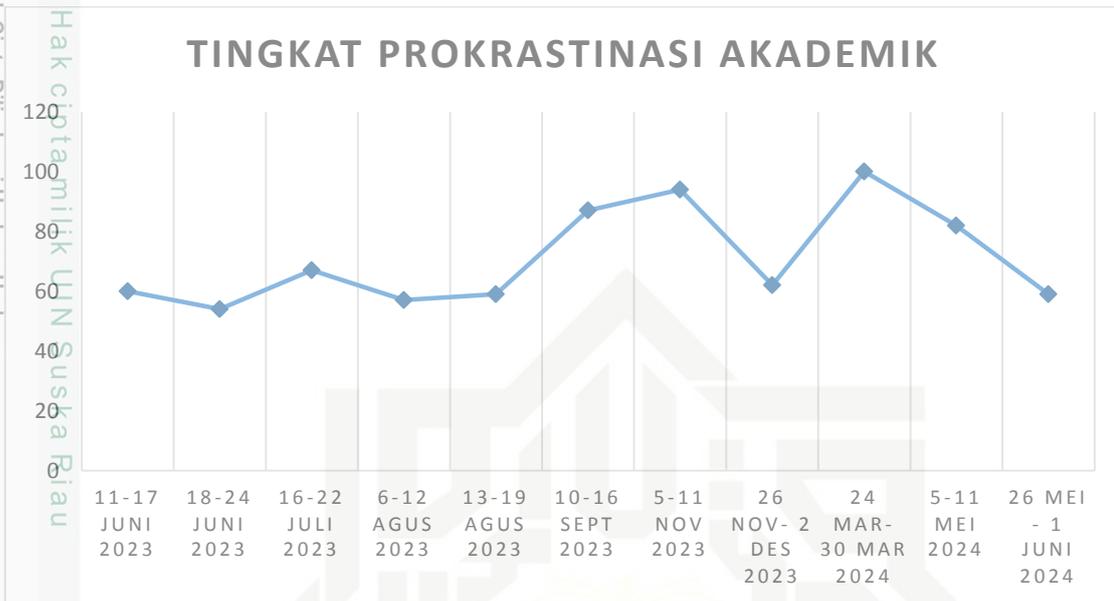


mereka pada aplikasi ini. Persepsi mereka terhadap penggunaan Instagram juga memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap ketergantungan psikologis tersebut (Akbarilman, Nala, Lukas, 2021).

Penggunaan Instagram *Reels* yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan. Menurut Naflah individu menjadi adiksi ketika mendapatkan kepuasan atau kesenangan tertentu, yang akhirnya menyebabkan ketergantungan psikologis. Instagram dijadikan media untuk memenuhi kebutuhan individu. Seiring perkembangan teknologi, media juga ikut berkembang dan kini berkaitan erat dengan internet. Setiap media memiliki fitur masing-masing, dan individu secara sadar memilih media tertentu sesuai dengan kebutuhan mereka (Naflah Adela Adristiyani, 2021).

Kecanduan media sosial ini ditandai dengan beberapa gejala seperti waktu penggunaan yang berlebihan, kesulitan mengontrol durasi penggunaan, dan penggunaan media sosial sebagai cara untuk menghindari masalah atau perasaan negative (Nasiruddin & Rapa', 2022). Neidi juga menjelaskan bahwasannya kecanduan *Reels* Instagram dapat memicu prokrastinasi akademik, yaitu kebiasaan menunda-nunda tugas dan kewajiban belajar. Mahasiswa yang kecanduan *Reels* Instagram sering kali tergoda untuk menghabiskan waktu berjam-jam menonton video, alih-alih mengerjakan tugas, membaca materi pelajaran, atau mengikuti perkuliahan (Neidi, 2021).

Penggunaan media sosial Instagram menyebabkan siswa menunda kegiatan penting, seperti mengerjakan tugas, membaca buku, dan mempelajari pelajaran dari sekolah. Akibatnya, banyak siswa sering menunda-nunda tugas ini dan akhirnya mengerjakan tugas mereka di sekolah (Vina Lutfiah, 2023). Mahasiswa merupakan salah satu pengguna media sosial yang paling rentan terhadap ketergantungan (Fatih, 2018). Mahasiswa yang kecanduan Instagram cenderung lebih sering menunda tugas akademik, sehingga prestasi mereka menurun, terlambat mengumpulkan tugas bahkan sampai lupa mengerjakan tugas (Aycan Pekpazar a, Gizem Kaya Aydın b, Umut Aydın c, Hidayet Beyhan d, 2021). Kecanduan Instagram secara signifikan meningkatkan penundaan/prokrastinasi akademik. Artinya, penundaan menjadi penghubung antara kecanduan Instagram dan penurunan prestasi akademik (Paolo Soraci et al., 2022).



Gambar 1.1 Grafik Prokrastinasi Akademik Indonesia (Trends, 2024)

Pada 12 Bulan terakhir, menurut data yang di ambil dari *Google Trends*, Tingkat prokrastinasi akademik di Indonesia mengindikasi bahwa tingkat prokrastinasi berada diatas 50% setiap bulan. Pada tanggal 24- 30 Maret 2024 tingkat prokrastinasi akademik mencapai angka 100%. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan siswa untuk menunda tugas akademik meskipun ada keinginan dan keharusan untuk menyelesaikannya, yang menyebabkan kecemasan terkait penundaan tersebut. Prokrastinasi ini memiliki dimensi kognitif, perilaku, dan emosional, di mana seseorang secara irasional menunda tugas meskipun menyadari konsekuensi negatifnya (Nurul Afifah Syifak , Diah Karmiyati, 2023). Sejalan dengan Fajriyanti (2023) , menyebutkan bahwasannya prokrastinasi akademik merupakan menunda-nunda tugas-tugas formal seperti tugas sekolah. Siswa yang melakukan hal ini menyia-nyiakan banyak waktu dan membuat tugas-tugas terbengkalai.

Proses penundaan ini bisa singkat atau berlarut-larut hingga beberapa hari. Prokrastinasi akademik menyebabkan keterlambatan dalam pencapaian akademis, kehilangan peluang untuk berprestasi, dan pemborosan waktu (Gunawinata, 2008). Meskipun menyadari dampak buruknya, banyak mahasiswa masih sering melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi (Steel, 2007). Prokrastinasi akademik, yang juga dikenal sebagai penundaan sengaja terhadap pekerjaan akademik, menciptakan tantangan dalam pencapaian tugas-tugas yang harus diselesaikan (Schraw et al., 2007). Mikaella (2023) mengungkapkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan dapat memiliki dampak negatif, seperti risiko akses mudah ke



konten dewasa, komunikasi dengan orang berbahaya, ketergantungan pada konten internet, gangguan tidur dan belajar, serta peningkatan risiko penyakit.

Mengidentifikasi dan memahami pengaruh kecanduan Instagram *Reels* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa sangat penting dalam konteks pendidikan tinggi. Temuan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi para pendidik, orang tua, dan mahasiswa sendiri untuk mengembangkan strategi yang efektif dalam mengatasi masalah ini. Dengan demikian, upaya untuk mengurangi kecanduan media sosial dan meningkatkan manajemen waktu serta motivasi akademik dapat dilakukan secara lebih terarah. Mahasiswa yang kecanduan Instagram *Reels* cenderung menghabiskan waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar atau menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan menonton video. Hal ini tidak hanya mengurangi waktu yang tersedia untuk belajar, tetapi juga dapat mengganggu konsentrasi dan fokus saat berusaha untuk belajar.

Semakin tinggi kontrol diri dalam penggunaan media sosial, maka prokrastinasi akademik akan semakin rendah, dan sebaliknya, jika kontrol diri dalam penggunaan media sosial rendah, maka prokrastinasi akademik akan semakin tinggi (Shafa Hasna Prastyaningrum et al., 2023). Iis dan Heri (2023) menemukan bahwa Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa BK UPGRIS angkatan 2019 berada pada kategori sedang dengan persentase 57,1%. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman materi, kemalasan belajar, bermain dengan teman, dan penggunaan waktu belajar untuk kegiatan lain yang lebih menyenangkan. Terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dan prokrastinasi akademik, di mana semakin tinggi efikasi diri mahasiswa, semakin rendah prokrastinasi akademiknya, dan sebaliknya.

34 responses





Reels Instagram telah menjadi fenomena baru di kalangan mahasiswa. Fitur media sosial ini menawarkan hiburan singkat yang menarik perhatian dengan durasi video maksimal 60 detik. Namun di balik kesenangannya, *Reels* Instagram berpotensi mengancam produktivitas akademik mahasiswa. Penggunaan *Reels* yang berlebihan dapat membuat mahasiswa terjebak dalam perilaku prokrastinasi, di mana mereka cenderung menunda-nunda tugas dan kewajiban akademik. Prokrastinasi akademik bukanlah masalah sepele.

Penelitian ini sangat penting dilakukan karena kecanduan terhadap *Reels* di Instagram dapat berdampak serius pada tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa. Dengan meningkatnya penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa, pemahaman tentang bagaimana kecanduan ini mempengaruhi kinerja akademik mereka menjadi semakin mendesak (Salsabila, 2024). Menunda-nunda tugas akademik karena terlalu banyak menghabiskan waktu untuk menonton *Reels* dapat mengakibatkan penurunan prestasi akademik, stres, dan masalah kesehatan mental (Migel et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh antara kecanduan *Reels* Instagram dan prokrastinasi akademik, serta memberikan rekomendasi untuk mengatasi dampak negatif tersebut, demi meningkatkan kinerja dan kesejahteraan mahasiswa.

Berdasarkan gambaran dan keadaan yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau”

1.2. Penegasan Istilah

1. Kecanduan *Reels* Instagram

Kecanduan mengakses internet secara berlebihan ditandai dengan gejala klinis kecanduan, seperti penggunaan berlebihan terhadap objek adiksi, serta mengabaikan dampak fisik dan psikologis dari penggunaannya (Febriandari et al., 2016).

2. Prokrastinasi Akademik

Penundaan akademik adalah kebiasaan siswa untuk menunda atau menanggguhkan penyelesaian tugas-tugas mereka yang memiliki batas waktu, yang bisa menyebabkan penurunan prestasi, putus sekolah, dan penurunan kesejahteraan (Marcela, 2023).



1.3. Identifikasi Masalah

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau bahwasannya peneliti menemukan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Didapati mahasiswa yang malas untuk mengerjakan tugas.
2. Didapati mahasiswa senang bermain *gadget* daripada mengerjakan tugas.
3. Didapati mahasiswa lupa mengerjakan tugas.
4. Didapati mahasiswa yang suka melakukan aktivitas lain ketimbang mengerjakan tugas.
5. Didapati mahasiswa tidak mengerjakan tugas karena tidak mengerti instruksi tugas yang diberikan.

1.4. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang yang telah dijabarkan sebelumnya, rumusan masalah dari penelitian ini adalah “**Bagaimana pengaruh Reels Instagram terhadap prokrastinasi akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau?**”

1.5. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui seberapa pengaruh *Reels* Instagram terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dibidang bimbingan konseling islam mengenai prokrastinasi.

b. Manfaat Praktis

Penelitian yang dilakukan terhadap Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau diharapkan dapat memberikan masukan kepada mahasiswa, para pendidik (Dosen) dan pihak fakultas atau universitas untuk melakukan Tindakan antisipasi agar tidak terjadinya prokrastinasi pada tugas akademik.



Hak cipta Diindungi 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

1.6. Sistematika Penelitian

- BAB I : PENDAHULUAN**
 Bab ini menjelaskan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian serta sistematika penelitian.
- BAB II : TINJAUAN PUSTAKA**
 Bab ini menjelaskan tentang penelitian terdahulu, teori, definisi konseptual, dan operasional data, serta teknik analisis data dan hipotesis.
- BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**
 Bab ini menjelaskan tentang lokasi dan waktu penelitian, sumber data, validasi data dan teknik analisis data.
- BAB IV : GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN**
 Bab ini menjelaskan tentang sejarah dan lokasi penelitian.
- BAB V : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**
 Bab ini menjelaskan tentang hasil dan pembahasan mengenai Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- BAB VI : PENUTUP**
 Bab ini menjelaskan tentang kesimpulan dan saran mengenai penelitian yang diteliti oleh peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

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.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kajian Terdahulu

Bagian ini menyajikan ringkasan dari beberapa penelitian sebelumnya yang terkait dengan variabel-variabel relevan yang akan diinvestigasi oleh penulis. Tujuan pemaparan ini adalah untuk mengidentifikasi beberapa isu penting yang belum pernah diteliti. Penelitian-penelitian yang relevan antara lain:

1. Riki (2021) dengan judul “Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Konformitas Terhadap Perilaku Konsumtif di Kalangan Generasi Z”. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwasannya intensitas penggunaan media sosial Instagram dan konformitas mempengaruhi perilaku konsumtif remaja. Remaja yang sering menggunakan Instagram dan terpapar konten promosi cenderung melakukan pembelian di luar rencana. Selain itu, keinginan untuk diterima dalam kelompok dapat mendorong remaja untuk berperilaku konsumtif tanpa mempertimbangkan dampak negatif atau positifnya.

Hubungan penelitian Riki dengan penelitian yang akan diteliti adalah persamaannya meneliti mengenai penggunaan media sosial *Instagram*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel terikatnya, karena penelitian ini membahas perilaku konsumtif di kalangan Generasi Z.

2. Evelin (2020) “ Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram dan Self-Esteem pada Remaja” Hasil dari penelitian ini adalah Instagram terbukti berdampak buruk pada kesehatan mental remaja. Salah satu dampak negatifnya adalah menurunnya self-esteem, yaitu penilaian individu tentang dirinya sendiri. Penggunaan Instagram yang terus menerus dapat Memengaruhi self-esteem seseorang, dan self-esteem juga menjadi prediktor penggunaan Instagram yang berlebihan pada remaja. Semakin sering remaja menggunakan Instagram, semakin rendah self- esteem mereka. Analisis tambahan menunjukkan bahwa gender dan jenis kegiatan di Instagram juga berhubungan dengan self-esteem. Implikasi dari temuan ini dijelaskan dalam bagian diskusi.

Hubungan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti adalah persamaannya meneliti mengenai penggunaan media sosial *Instagram*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel terikatnya, karena penelitian ini membahas hubungan penggunaan Instagram dengan self-esteem.



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.

3. Nita (2023) “*Self Control Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa Universitas Wijayaputra Surabaya*”. Hasil dari penelitian ini adalah individu yang lebih bisa mengendalikan diri cenderung memiliki sedikit masalah dengan Instagram dan media sosial lainnya. Sebaliknya, siswa yang kurang bisa mengendalikan diri cenderung lebih kecanduan dengan Instagram dan media sosial lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan antara penggunaan Instagram yang intens dan yang ringan tergantung pada kemauan pengguna. Sejalan dengan penelitian Andi Mulia (2023) “Pengaruh Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Instagram pada Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi” menjelaskan bahwa Tingkat kecanduan Instagram di kalangan siswa adalah 50,02%, yang termasuk kategori sedang. Meskipun sedang, kecanduan ini perlu diwaspadai untuk mencegah peningkatan. Tingkat kontrol diri siswa adalah 50,64%, juga dalam kategori sedang, menunjukkan kontrol diri yang cukup baik tetapi masih perlu ditingkatkan untuk mengelola perilaku sehari-hari. Analisis data menunjukkan ada hubungan sedang antara kontrol diri dan kecanduan Instagram di SMA Negeri 3 Kota Jambi

Hubungan kedua penelitian Nita dan Andi dengan penelitian yang akan diteliti adalah persamaannya meneliti mengenai penggunaan intensitas media sosial *Instagram*. Sedangkan perbedaannya terletak pada variabel bebasnya, karena penelitian ini membahas hubungan penggunaan Instagram dengan *self-control*.

4. Aycan dkk (2021) “*Role of Instagram Addiction on Academic Performance among Turkish University Students: Mediating Effect of Procrastination*”. Hasil penelitiannya adalah Kecanduan Instagram secara signifikan meningkatkan penundaan. Penelitian menunjukkan bahwa kecanduan internet dan media sosial memang menyebabkan penundaan. Selain itu, kecanduan Instagram berdampak negatif pada kinerja akademik melalui penundaan. Artinya, penundaan menjadi penghubung antara kecanduan Instagram dan penurunan prestasi akademik. Siswa yang kecanduan Instagram cenderung lebih sering menunda tugas akademik, sehingga prestasi mereka menurun.

Hubungan penelitian Aycan dengan penelitian yang akan diteliti adalah persamaannya meneliti mengenai pengaruh penggunaan media sosial *Instagram* yang berlebihan terhadap penundaan tugas akademik. Penelitian ini memberikan sumbangan untuk referensi dalam melanjutkan penelitian yang hendak peneliti teliti, bahwa kecanduan Instagram berdampak *negative* pada kinerja akademik mahasiswa yaitu penundaan 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 mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2.2. Landasan Teori

2.2.1. Kecanduan *Reels* Instagram

a. Instagram

Instagram awalnya adalah platform berbagi foto dan jejaring sosial yang dibuat oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger, diluncurkan pada Oktober 2010. Pada April 2012, Instagram memiliki lebih dari 30 juta akun pengguna terdaftar, dan hingga Juli 2011, pengguna telah mengunggah lebih dari 100 juta foto. Pada April 2012, Systrom menjual Instagram kepada Facebook seharga satu miliar dolar dalam bentuk tunai dan saham. Instagram adalah aplikasi gratis untuk berbagi foto dan video yang tersedia di iOS dan Android. Pengguna dapat mengunggah foto atau video ke platform ini dan membagikannya dengan pengikut mereka atau kelompok teman. Selain itu, pengguna juga dapat melihat, mengomentari, dan menyukai postingan yang dibagikan oleh teman-teman mereka di Instagram.

Kiriman di Instagram juga dapat dibagikan di jejaring sosial lain, seperti Facebook, Flickr, dan Twitter. Mirip dengan Facebook, Instagram menampilkan konten dalam format feed, di mana foto-foto baru dipilih oleh algoritme dan ditambahkan ke akhir feed saat pengguna menggulir. Hasilnya adalah aliran konten yang tidak pernah berakhir, disesuaikan untuk setiap pengguna (Dilmaç, 2021).

Instagram adalah aplikasi berbasis Android yang memungkinkan penggunanya untuk mengambil foto, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk platform Instagram itu sendiri. Nama Instagram berasal dari penggabungan fungsi-fungsi utama aplikasi ini. Kata "insta" berasal dari "instan", mirip dengan kamera polaroid yang dikenal sebagai "foto instan". Instagram juga menampilkan foto-foto secara instan, mirip dengan polaroid. Sedangkan kata "gram" berasal dari "telegram", yang berfungsi mengirimkan informasi dengan cepat. Seperti telegram, Instagram mengunggah foto melalui internet sehingga informasi dapat disampaikan dengan cepat. Oleh karena itu, nama Instagram menggabungkan konsep instan dan telegram (Sugito et al., 2022). Instagram juga merupakan salah satu sosial media yang paling populer, terutama di kalangan pelajar. Banyak yang menyukainya karena fitur-fiturnya yang banyak dan penggunaannya yang mudah (Eko Puspito, 2022).

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 meruikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Gambar 2.1. Penggunaan Instagram di Indonesia tahun 2024

Pada bulan Januari 2024, menurut Napoleon Cat penggunaan media sosial Instagram di Indonesia mencapai 90 juta pengguna. Mayoritas pengguna Instagram atau 54.9 % adalah Perempuan. Dari data pengelompokan, usia 25-34 merupakan usia yang paling sering menggunakan media sosial Instagram.

1. Kelebihan Instagram

Selain memiliki beragam fitur, salah satu kelebihan Instagram adalah kemampuannya untuk membagikan foto ke media sosial lain seperti Facebook dan Twitter, sehingga foto dapat dilihat oleh lebih banyak orang, tidak hanya pengguna Instagram. Dibandingkan dengan media sosial lainnya, Instagram lebih cocok untuk promosi atau sponsor karena fokusnya pada konten visual. Hal ini membuatnya ideal untuk menyampaikan teaser, yaitu informasi singkat yang menarik perhatian pengguna dan membuat mereka ingin tahu lebih banyak (Sugito et al., 2022). Instagram juga memiliki banyak kelebihan yaitu (Kurniawan, 2017) :

- a) Informasi yang ditampilkan di setiap postingan gambar rinci dan jelas, seperti lokasi, waktu, dan bahkan pengguna juga dapat mengisi bio atau biografi, yaitu informasi mengenai akun pengguna tersebut.
- b) Instagram dapat mengetahui kebutuhan dan kebiasaan serta kesukaan masing-masing pengguna sehingga segmentasi pasar atau pembagian pasar untuk promosi dapat lebih fokus.
- c) Dapat diakses kapan saja menggunakan akses internet.
- d) Tampilan mudah dipahami untuk semua pengguna ponsel.
- e) Terjalannya komunikasi melalui banyak fitur yaitu komentar, *hashtag* (#), *mentions*, berbagi, kesukaan, dan bahkan pesan pribadi.



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.

f) Untuk menggunakan aplikasi Instagram, dapat diunduh dengan mudah melalui penyedia layanan ponsel.

2. Kekurangan Instagram

a) *Spamming*

Kemudahan yang diberikan Instagram dalam hal berinteraksi, membentuk sosial media ini sangat rawan spamming. Umumnya *Spamming* banyak terlihat pada bagian komentar. Namun bisa disiasati menggunakan/memberlakukan private di akun kita agar tidak sembarang orang bisaberkomentar di postingan.

b) Tidak adanya penyaring konten

Dengan kemudahan yang diberikan Instagram membuat siapa saja bisa memiliki akun Instagram. Hal tersebut tentunya menjadikan Instagram sangat mudah dimasuki orang-orang yang ingin menyebarkan konten-konten yang buruk (Nainggolan et al., 2018).

3. Manfaat Instagram

Menurut Khatibah (2011) Instagram menyediakan platform untuk mengakses berbagai informasi, berita, hiburan, dan promosi produk, serta memantau aktivitas sehari-hari orang lain. Platform ini juga membantu pengguna meningkatkan eksistensi mereka. Dengan mengunggah foto dan video, mereka dapat berbagi informasi dengan teman lama dan baru. Fitur-fitur Instagram, seperti gambar, foto, video, siaran langsung, dan Instastory, sangat berguna bagi perpustakaan untuk menyebarkan informasi tentang layanan, fasilitas, dan kegiatan perpustakaan.

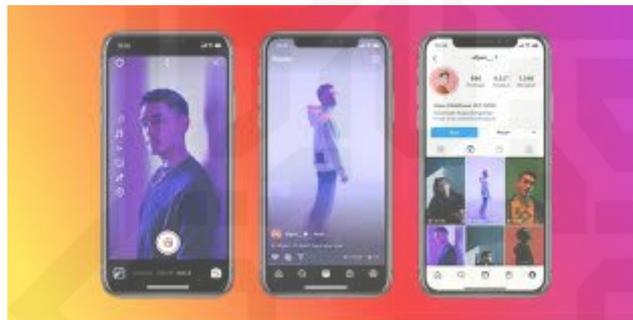
Instagram dapat berfungsi sebagai platform untuk menemukan berbagai jenis informasi, mulai dari berita, hiburan, promosi produk, hingga aktivitas sehari-hari orang lain. Selain itu, Instagram menjadi sarana penting bagi pengguna untuk meningkatkan eksistensi diri mereka. Instagram juga dianggap sebagai media sosial paling efektif untuk promosi oleh banyak industri global (Kurniawan, 2017). Pentingnya Instagram dalam promosi terlihat dari banyaknya pengelola yang menugaskan personel khusus untuk mengelola akun Instagram dan menyediakan dana khusus untuk promosi di platform tersebut. Dengan memposting foto dan video, pengguna dapat berbagi dengan teman-teman mereka, berkomunikasi dengan orang baru, atau menggunakan platform ini untuk tujuan lain seperti berdagang atau berdakwah (Sugito et al., 2022).

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

4. Fitur-fitur pada Instagram

- a) *Reels* Instagram, merupakan fitur terbaru dari Instagram untuk membuat sebuah video singkat selama 60 detik dengan pilihan efek, audio, dan tools kreatif lainnya. Fitur *Reels* ini dapat dikatakan mengikuti sebuah aplikasi yang saat ini penggunaanya terus meningkat yaitu aplikasi TikTok, kedua aplikasi ini memiliki kesamaan dan kegunaan yang sama.

Gambar 2.2. Tampilan *Reels* Instagram

- b) *Time line* Instagram, Pada bagian ini terdapat banyaknya foto-foto yang di share oleh teman pengikut yang ada pada followers. Bukan hanya berisikan itu saja tampilannya, tetapi juga terdapat instastory yang merupakan berbagai kegiatan yang di share oleh teman yang sudah menjadi followers.



Gambar 2.3. Time Line Instagram

- c) *Instastory*, merupakan bagian yang menjadi paling disukai oleh pemilik akun tersebut. Dengan fitur ini dapat membagikan setiap kegiatan yang dilakukan. Yang melihatnya pun jangkauannya luas. Meskipun belum menjadi pengikut dari pemilik akun tersebut, tetapi pemilik akun lain bisa melihatnya. Fitur ini juga dapat digunakan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

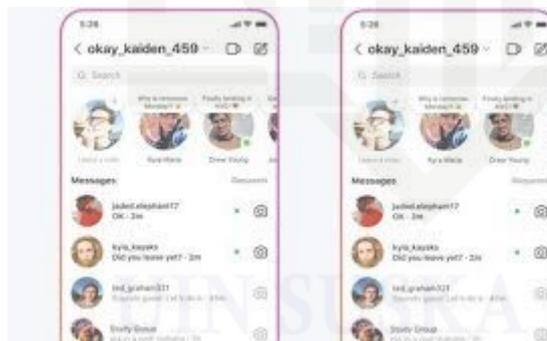
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan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

untuk mengunggah video dan membuat story yang menunjukkan rekaman dari kamera ponsel pengguna dan mengunggahnya ke akun pengguna dan dapat dilihat oleh pengikutnya dalam batas waktu 24 jam dari pengunggahan story tersebut.



Gambar 2.4. Tampilan Instastory

- d) *Dirrect Massage*, Fitur ini memudahkan para pengguna akun untuk mengirimkan pesan satu sama lain. Dengan fitur ini, pengguna bebas untuk mengirim pesan secara pribadi juga bisa membuat grup didalam fitur ini.



Gambar 2.5 Tampilan DM Instagram

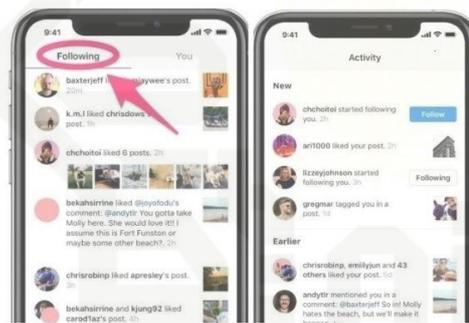
- e) *Search and Popular*, Fitur satu ini dapat memudahkan para pengguna untuk mencari akun pengguna lainnya dan disini dapat melihat postingan dari yang bukan merupakan pengikut akun yang seseorang punya.

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 meruikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


Gambar 2.6 Tampilan Explore Instagram

- f) *Your Activity*, fitur ini yang berisi informasi durasi penggunaan anda ketika mengakses aplikasi Instagram, dengan fitur *Activity*, pengguna jadi tahu berapa lama waktu yang dihabiskan untuk bermain Instagram (Antasari & Pratiwi, 2022).


Gambar 2.7 Tampilan Activity Instagram

Atmoko (2012) menjelaskan beberapa aktivitas yang dilakukan di Instagram, yaitu :

- a) *Follow, Follow* atau ikuti, pengguna Instagram dapat mengikuti atau berteman dengan pengguna lainnya dengan cara saling *Follow* akun Instagram.
- b) *Like, Like* merupakan ikon dimana pengguna dapat menyukai video atau foto yang telah diunggah, dengan cara menekan tombol *Like* dibagian bawah keterangan foto yang bersebelahan dengan kolom komentar atau dengan mengetuk dua kali pada foto.
- c) *Komentar*, *Komentar* merupakan aktivitas memberikan pikiran ataupun pendapat melalui kalimat.



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.

- d) *Mention*, Digunakan untuk menandai pengguna lain dengan cara menambah tanda arroba (@) di depan nama akun Instagram dari pengguna tersebut. Instagram membuat fitur yang terinspirasi dari *Snapchat* dan diberi nama Instagram Stories. Fitur ini memungkinkan pengguna mengunggah foto dan video yang kemudian akan hilang selama 24 jam.

b. Kecanduan Instagram

Kecanduan media sosial adalah gangguan psikologis di mana pengguna terus meningkatkan penggunaan media sosial untuk merasa senang, tetapi ini bisa menyebabkan perubahan suasana hati, kecemasan, depresi, dan gangguan dalam kehidupan sosial mereka (Respita Trias Ardiana, 2020). Menurut konsep kecanduan, individu menjadi kecanduan ketika mendapatkan kepuasan atau kesenangan tertentu, yang akhirnya menyebabkan ketergantungan psikologis. Instagram dijadikan media untuk memenuhi kebutuhan individu. Seiring perkembangan teknologi, media juga ikut berkembang dan kini berkaitan erat dengan internet. Setiap media memiliki fitur masing-masing, dan individu secara sadar memilih media tertentu sesuai dengan kebutuhan mereka (Naflah Adela Adristiyani, 2021). Izka (2018) juga menjelaskan bahwa kecanduan bisa didefinisikan sebagai kebiasaan berulang yang dilakukan secara otomatis tanpa berpikir panjang, yang dapat meningkatkan risiko penyakit mental atau masalah sosial, membuat perilaku seseorang tampak tidak rasional dan di luar kendali.

Azher (2014) juga menunjukkan bahwa kecanduan internet mempengaruhi cara berpikir dan meningkatkan kecemasan individu. Penelitian oleh Ponnusamy (2020) menunjukkan bahwa kecanduan Instagram berhubungan positif dengan penurunan interaksi sosial, depresi, kesepian, dan harga diri rendah, karena individu yang kecanduan Instagram cenderung menghabiskan waktu mereka dengan terus-menerus mengakses aplikasi tersebut. Dilmac (2021) menjelaskan bahwa kecanduan Instagram dapat didefinisikan sebagai ketidakmampuan untuk mengatur jumlah waktu yang dihabiskan seseorang di Instagram untuk memeriksa postingannya atau postingan orang lain; merasa bosan dengan kehidupan nyata karena Instagram, di mana semua orang berbagi momen terbaiknya, menjadi lebih menarik; memiliki lebih banyak teman di Instagram daripada yang dimiliki atau dapat diperoleh di kehidupan nyata dan memenuhi kebutuhan komunikasi melaluinya; serta meningkatnya perasaan depresi dan kesepian akibat semua ini.



Hak Cipta Diindungi 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.

1) Gejala Ketergantungan Media :

Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* dari *American Psychiatric Association* (Lewis, 1996), terdapat tujuh gejala ketergantungan media:

- a) Menggunakan media dalam jumlah besar dan waktu lama,
- b) Menghabiskan banyak waktu untuk aktivitas tersebut,
- c) Meningkatnya toleransi atau kebutuhan untuk mencapai efek yang sama,
- d) Mengurangi waktu untuk kegiatan sosial, pekerjaan, atau rekreasi,
- e) Mengalami penarikan diri,
- f) Tetap menggunakan media meskipun menimbulkan masalah, dan
- g) Keinginan untuk mengurangi penggunaan.

Sedangkan Kuss dan Griffiths (2011) mengungkapkan bahwa Gejala-gejala kecanduan termasuk: perubahan suasana hati (penggunaan internet mengubah suasana hati menjadi lebih baik), arti penting (pikiran dan perilaku yang terfokus pada penggunaan internet), toleransi (peningkatan penggunaan internet seiring waktu), gejala penarikan diri (gejala fisik dan emosional yang tidak menyenangkan saat penggunaan internet dihentikan), konflik (masalah interpersonal dan internal akibat penggunaan internet), dan kambuh (kembali menggunakan internet secara berlebihan setelah berhenti untuk sementara waktu

2) Efek dari Kecanduan Instagram

Kecanduan seperti yang didefinisikan oleh Young (2010) ditandai dengan penggunaan *platform* yang berlebihan dan sulit untuk membatasi waktu di sana. Jika menggunakan Instagram lebih dari tiga kali sehari, atau menghabiskan lebih dari 30 menit per hari di aplikasi, mungkin sudah kecanduan. Efek negatif dari kecanduan Instagram juga telah teridentifikasi, termasuk peningkatan introversi dan penurunan keterampilan sosial, peningkatan konsumsi, *cyberbullying*, narsisme, depresi, dan kurangnya motivasi untuk belajar, yang semuanya dapat berdampak pada prestasi akademik (Nita Nilam Sari, 2023b). Kecanduan Instagram berhubungan positif dengan fobia sosial, depresi, kecemasan, stres, kecanduan media sosial, kecanduan ponsel pintar, dan gangguan penggunaan internet. Namun, berhubungan negatif dengan usia, persepsi kualitas hidup, dan kualitas tidur (Paolo et al., 2022).



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.

Individu yang menggunakan media sosial setiap hari lebih cenderung ketergantungan dibandingkan dengan peserta yang hanya menggunakan media sosial 1 atau 2 hari dalam seminggu. Selain itu, ada hubungan yang sedang dan penting antara penggunaan media sosial setiap hari dan penggunaan Instagram. Dengan kata lain, semakin lama mereka menggunakan media sosial secara rutin, semakin tinggi tingkat kecanduan mereka (Şükrü Balcı , 2020). Menurut Rifa (2022) Adiksi Instagram berdampak negatif pada mahasiswa, seperti menurunnya performa akademik akibat kurangnya waktu tidur di malam hari (Atroszko et al., 2018) dan multi-tugas saat belajar (Junco & Cotten, 2012). Dampak lainnya adalah rendahnya kualitas pertemanan karena mahasiswa lebih sering menghabiskan waktu di Instagram dibandingkan dengan berinteraksi sosial di dunia nyata (Widyanto & Griffiths, 2006).

3) Faktor – Faktor Penyebab Kecanduan Internet

Menurut Greenfield (2021) ada 5 faktor penyebab individu kecanduan internet :

- a) Faktor Konten. Konten yang sangat menstimulasi (adiktif) tersedia secara melimpah di internet. Sebagian besar aspek adiktif internet saat ini, dalam kaitannya dengan persentase orang-orang yang membutuhkan penanganan klinis, adalah konten atau video seksual atau *game* komputer.
- b) Faktor Proses dan Akses. Kemampuan untuk mendapatkan apapun secara instan dan memuaskan dorongan intelektual, komunikasi, maupun konsumsi dengan cara yang tampak anonim membuat internet nyaris tak tertahankan daya tariknya bagi banyak orang.
- c) Faktor *Reward* atau *Reinforcement*. Internet bekerja dengan derajat *unpredictabilibily* dan kebaruan yang tinggi, dan *unpredictability* inilah yang memfasilitasi daya tarik internet yang begitu kuat.
- d) Faktor Sosial. Bagi individu dengan disabilitas belajar, gangguan pemusatan perhatian, gangguan perkembangan pervasif, kecemasan sosial, dan fobia, internet dapat menjadi lingkungan terbatas yang aman dan dapat diprediksi.
- e) Faktor Gen-D. Ketika menyangkut teknologi internet dan digital, anak-anak dan remaja pada masa kini sudah sudah dibesarkan oleh teknologi internet. Mereka adalah *Generation-Digital*.



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.

- 4) Aspek – aspek kecanduan menurut Namira (2023) :
 - a) *Salience*: Individu menjadikan internet sebagai aktivitas utama, mempengaruhi pikiran, perasaan, dan tingkah laku, serta terus memikirkan media sosial meskipun tidak sedang menggunakannya.
 - b) *Mood Modification*: Penggunaan internet sebagai strategi coping untuk mengubah suasana hati.
 - c) *Tolerance*: Peningkatan penggunaan internet untuk merasakan perubahan suasana hati yang sama.
 - d) *Withdrawal Symptoms*: Perasaan tidak menyenangkan seperti marah, cemas, atau tubuh bergoyang saat penggunaan internet dikurangi atau dihentikan.
 - e) *Conflict*: Terjadinya konflik antara individu dan lingkungan sosialnya, seperti pekerjaan, tugas, kehidupan sosial, hobi, atau konflik intrafisik karena waktu yang dihabiskan di internet.
 - f) *Relapse*: Kembalinya pola penggunaan internet setelah adanya kontrol.

Sedangkan menurut Young (1998), aspek-aspek kecanduan internet meliputi: fokus pada aktivitas online, keinginan untuk bermain internet lebih lama untuk mendapatkan kepuasan, ketidakmampuan mengontrol atau menghentikan penggunaan internet, merasa gelisah atau marah saat mengurangi atau berhenti menggunakan internet, online lebih lama dari yang direncanakan, menggunakan internet untuk menghindari masalah atau perasaan tidak menyenangkan, terus kembali menggunakan internet meski sudah menghabiskan banyak waktu, kecenderungan menarik diri saat offline, berisiko merusak hubungan, pekerjaan, pendidikan, atau karir karena internet, dan berbohong kepada keluarga untuk menutupi penggunaan internet.

2.2.2. Prokrastinasi Akademik

a. Definisi Prokrastinasi

Kata prokrastinasi, atau *procrastinate* dalam bahasa Inggris, berasal dari bahasa Latin, terdiri dari kata *pro* yang berarti “maju atau bergerak” dan kata *crastinus* yang berarti “keputusan hari esok” (Steel, 2007) Dengan demikian, prokrastinasi dapat didefinisikan sebagai "menangguhkan" atau "menunda" hingga hari berikutnya. Ketika individu terlibat dalam tindakan ini, mereka cenderung mengatakan "aku akan melakukannya nanti". Orang yang cenderung menunda-nunda pekerjaan atau tugas ini disebut sebagai *procrastinator*.



Prokrastinasi, yang merupakan perilaku menunda kegiatan atau pekerjaan dengan menggantinya dengan kegiatan lain yang lebih menyenangkan meskipun kurang penting, seringkali disertai dengan alasan pembenaran (Wicaksono, 2017). Proses penundaan ini bisa singkat atau berlarut-larut hingga beberapa hari. Prokrastinasi akademik menyebabkan keterlambatan dalam pencapaian akademis, kehilangan peluang untuk berprestasi, dan pemborosan waktu (Adhitya et al., 2023). Meskipun menyadari dampak buruknya, banyak mahasiswa masih sering melakukan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi (Steel, 2007). Prokrastinasi akademik, yang juga dikenal sebagai penundaan sengaja terhadap pekerjaan akademik, menciptakan tantangan dalam pencapaian tugas-tugas yang harus diselesaikan (Schraw et al., 2007).

Penelitian oleh Nurhidayatullah (2023) prokrastinasi akademik juga dikenal sebagai perilaku menunda-nunda, melibatkan komponen irasional yang dirasakan oleh siswa. Mereka percaya bahwa tugas tertentu harus segera diselesaikan ketika ada waktu luang, tetapi cenderung menunda-nunda tugas lain yang membutuhkan waktu penuh karena takut hasilnya tidak akan sempurna. Jika penundaan terjadi secara berulang atau menjadi kebiasaan, itu baru disebut prokrastinasi. Penundaan ini didasarkan pada keyakinan yang tidak rasional. Siswa mengalami prokrastinasi akademik karena tekanan untuk memenuhi tuntutan dan ketakutan akan kesalahan kecil yang dapat menyebabkan teguran atau kegagalan.

Lingkungan bisa memengaruhi mahasiswa baik secara positif maupun negatif. Jika lingkungan sesuai dengan norma, itu akan berdampak positif pada perkembangan karakter mahasiswa, tetapi jika tidak, itu bisa menjadi perhatian orang tua dan pihak-pihak yang peduli dengan perkembangan karakter mahasiswa di lingkungan teman sebaya. Prokrastinasi akademik sering terjadi pada mahasiswa, di mana mereka menunda tugas kuliah, belajar untuk ujian, atau menyelesaikan administrasi kampus hingga tugas akhir atau penulisan skripsi. Prokrastinasi ini terlihat dari keterlambatan memulai dan menyelesaikan tugas akademik dalam beberapa hari. Alasan mahasiswa menunda tugas kuliah bisa karena mereka terlalu fokus pada ajakan teman-teman mereka untuk bersenang-senang dan berorganisasi. Prokrastinasi akademik juga bisa disebabkan oleh mahasiswa sendiri, seperti kurangnya keterampilan manajemen waktu, berkurangnya konsentrasi, dan kemalasan. Selain itu, lingkungan yang kurang mendukung juga bisa menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi (Shopa, 2023).

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.



b. Bentuk - bentuk Prokrastinasi

Menurut Ferrari (1995) terdapat beberapa bentuk bentuk prokrastinasi sebagai berikut :

- 1) Prokrastinasi fungsional (*Functional Procrastination*) adalah penundaan dalam mengerjakan tugas yang bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lebih lengkap dan akurat.
- 2) Prokrastinasi disfungsional (*Disfunctional Procrastination*) adalah penundaan tanpa tujuan yang jelas, yang berdampak buruk dan menimbulkan masalah.

Lebih lanjut, dijelaskan bahwa terdapat dua bentuk prokrastinasi disfungsional berdasarkan alasan penundaan mereka, yaitu prokrastinasi keputusan (*decisional procrastination*) dan prokrastinasi penghindaran (*avoidance procrastination*). Prokrastinasi keputusan adalah penundaan dalam mengambil keputusan. Bentuk prokrastinasi ini merupakan latar belakang kognitif dalam menunda untuk memulai pekerjaan dalam situasi yang dipersepsikan penuh stres. Prokrastinasi ini dilakukan sebagai bentuk coping untuk menyesuaikan diri dalam membuat keputusan pada situasi-situasi yang dipersepsikan penuh stres. Jenis prokrastinasi ini terjadi karena kegagalan dalam mengidentifikasi tugas, yang kemudian menimbulkan konflik dalam diri individu, sehingga akhirnya seseorang menunda untuk membuat keputusan. Prokrastinasi keputusan berhubungan dengan kelupaan dan kegagalan proses kognitif, tetapi tidak berkaitan dengan kurangnya tingkat kecerdasan seseorang.

Sementara itu, prokrastinasi penghindaran (*avoidance procrastination*) atau prokrastinasi perilaku adalah penundaan dalam perilaku yang nyata. Penundaan ini dilakukan sebagai cara untuk menghindari tugas yang dirasa tidak menyenangkan dan sulit dilakukan. Prokrastinasi ini dilakukan untuk menghindari kegagalan dalam menyelesaikan pekerjaan, yang akan memberikan nilai negatif pada diri individu atau mengancam harga dirinya, sehingga seseorang menunda untuk melakukan sesuatu yang nyata yang berhubungan dengan tugasnya. Prokrastinasi penghindaran berkaitan dengan tipe presentasi diri, keinginan untuk menjauhkan diri dari tugas yang menantang, dan impulsivitas.

c. Faktor-faktor Penyebab Prokrastinasi Akademik

Menurut Qadariah (2012) faktor penyebab prokrastinasi terdapat 2 yang utama, yaitu:

- 1) Takut Gagal (*Fear of Failure*) adalah salah satu kecenderungan individu yang akan mengalami perasaan bersalah apabila tidak dapat mencapai tujuan atau gagal.



- 2) Menolak Tugas dan Malas (*Task Aversiveness and Laziness*. Sikap ini bisa diakibatkan karena adanya e dan tugas yang dihadapinya dinilai tidak menyenangkan.

Penelitian Shopa (2023) menyatakan bahwa penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa meliputi faktor pribadi seperti *mood* atau kontrol diri yang mempengaruhi keterlambatan belajar, serta faktor lingkungan seperti ajakan dari teman sebaya yang menunda penyelesaian tugas. Faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri individu, seperti kondisi fisik dan psikologis. Jika kondisi fisik dan psikologis terganggu, maka cenderung terjadi tindakan menunda-nunda pekerjaan (prokrastinasi). Sedangkan faktor eksternal adalah faktor dari luar diri individu, seperti tingkat kesulitan pelajaran, kurangnya fasilitas pembelajaran, atau ajakan dari teman untuk melakukan hal lain yang lebih menarik. Untuk menyelesaikan tugas yang sulit, siswa perlu memiliki keyakinan diri yang kuat untuk mengatasi masalah atau hambatan. Ini menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam menangani masalah sendiri sangat penting untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Husain et al., 2023).

d. Aspek Perilaku Prokrastinasi

Ada 4 hal yang membentuk prokrastinasi akademik (Suriyah & Sia, 2007) : (1) *Perceived time*, yang membuat prokrastinator sulit mematuhi batas waktu, (2) *Intention-action gap*, yang terjadi ketika ada kesenjangan antara keinginan dan tindakan, (3) *Emotional distress*, yang menunjukkan perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi, dan (4) *Perceived ability*, yang menilai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri. Ragu-ragu terhadap kemampuan diri dapat mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi.

e. Dampak Prokrastinasi Akademik

Penundaan akademik bisa menyebabkan berbagai masalah seperti menurunnya nilai, meningkatnya stres, dan kecemasan, serta merosotnya kesejahteraan. Ketika siswa menunda-nunda, mereka mungkin tidak punya waktu cukup untuk menyelesaikan tugas mereka dengan baik, sehingga pekerjaan mereka jadi tergesa-gesa dan kurang berkualitas. Selain itu, stres dan kecemasan yang muncul karena penundaan bisa berdampak buruk pada kesehatan mental dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Karena itu, penundaan akademik sering kali dianggap merugikan dan bisa sangat memengaruhi kehidupan akademik dan pribadi siswa (Elnur et al., 2023).

Menurut Suhadianto & Pratitis (2020) prokrastinasi akademik dapat memiliki dampak negatif yang luas, termasuk penurunan nilai akademik dan

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 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.

produktivitas, serta potensi untuk menjadi kebiasaan yang tidak baik bagi peserta didik. Prokrastinasi ini dapat memengaruhi berbagai aspek, termasuk aspek afektif, kognitif, perilaku, fisik, akademik, moral, dan interpersonal. Prokrastinasi akademik yang tinggi berdampak pada prestasi akademik siswa dan juga mempengaruhi kehidupan sosial mereka di masa mendatang (Salami & Astuti, 2023).

Perilaku prokrastinasi membawa dampak negatif, termasuk kegagalan akademis, *drop out*, serta berdampak buruk pada kesehatan mental seperti gangguan rasa bersalah, panik, ketegangan, dan kecemasan. Individu yang cenderung melakukan prokrastinasi umumnya memiliki keterbatasan dalam kemampuan *self-regulatory*, seperti pengendalian diri, pengelolaan emosi, kontrol motivasi, manajemen waktu, dan strategi belajar (Sari, Mulyani, 2023). Seorang yang suka menunda lebih memilih menghabiskan waktu dengan hal-hal atau orang lain yang sebenarnya tidak terlalu bermanfaat daripada mengerjakan tugas yang harus segera diselesaikan (Kadju, 2023).

f. Prokrastinasi dalam Perspektif Islam

Dalam perspektif Islam para penganutnya sangat dilarang untuk melakukan perilaku prokrastinasi akademik (menunda-nunda suatu pekerjaan) yang semestinya bisa dilakukan saat itu, hal ini sejalan dengan hadis Rasulullah SAW, yang artinya "Gunakanlah lima perkara sebelum datang lima perkara lainnya; gunakanlah masa mudamu sebelum masa tuamu, masa hidupmu sebelum datang kematianmu, waktu luangmu sebelum waktu sibukmu, waktu sehatmu sebelum waktu sakitmu, dan waktu kaya sebelum waktu miskinmu." (HR Hakim). Hadis Rasulullah SAW di atas mengandung pesan kepada umatnya agar dapat memanfaatkan waktu sebaik-baiknya dan supaya dapat menjauhkan diri dari perilaku prokrastinasi akademik (menunda pekerjaan). Karena dengan memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi merupakan awal dari timbulnya permasalahan. Apalagi, jika pekerjaan itu merupakan suatu kebaikan atau pekerjaan yang sangat penting. Hadis lain, Rasulullah SAW bersabda :

مُؤْمِنًا يُمْسِي أَوْ كَافِرًا وَيُمْسِي مُؤْمِنًا الرَّجُلُ يُصْبِحُ الْمُظْلِمَ اللَّيْلَ كَقَطْعِ فِتْنًا بِالْأَعْمَالِ بَادِرُوا
 الدُّنْيَا مِنْ بَعْرِضِ دِينِهِ يَبِيعُ كَافِرًا وَيُصْبِحُ

Artinya : “Bersegeralah kamu sekalian melakukan amal-amal yang shalih, karena akan terjadi suatu bencana yang menyerupai malam yang gelap gulita, di mana ada seseorang pada waktu pagi ia beriman tetapi pada waktu sore ia kafir,



pada waktu sore ia beriman tetapi pada waktu pagi ia kafir; ia rela menukar agamanya dengan satu kesenangan dunia." (HR Muslim).

Hadis ini dapat diambil suatu hikmah bahwa umat Islam sangat dianjurkan untuk bersegera melakukan suatu amal kebaikan atau pekerjaan-pekerjaan yang bisa membawa manfaat bagi diri individu, serta dapat menjauhkan diri dari perilaku prokrastinasi akademik (perilaku menunda), karena dengan memiliki perilaku prokrastinasi akademik yang tinggi dapat membawa suatu kebiasaan-kebiasaan buruk bagi diri individu itu sendiri (Harmalis, 2021).

Perilaku prokrastinasi akademik (menunda pekerjaan) ini merupakan perilaku tercela karena ia menyia-nyiakan nikmat waktu yang telah diberikan oleh sang pemilik waktu Allah SWT, seperti dalam HR Bukhari, Rasulullah bersabda: "dua nikmat yang sering dilupakan oleh manusia adalah kesehatan dan waktu luang".

2.3. Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Penelitian yang dilakukan oleh Kübra (2023) mengungkapkan bahwasannya kecanduan internet secara langsung memprediksi penundaan akademik siswa dan juga secara tidak langsung melalui efikasi diri akademik dan pembelajaran online yang diatur sendiri. Efikasi diri akademik dan pembelajaran daring yang diatur sendiri berperan sebagai mediator parsial dan penyangga antara penggunaan internet yang bermasalah dan penundaan akademik. Ismael (2022) menjelaskan sebanyak 37,4% sampel mengalami kecanduan ponsel pintar, 7,7% memiliki tingkat penundaan tinggi, dan 62,8% memiliki tingkat penundaan rata-rata. Tidak ada perbedaan signifikan dalam kecanduan ponsel pintar dan kualitas hidup berdasarkan gender dan tingkat pendidikan. Namun, terdapat perbedaan signifikan dalam penundaan akademik yang lebih tinggi pada laki-laki dan mahasiswa sarjana. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif antara penundaan akademik dan kecanduan ponsel pintar, serta hubungan negatif antara kecanduan ponsel pintar dan kualitas hidup. Ditemukan juga bahwa kecanduan ponsel pintar bisa diprediksi dari penundaan akademik dan kualitas hidup.

Berdasarkan fakta yang dikemukakan para ahli dalam penelitian mereka di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan internet dapat berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik.

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 meruikan 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.

2.4. Konsep Operasional

Sebagai acuan dalam melaksanakan penelitian, peneliti menjabarkan konsep operasional untuk menjelaskan variabel *independent* yaitu Pengaruh Kecanduan *Reels* Instagram (X) dengan variabel *dependent* yaitu Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (Y).

Variabel	Indikator	Sub Indikator
Kecanduan <i>Reels</i> Instagram (X)	<i>Salience</i>	Individu menjadikan internet sebagai aktivitas utama, mempengaruhi pikiran, perasaan, dan tingkah laku, serta terus memikirkan media sosial meskipun tidak sedang menggunakannya.
	<i>Mood Modification</i>	Penggunaan internet sebagai strategi coping untuk mengubah suasana hati
	<i>Tolerance</i>	Peningkatan penggunaan internet untuk merasakan perubahan suasana hati yang sama.
	<i>Withdrawal Symptoms</i>	Perasaan tidak menyenangkan seperti marah, cemas, atau tubuh bergoyang saat penggunaan internet dikurangi atau dihentikan.
	<i>Conflict</i>	Terjadinya konflik antara individu dan lingkungan

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

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

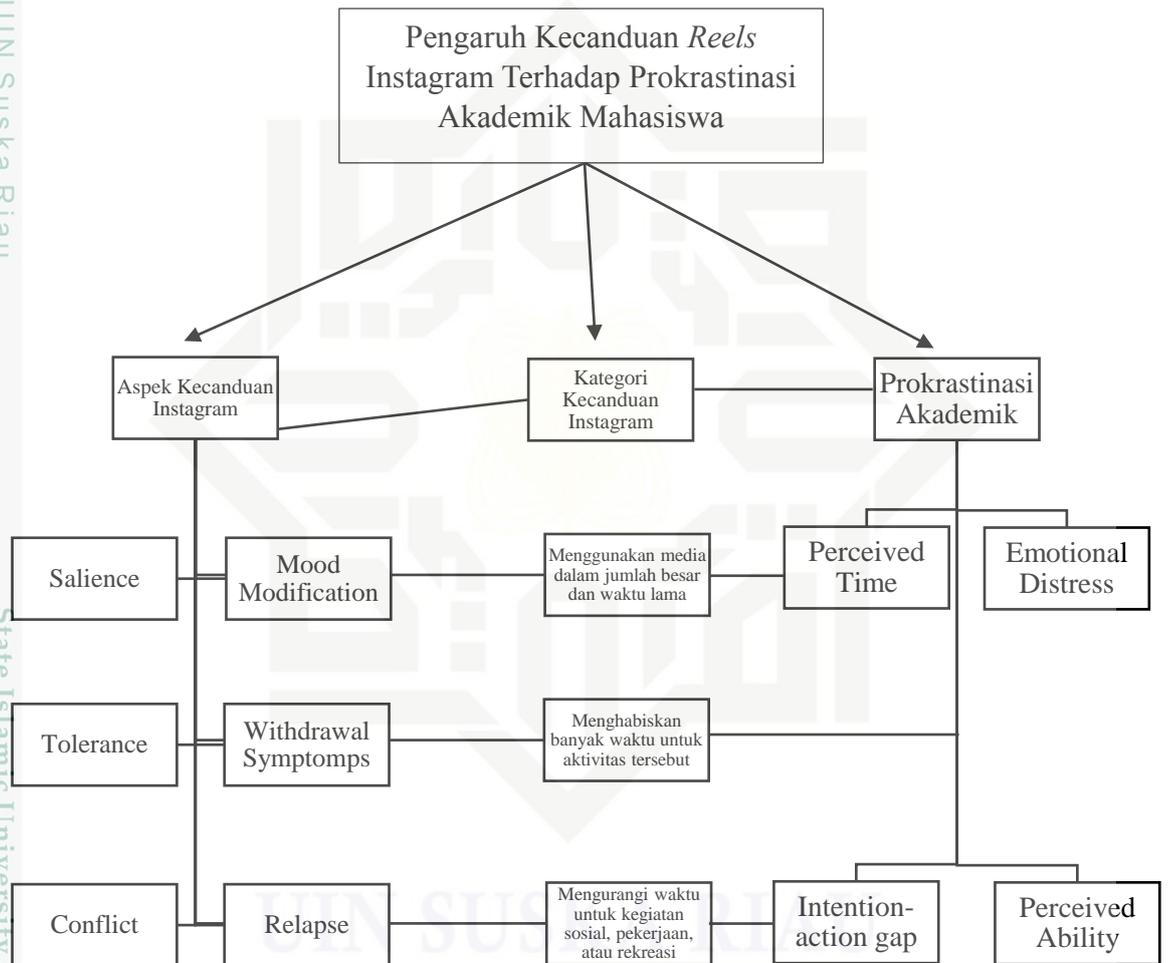
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan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

		sosialnya, seperti pekerjaan, tugas, kehidupan sosial, hobi, atau konflik intrafisik karena waktu yang dihabiskan di internet
	<i>Relapse</i>	Kembalinya pola penggunaan internet setelah adanya kontrol.
Prokrastinasi Akademik (Y)	<i>Perceived time</i>	Perilaku individu yang membuat prokrastinator sulit mematuhi batas waktu
	<i>Intention-action gap</i>	Perilaku individu yang terjadi ketika ada kesenjangan antara keinginan dan tindakan
	<i>Emotional distress</i>	Perilaku individu yang menunjukkan perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi
	<i>Perceived ability</i>	Individu yang menilai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri. Ragu-ragu terhadap kemampuan diri dapat mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi

Tabel 2.1. Konsep Operasional

2.5. Kerangka Pemikiran

Gambar 2.8 Kerangka Pikir



Kecanduan *Reels* Instagram memiliki dampak yang signifikan terhadap prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa, mencakup berbagai aspek perilaku kecanduan dan prokrastinasi yang memerlukan perhatian serius. Pertama-tama, aspek perilaku kecanduan Instagram mencakup beberapa elemen kunci. ***Salience*** atau keterpusatan perhatian terjadi ketika penggunaan Instagram, terutama fitur *Reels*, menjadi aktivitas utama yang mendominasi pikiran dan perhatian mahasiswa, sehingga mereka mengabaikan tugas-tugas akademik penting. ***Mood Modification*** atau perubahan suasana hati terjadi ketika mahasiswa menggunakan *Reels* Instagram untuk mengubah atau



meningkatkan suasana hati mereka, seperti menghilangkan kebosanan atau stres, yang pada akhirnya menggantikan waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar.

Tolerance atau toleransi mengacu pada meningkatnya kebutuhan waktu untuk menggunakan *Reels* Instagram guna mencapai tingkat kepuasan yang sama, yang berarti lebih banyak waktu dihabiskan untuk media sosial daripada untuk kegiatan akademik. **Withdrawal Symptoms** atau gejala putus zat muncul ketika mahasiswa merasakan kecemasan atau ketidaknyamanan saat tidak dapat mengakses Instagram, yang mengganggu konsentrasi mereka pada tugas akademik. **Conflict** atau konflik mencakup konflik internal dan eksternal yang dialami mahasiswa, seperti merasa bersalah atau ditegur oleh orang lain karena terlalu banyak menggunakan Instagram dan mengabaikan tugas-tugas akademik. Akhirnya, **Relapse** atau kambuh terjadi ketika mahasiswa kembali ke perilaku penggunaan Instagram yang berlebihan setelah mencoba mengurangi atau menghentikan penggunaannya.

Di sisi lain, aspek perilaku prokrastinasi akademik yang terpengaruh oleh kecanduan *Reels* Instagram juga mencakup beberapa elemen penting. **Perceived Time** atau persepsi waktu mengacu pada kesalahan dalam mempersepsikan waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tugas akademik karena terlalu banyak waktu dihabiskan untuk menonton *Reels*. **Emotional Distress** atau tekanan emosional meningkat akibat menunda tugas akademik. **Intention-Action Gap** atau kesenjangan terjadi ketika ada kesenjangan antara niat untuk menyelesaikan tugas dan tindakan nyata karena terganggu oleh daya tarik *Reels* Instagram. **Perceived Ability** atau persepsi kemampuan mengacu pada perasaan kurang mampu atau tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugas akademik tepat waktu karena terganggu oleh waktu yang dihabiskan untuk media sosial.

Kriteria kecanduan Instagram yang relevan dalam konteks ini meliputi penggunaan media dalam waktu yang lama, di mana mahasiswa menghabiskan waktu yang signifikan setiap hari untuk menonton *Reels* Instagram, sering kali lebih dari yang mereka sadari. Selain itu, banyaknya waktu yang dihabiskan untuk aktivitas tersebut menggantikan waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar atau mengerjakan tugas akademik. Pengurangan waktu untuk kegiatan sosial juga terjadi karena lebih banyak waktu yang dihabiskan di dunia maya, yang juga dapat mempengaruhi dukungan sosial yang diperlukan untuk keberhasilan akademik.

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



2.6. Hipotesis

Setelah merumuskan landasan teori dan kerangka berpikir, peneliti menyusun hipotesis penelitian. Hipotesis penelitian ini merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang dinyatakan dalam bentuk pernyataan sebagai berikut:

- a. Terdapat pengaruh yang signifikan antara Kecanduan *Reels* Instagram dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (Ha).
- b. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara Kecanduan *Reels* Instagram dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (Ho).

Hak-patwa 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 Dilindungi Undang-Undang

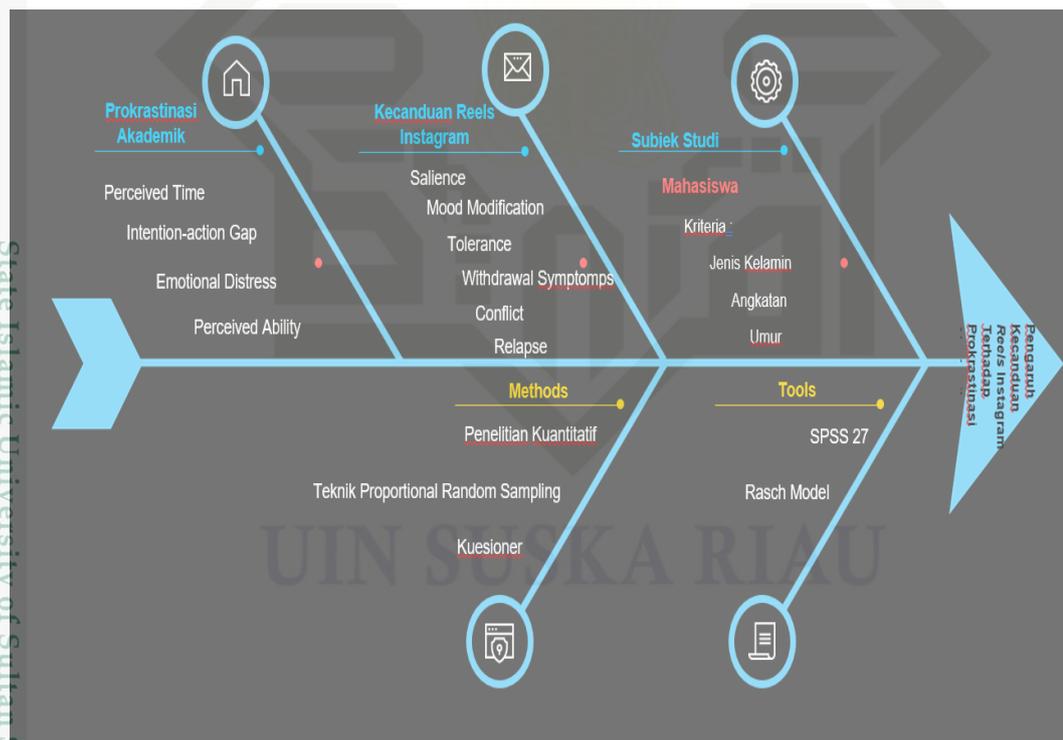
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak meruikan kepentingan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

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan meneliti pengaruh antara kecanduan *Reels Instagram* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Ruang lingkup penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa pengaruh *Reels Instagram* terhadap prokrastinasi akademik. Maka pendekatan yang paling cocok untuk penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan proses mencari pengetahuan dengan menggunakan data angka untuk menganalisis informasi yang ingin kita ketahui (Kasiram, 2008). Penelitian ini memilih sekelompok mahasiswa dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.



Gambar 3.1. Fishbone Langkah Penelitian

Kerangka di atas menjelaskan bahwasannya penelitian kuantitatif berkaitan pada perhitungan angka maupun kuantitas. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportional Random Sampling*, dan Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner untuk mengukur (1) *Independent Variable* (Kecanduan *Reels Instagram*) yang mencakup *Saliency*; *Mood Modification*;



Tolerance; Withdrawal Symptoms; Conflict; Relapse dan (2) *Dependent Variable* (Prokrastinasi Akademik) yang mencakup *Perceived Time Intention-action gap; Emotional Distress; dan Perceived Ability* selanjutnya data akan diolah menggunakan *Statistical Product and Service Solutions* versi 27 (SPSS) dan *Rasch Model*. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa dengan kriteria Jenis kelamin, Angkatan, Usia, Fakultas, dan Suku.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

a. Lokasi Penelitian

Lokasi pada penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

b. Waktu Penelitian

No	Uraian Kegiatan	Waktu			
		Mei- Juni	Juli- Agust	Sept- Okt	Nov- Des
1	Pembuatan Proposal	✓			
2	Seminar Proposal	✓			
3	Revisi Proposal		✓		
4	Pembuatan Angket			✓	
5	Penyebaran			✓	
6	Pengolahan Data				✓
7	Seminar Hasil				✓

Tabel 3.1. Waktu Penelitian

3.3. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek dalam penelitian yang dipelajari dan dicatat segala bentuk yang ada di lapangan (Arikunto, 2006; Renggo & Kom, 2022) . Populasi juga merupakan keseluruhan responden yang memiliki sifat tertentu. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang berjumlah 23.629 orang.


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 merujuk kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Fakultas	Jumlah
1	Tarbiyah dan Keguruan	6.946
2	Syariah dan Hukum	3.787
3	Ushuluddin	1.521
4	Dakwah dan Komunikasi	2.498
5	Sains dan Teknologi	2.350
6	Psikologi	1.048
7	Ekonomi dan Ilmu Sosial	3.719
8	Pertanian dan Peternakan	1.760
Total		23.629

Tabel 3.2. Data Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Sumber : Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

b. Sampel

Menurut Arikunto sampel adalah bagian kecil dari populasi yang dianggap mewakili populasi dalam penelitian (Arikunto, 2014). Sampel bersifat lebih spesifik dibandingkan populasi. Karena populasi terlalu besar, penelitian tidak memungkinkan untuk meneliti semua anggota populasi karena keterbatasan waktu, biaya, dan jangkauan, maka penyebaran angket secara merata tidak dapat dilakukan. Sampel pada penelitian ini diambil menggunakan Teknik *Proportional Random Sampling*, yaitu dimana jumlah sampel pada masing-masing strata sebanding dengan jumlah anggota populasi pada masing-masing stratum populasi (Prof. Dr. A. Muri Yusuf, 2016) .

Untuk menentukan ukuran sampel dapat digunakan rumus A. Muri sebagai berikut:

$$\text{Sampel} = \frac{\text{Jumlah Masing-Masing Kelompok}}{\text{Jumlah Total}} \times \text{Besaran Sampel}$$

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.

No	Fakultas	Jumlah	Rumus	Sampel
1	Tarbiyah dan Keguruan	6.946	$\frac{6.946}{23.629} \times 100$	30
2	Syariah dan Hukum	3.787	$\frac{3.787}{23.629} \times 100$	16
3	Ushuluddin	1.521	$\frac{1.521}{23.629} \times 100$	7
4	Dakwah dan Komunikasi	2.498	$\frac{2.498}{23.629} \times 100$	11
5	Sains dan Teknologi	2.350	$\frac{2.350}{23.629} \times 100$	10
6	Psikologi	1.048	$\frac{1.048}{23.629} \times 100$	5
7	Ekonomi dan Ilmu Sosial	3.719	$\frac{3.719}{23.629} \times 100$	16
8	Pertanian dan Peternakan	1.760	$\frac{1.760}{23.629} \times 100$	8
Total				103

Tabel 3.3. Sampel Penelitian

Menurut data di atas, maka terdapat 103 sampel yang akan diambil dalam penelitian ini. Penelitian ini akan melindungi hak dan kesejahteraan responden. Partisipasi dalam penelitian ini bersifat sukarela, anonim, dan rahasia. Penelitian ini tidak akan mengumpulkan informasi identitas pribadi responden. Identitas semua responden akan dilindungi. Responden akan diberitahu bahwa mereka boleh mengundurkan diri kapan saja.

Data akan disimpan dengan aman pada *hard drive* eksternal yang dilindungi kata sandi untuk menjaga kerahasiaan. Peneliti tidak akan mendapatkan informasi identitas pribadi responden, dan tidak akan ada hubungan langsung antara data dan peserta. Semua tanggapan survei akan anonim. Setelah penelitian selesai, data akan dihapus untuk melindungi kerahasiaan.

3.4. Teknik Pengumpulan Data

a. Angket / Kuesioner

Angket/Kuesioner adalah beberapa pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden. Angket / Kuesioner adalah kumpulan pertanyaan tertulis yang digunakan untuk mengumpulkan data dari responden, baik mengenai informasi pribadi mereka maupun hal-hal yang mereka ketahui. Dengan kata lain, kuisisioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan pertanyaan tertulis kepada responden penelitian (Arikunto, 2014).

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

Penelitian menggunakan *Google Form* untuk menyebarkan angket karena memiliki banyak keuntungan dan praktis dalam pengisian angket tersebut. Penelitian ini menggunakan Teknik *Proportional Random Sampling* dalam pengambilan sampel sehingga terdapat 103 responden dari angket yang telah disebar. Kuesioner dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert*, karena skala likert merupakan skala penelitian yang digunakan untuk mengukur perilaku dan opini, memungkinkan responden mengekspresikan tingkat persetujuan atau ketidaksetujuan mereka terhadap pernyataan tertentu.

Kuesioner ini dibagi menjadi dua instrumen. Instrumen pertama terdiri dari 12 pernyataan untuk variabel X (Kecanduan *Reels Instagram*), dan instrumen kedua terdiri dari 14 pernyataan untuk variabel Y (Prokrastinasi Akademik). Setiap pernyataan memiliki pilihan jawaban: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Cukup Setuju (CS), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Kuesioner yang digunakan untuk mengukur kecanduan *Reels Instagram* dan prokrastinasi adalah kuesioner tertutup dengan skala penilaian. Pernyataannya terdiri dari kategori positif (*favorable*) dan negatif (*unfavorable*). Skor diperoleh berdasarkan jawaban yang dipilih sesuai dengan jenis pernyataan, yaitu *favorable* atau *unfavorable*. Berikut Skala Likert dari indikator variabel dalam penelitian ini :

<i>Respon</i>	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju	5	1
Setuju	4	2
Cukup Setuju	3	3
Tidak Setuju	2	4
Sangat Tidak Setuju	1	5

Tabel 3.4. Kategori Penilaian Skala Likert

3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum alat ukur digunakan untuk mengumpulkan data, alat tersebut perlu diuji coba untuk memastikan validitas, reliabilitas, dan daya diskriminasi item. Menurut Azwar (2018), uji coba skala membutuhkan sampel 103 responden untuk mengevaluasi sifat psikometri alat ukur. Uji coba alat ukur dalam penelitian ini dilakukan antara 14 Oktober 2024 hingga 26 Oktober 2024. Data dikumpulkan dengan menyebarkan skala secara online kepada mahasiswa



selain Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau melalui tautan. Setelah data terkumpul, uji reliabilitas dan diskriminasi item dilakukan menggunakan SPSS versi 27.

b. Uji Validitas

Validitas merupakan ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan suatu instrument. Instrument yang valid akan memiliki validitas yang tinggi, begitu juga sebaliknya instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah (Arikunto, 2014). Dalam penelitian ini, pengujian validitas dilakukan dengan menggunakan uji statistic menggunakan aplikasi SPSS 27.0.

Pada teknik ini menggunakan dua sisi uji dengan taraf signifikansi dengan $\alpha = 0.05$ dengan drajat keabsahan ($dk=n-2$) sehingga didapat r-tabel, dengan kriteria:

1. Jika $r\text{-hitung} \geq$ atau sama dengan r-tabel (0.05) maka dinyatakan valid.
2. Jika $r\text{-hitung} \leq$ dari r-tabel (0.05) maka dinyatakan tidak valid.

c. Uji Reliabilitas

Menurut Arikunto reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat di percaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrument tersebut sudah baik. Instrument yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu. Reliabel artinya dapat dipercaya atau dapat di andalkan (Arikunto, 2014). Suatu instrument dikatakan mempunyai nilai reabilitas yang tinggi, apabila instrument yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur meskipun dilakukan dalam beberapa kali dengan kelompok subjek yang sama sehingga memperoleh hasil yang relatif sama selama aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah.

Uji reliabel digunakan dengan batuan *program SPSS 27.0*. dengan menggunakan metode *Cronbach alpha*. Adapun dasar dalam pengambilan keputusan uji realibilitas ialah:

1. Jika nilai *cronbach's alpha* $\geq 0,60$ maka angket dinyatakan reliabel atau konsisten.
2. Jika nilai *cronbach's alpha* $\leq 0,60$ maka angket dinyatakan tidak reliabel atau konsisten.

No	Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
1	Kecanduan Reels Instagram	0.745	Realibilitas



2	Prokrastinasi Akademik	0.774	Realibilitas
---	------------------------	-------	--------------

Tabel 3.5. Uji Realibilitas Data

Sumber : Data diolah dengan SPSS versi 27.0 for windows

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,745 dan 0,774. Karena kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,60, maka instrumen pernyataan dinyatakan reliabel. Hal ini sesuai dengan kriteria pengambilan keputusan, yaitu jika nilai *Cronbach's Alpha* \geq 0,60, maka kuesioner dianggap reliabel dan layak digunakan dalam penelitian.

d. Uji Daya Diskriminasi

Daya diskriminasi adalah kemampuan item untuk membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki atribut yang diukur dan yang tidak memilikinya. Semua item yang memiliki koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap memuaskan. Oleh karena itu, item dengan koefisien kurang dari 0,30 dinyatakan gugur (Azwar, 2018).

Aspek	Favorable (+)		Unfavorable (-)		Jumlah Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Salience</i>	3,5,10	-	12	-	-
<i>Mood</i>	1	-	-	-	-
<i>Modification</i>					
<i>Tolerance</i>	2	-	11	-	-
<i>Withdrawal</i>	8,13	-	-	-	-
<i>Symptoms</i>					
<i>Conflict</i>	6	-	9	-	-
<i>Relapse</i>	4	-	-	7	1
Jumlah	9	-	3	-	1

Tabel 3.6. Blue Print Skala Kecanduan Reels Instagram (Try Out)

Berdasarkan hasil perhitungan data uji coba yang telah diolah menggunakan SPSS versi 27 for Windows pada skala kecanduan Reels Instagram yang terdiri dari 13 item, ditemukan 1 item yang gugur dan 12 item yang valid, dengan koefisien korelasi item total berkisar antara 0,298.

Aspek	Favorable (+)		Unfavorable (-)		Jumlah Gugur
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
<i>Perceived Time</i>	3,8	-	1,11	-	-
<i>Intention-action</i>	2,6,13	-	4	-	-

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.

Aspek	Favorable (+)	Unfavorable (-)	Jumlah
<i>gap</i>			
<i>Emotional distress</i>	10	-	7
<i>Perceived ability</i>	5,9,14	-	12
Jumlah	9	-	5

Tabel 3.7. Blue Print Skala Prokrastinasi Akademik Mahasiswa (Try Out dan Untuk Penelitian)

Selanjutnya, pada skala prokrastinasi akademik yang telah diuji coba dan datanya diolah menggunakan SPSS versi 27 for Windows, yang terdiri dari 14 item, ditemukan 14 item yang valid dan tidak terdapat item yang gugur,

Berdasarkan hasil *try out* atau uji coba yang telah dilakukan pada skala Kecanduan Reels Instagram dan Skala Prokrastinasi Akademik, peneliti menyusun kembali *blueprint* kedua skala yang akan digunakan dalam penelitian ini. Berikut adalah *blueprint* skala kecanduan Reels Instagram yang akan digunakan untuk penelitian.

Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
<i>Saliency</i>	3,5,9	11	4
<i>Mood</i>	1	-	1
<i>Modification</i>			
<i>Tolerance</i>	2	10	2
<i>Withdrawal</i>	7,12	-	2
<i>Symptoms</i>			
<i>Conflict</i>	6	8	2
<i>Relapse</i>	4	-	1
Jumlah	9	3	12

Tabel 3.8. Blue Print Skala Kecanduan Reels Instagram (Untuk Penelitian)

3.6. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik. Statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya, tanpa bermaksud membuat kesimpulan umum atau generalisasi (Pabandu, 2006).

- a. Uji Asumsi Klasik



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.

Uji asumsi bertujuan untuk memastikan bahwa persamaan regresi yang dihasilkan memiliki tingkat ketepatan dalam estimasi, akurat, dan konsisten (Gunawan, 2018).

1. Uji Normalitas

Normalitas merupakan salah satu asumsi klasik yang penting dalam analisis data kuantitatif. Asumsi ini berkaitan dengan distribusi data yang diharapkan mengikuti pola distribusi normal. Untuk menguji normalitas, dapat digunakan uji statistik seperti Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk. Apabila data tidak memenuhi asumsi normalitas, transformasi data mungkin diperlukan untuk memastikan data memenuhi syarat sebelum melanjutkan ke tahap analisis berikutnya (Asfihan, 2021).

Analisis regresi atau korelasi, ANOVA, dan uji-t dapat dilakukan jika variabel-variabel yang terlibat memiliki distribusi normal. Dengan kata lain, data yang digunakan harus berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Untuk menguji normalitas distribusi data, terdapat beberapa teknik analisis statistik yang sering digunakan, seperti teknik Chi-Square, Uji Normal P-Plot, Lilliefors, dan Kolmogorov-Smirnov.

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan uji normal P-P Plot. Dasar pengambilan keputusan pada uji ini adalah jika titik-titik data berada di sekitar atau mengikuti garis diagonal, maka residual dapat dikatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, jika titik-titik data tersebar jauh atau tidak mengikuti garis diagonal, hal tersebut menunjukkan bahwa residual tidak berdistribusi normal (Duli, 2019).

2. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono dan Susanto (2015), uji linearitas digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear secara signifikan. Uji linearitas dilakukan menggunakan *test of linearity*. Kriterianya adalah jika nilai signifikansi pada $linearity \leq 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen. Dengan dasar Pengambilan keputusan didasarkan pada tabel ANOVA, khususnya nilai signifikansi asimtotik pada *linearity* dan *deviation from linearity*, untuk menentukan probabilitas. Adapun output yang dihitung adalah sebagai berikut:

- a) Dilihat dari nilai signifikansi antara lain:
 - 1) Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka data kedua variable linear.



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) Apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka data kedua tidak variable linear.

b) Dilihat dari nilai F hitung dan F table antara lain:

- 1) Apabila nilai F hitung $< F$ table, maka data kedua variable linier
- 2) Apabila nilai F hitung $> F$ table maka data kedua variable tidak linier.

3. Uji Heterokedastisitas

Uji heteroskedastisitas adalah metode yang digunakan dalam analisis regresi untuk mengidentifikasi adanya perbedaan varians residual antar pengamatan. Jika varians residual antar pengamatan bersifat konstan, maka disebut homoskedastisitas, sedangkan jika bervariasi disebut heteroskedastisitas. Model regresi yang baik adalah model yang memenuhi asumsi homoskedastisitas, atau dengan kata lain, tidak mengalami masalah heteroskedastisitas.

Menurut Ghozali (2013) uji heteroskedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan varians residual antar pengamatan dalam model regresi. Masalah heteroskedastisitas sering ditemukan pada data cross-section, karena data ini mencakup berbagai ukuran, seperti kecil, sedang, dan besar. Beberapa metode yang dapat digunakan untuk menguji heteroskedastisitas meliputi Uji Park, Uji Glejser, Grafik Plot (Scatter Plot), dan Uji Koefisien Korelasi Spearman.

Uji heteroskedastisitas dalam penelitian ini diolah menggunakan Uji Glejser. Uji Glejser dilakukan dengan cara meregresikan antara variabel independen dengan nilai absolut residualnya (ABS_RES). Dasar pengambilan keputusan menggunakan uji Glejser sebagai berikut:

- a. Jika nilai Signifikansi (Sig.) $> 0,05$, maka tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi .
- b. Jika nilai Signifikansi (Sig.) $< 0,05$, maka terjadi gejala heteroskedastisitas.

b. Uji Hipotesis

1) Uji Koefisien Determinasi



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.

Menurut Ghozali (2013), Koefisien ini menunjukkan seberapa besar persentase variasi variabel independen yang digunakan dalam model mampu menjelaskan variasi variabel dependen.

- a) Apabila hasil R mendekati 0 menunjukkan kontribusi variabel independent terhadap variabel dependen secara simultan semakin lemah, maka model dikatakan kurang layak.
- b) Apabila hasil R mendekati 1 menunjukkan kontribusi variabel independent terhadap variabel dependen secara simultan semakin kuat, maka model dikatakan kuat.

2) Uji F

Uji F menunjukkan apakah dari variabel independen secara bersama-sama dapat berpengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen.

- a) Jika $\text{sig} < 0,05$ atau $f \text{ hitung} > f \text{ tabel}$ maka terdapat pengaruh variabel X secara simultan terhadap variabel Y.
- b) Jika $\text{sig} > 0,05$ atau $f \text{ hitung} < f \text{ tabel}$ maka tidak terdapat pengaruh variabel X secara simultan terhadap variabel Y.

3) Uji Regresi Linear Sederhana

Regresi linear sederhana merupakan suatu alat *statistic* yang digunakan untuk mencari adanya pengaruh antara satu variabel terhadap variabel lainnya. Dalam penelitian ini maka analisis regresi yang dilakukan adalah untuk mengetahui pengaruh antara Kecanduan *Reels Instagram* terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

Adapun rumus persamaan regresi linear yaitu sebagai berikut (Yuliara, 2016) :

$$Y = a + bX$$

Y = Garis regresi / Variabel Terikat

a = Konstanta (intersep), perpotongan dengan sumbu vertikal

b = Konstanta regresi (*slope*)

X = Variabel bebas

Variabel terikat pada penelitian ini adalah prokrastinasi akademik dan variabel bebasnya adalah kecanduan *Reels Instagram*. Besarnya konstanta a dan b dapat ditentukan menggunakan persamaan :

$$a = \frac{n \sum xy - \sum x \sum y}{n \sum x^2 - (\sum x)^2} \qquad b = \frac{\sum y \cdot \sum x^2 - \sum x \cdot \sum xy}{n \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2}$$

Tujuan analisis regresi linear sederhana adalah untuk memperoleh pola hubungan matematis variabel X dan Y serta mengidentifikasi besarnya perubahan variabel. Regresi linier sederhana dapat digunakan untuk menilai hubungan antar variabel independen positif atau negatif, serta memprediksi nilai variabel dependen.

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 IV

GAMBARAN UMUM

4.1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau (UIN Suska Riau) adalah sebuah kampus madani yang berlokasi di dua wilayah di Kota Pekanbaru, yaitu Panam dan Sukajadi. Sebelumnya, UIN Suska Riau dikenal sebagai Institut Agama Islam Negeri Sulthan Syarif Qasim (IAIN SUSQA) Pekanbaru, yang didirikan pada tanggal 19 September 1970 berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 194 Tahun 1970. Peresmian institut ini dilakukan oleh Menteri Agama Republik Indonesia, K.H. Ahmad Dahlan, melalui penandatanganan piagam dan pelantikan Rektor pertama, Prof. H. Ilyas Muhammad Ali, pada tanggal yang sama.

Berdasarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2005 yang diterbitkan pada 4 Januari 2005, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sulthan Syarif Qasim Pekanbaru resmi berubah status menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Syarif Kasim Riau. Perubahan ini diresmikan pada 9 Februari 2005 oleh Presiden Republik Indonesia saat itu, Bapak Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono. Selanjutnya, Menteri Agama Republik Indonesia mengatur Organisasi dan Tata Kerja UIN Suska Riau melalui Peraturan Menteri Agama RI Nomor 8 Tahun 2005 yang ditetapkan pada 4 April 2005.

Pada awal pendiriannya, IAIN Sulthan Syarif Qasim (Susqa) hanya memiliki tiga fakultas utama, yaitu Fakultas Tarbiyah, Fakultas Syari'ah, dan Fakultas Ushuluddin. Namun, seiring berjalannya waktu, IAIN Susqa terus berkembang. Pada tahun 1998, institusi ini memperluas cakupannya dengan mendirikan Fakultas Dakwah. Fakultas ini didirikan berdasarkan Surat Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 104 Tahun 1998, tertanggal 24 Februari 1998. Awalnya, Fakultas Dakwah merupakan pengembangan dari Jurusan Dakwah yang sebelumnya berada di bawah Fakultas Ushuluddin.

Pada tahun akademik 2002/2003, IAIN Susqa melakukan langkah signifikan dengan mengembangkan program studi yang ada pada fakultas-fakultas sebelumnya, serta menambahkan beberapa program studi baru. Program-program studi tersebut kemudian ditingkatkan menjadi fakultas yang berdiri sendiri.

Fakultas-fakultas baru yang terbentuk antara lain: Fakultas Sains dan Teknologi yang mencakup Jurusan Teknik Informatika, Teknik Industri, Sistem Informasi, dan Matematika; Fakultas Psikologi dengan Program Studi Psikologi; Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial yang menawarkan program studi Manajemen, Akuntansi, dan Manajemen Perusahaan Diploma III; serta Fakultas Peternakan



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 mengizinkan 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.

dengan Program Studi Ilmu Ternak, yang memiliki konsentrasi dalam Teknologi Produksi Ternak, Teknologi Hasil Ternak, dan Teknologi Pakan dan Nutrisi. Dengan adanya pengembangan ini, pada tahun akademik 2002/2003, IAIN Susqa yang nantinya akan menjadi UIN Suska Riau, telah memiliki delapan fakultas, yaitu: Fakultas Tarbiyah, Fakultas Syari'ah, Fakultas Ushuluddin, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, Fakultas Sains dan Teknologi, Fakultas Psikologi, Fakultas Ekonomi, dan Fakultas Peternakan.

Peningkatan status IAIN menjadi UIN bertujuan untuk menghasilkan sarjana muslim yang tidak hanya menguasai ilmu-ilmu keislaman, tetapi juga mampu mengembangkan dan menerapkan ilmu pengetahuan serta teknologi secara integral. Transformasi UIN Suska Riau tidak hanya berfokus pada pengembangan akademik, seperti pembukaan fakultas-fakultas dan program studi baru, tetapi juga mencakup kemajuan di bidang fisik, sarana, dan prasarana. Sejak tahun 1995/1996, pembangunan fisik kampus mulai dilakukan dengan berhasil membangun gedung seluas 5.760 m² yang dilengkapi dengan 70 ruang kuliah. Seiring dengan perjalanan waktu, dari masa berdirinya IAIN Susqa hingga berubah menjadi UIN Suska Riau, kampus ini telah mengalami beberapa kali pergantian pimpinan, sebagai berikut:

NO	Nama	Periode
1.	Prof. H. Ilyas Muh. Ali	1970-1975
2.	Drs. H. A. Moerad Oesman	1975-1979
3.	Drs. Soewarno Ahmady	1979-1987
4.	Drs. H. Yusuf Rahmam, MA	1987-1996
5.	Drs. H. Amir Luthfi	1996-2005
6.	Prof. Dr. H. M. Nazir	2005-2009
7.	Prof. Dr. H. M. Nazir	2009-2014
8.	Prof. Dr. H. Munzir Hitami, MA	2014-2018
9.	Prof. Dr. H. Akhmad Mujahidin, MA	2018-2022
10	Prof. Dr. Khairunnas, M.Ag	2022-saat ini

Tabel 4.1. Nama Rektor IAIN Susqa – UIN Suska Riau 1970-2024



4.2. Visi, Misi, Karakteristik, dan Tujuan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

1. Visi UIN Suska Riau

Visi UIN Suska Riau adalah terwujudnya Universitas Islam Negeri sebagai lembaga pendidikan tinggi pada tingkat dunia yang mengembangkan ajaran Islam, ilmu pengetahuan dan teknologi pada tahun 2023.

2. Misi Uin Suska Riau

- b. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran untuk melahirkan sumber daya manusia yang berkualitas secara akademik dan profesional serta memiliki integritas pribadi sebagai sarjana muslim.
- c. Menyelenggarakan penelitian dan pengkajian untuk mengembangkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan / atau seni dengan menggunakan paradigma Islami.
- d. Menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat dengan memanfaatkan ilmu pengetahuan teknologi dan / atau seni dengan menggunakan paradigma Islami.
- e. Menyelenggarakan tatapamong perguruan tinggi yang otonom, akuntabel, dan transparan yang menjamin peningkatan kualitas berkelanjutan.

3. Karakteristik UIN Suska Riau

- a. Pengembangan paradigam ilmu yang memberi penekanan pada rasa iman dan tauhid (belief affection).
- b. Pengembangan berbagai cabang ilmu pengetahuan dengan pendekatan religius sehingga nilai-nilai Islam menjadi roh bagi setiap cabang ilmu pengetahuan dengan penerapan prinsip Islam dalam Disiplin Ilmu (IDI) sebagai upaya riil mewujudkan integrasi ilmu dengan Islam.
- c. Penyelenggaraan beberapa disiplin ilmu untuk mencapai standar kompetensi ilmu-ilmu keislaman yang memperkuat domain akidah, ibadah, muamalah dan akhlak.
- d. Pembinaan dan pengembangan lingkungan yang madani sesuai dengan nilai-nilai Islam melalui program Ma'had Al-Jami'ah.
- e. Perwujudan keunggulan akademik dan profesionalisme yang didasarkan pada moral keagamaan dalam kehidupan kampus.

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 merujuk 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 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.

4. Tujuan UIN Suska Riau

- a. Menghasilkan lulusan yang berakhlak mulia dan menjadi anggota masyarakat yang memiliki kemampuan serta keunggulan akademik dan/atau professional yang dapat menerapkan, mengembangkan, menciptakan ilmu pengetahuan, teknologi, dan/atau seni yang bernafaskan Islam.
- b. Mengembangkan dan menyebarluaskan ilmu agama Islam, ilmu pengetahuan, teknologi, dan/atau seni serta mengupayakan penggunaannya untuk meningkatkan martabat dan taraf kehidupan masyarakat serta memperkaya kebudayaan nasional.
- c. Menghasilkan karya ilmiah dan karya kreatif yang unggul berkelas .dunia
- d. Menghasilkan kinerja institusi yang efektif untuk menjamin pertumbuhan kualitas pelaksanaan tridharma perguruan tinggi yang berkelanjutan (Suska, 2024).

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 VI

PENUTUP

6.1. Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa ketergantungan pada Reels Instagram memiliki pengaruh sebesar 46,7% terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Artinya, hampir setengah dari variasi prokrastinasi akademik mahasiswa dapat dijelaskan oleh sejauh mana mereka bergantung pada penggunaan Reels Instagram. Hal ini menunjukkan bahwa platform media sosial seperti Reels Instagram memainkan peran yang cukup signifikan dalam memengaruhi kebiasaan menunda pekerjaan akademik di kalangan mahasiswa.

Hasil ini juga mengindikasikan bahwa terdapat 53,3% faktor lainnya yang berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa, tetapi belum teridentifikasi dalam penelitian ini. Faktor-faktor ini bisa mencakup berbagai aspek, seperti tekanan akademik, manajemen waktu yang buruk, tingkat motivasi yang rendah, pengaruh lingkungan sosial, hingga kondisi kesehatan mental. Misalnya, stres akademik yang tinggi, kurangnya dukungan sosial, atau gangguan kecemasan dapat memperburuk kebiasaan menunda pekerjaan. Selain itu, faktor seperti pengelolaan prioritas, kualitas hubungan dengan dosen, dan kondisi lingkungan belajar juga mungkin berperan.

Penelitian ini menyoroti pentingnya mengeksplorasi variabel lain yang dapat memengaruhi kesehatan mental dan perilaku akademik mahasiswa, di luar kecanduan media sosial. Faktor-faktor seperti penggunaan teknologi secara umum, kecanduan gaming, pola tidur, serta keseimbangan antara kegiatan akademik dan kehidupan pribadi dapat menjadi area penelitian yang relevan. Misalnya, bagaimana kurangnya waktu tidur akibat penggunaan perangkat digital dapat memperburuk fokus dan produktivitas mahasiswa, sehingga meningkatkan kecenderungan untuk prokrastinasi.

6.2. Saran

Peneliti di masa depan disarankan untuk menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor eksternal dan internal yang berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian lanjutan dapat menggunakan pendekatan yang lebih komprehensif dengan memasukkan variabel-variabel lain, seperti strategi coping mahasiswa, dukungan sosial, dan peran sistem pendidikan dalam mengelola beban akademik.



DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya Putra Pratama , Rr Hawik Ervina Ib, N. S. (2023). Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Kewirausahaan*, 2(1), 82–91.
- Akbar Ilman Satinputra, Nala Akhmad Kencana, Lukas Ekaputra, Y. L. (2021). Ketergantungan Media Sosial dan Efeknya pada Perilaku Masyarakat terhadap Iklan di Instagram. *Jurnal Pendidikan Kewirausahaan Indonesia*, 4(1), 37–48.
- Andi Mulia , Nelyahardi Gutji, A. Y. (2023). Pengaruh Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Instagram pada Siswa di SMA Negeri 3 Kota Jambi. *PARAMAEDUTAMA*.
- Antasari, C., & Pratiwi, R. D. (2022). Pemanfaatan Fitur Instagram Sebagai Sarana Komunikasi Pemasaran Kedai Babakkeroyokan Di Kota Palu. *Kinesik*, 9(2), 176–182. <https://doi.org/10.22487/ejk.v9i2.327>
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu*.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta.
- Asfihan, A. (2021). Uji Asumsi Klasik: Jenis-jenis Uji Asumsi Klasik. *Fe Unisma*, July, 1–11. http://fe.unisma.ac.id/MATERI_AJAR_DOSEN/EKOMETRIK/AriRiz/MA_Uji_Normalitas.pdf%0Ahttps://adalah.co.id/uji-asumsi-klasik/
- 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. <https://doi.org/10.24815/s-jpu.v4i2.22108>
- Atmoko, B. D. (2012). *Instagram handbook*. Jakarta: Media Kita, 21.
- Atroszko, P. A., Balcerowska, J. M., Bereznowski, P., Biernatowska, A., Pallesen, S., & Andreassen, C. S. (2018). Facebook addiction among Polish undergraduate students: Validity of measurement and relationship with personality and well-being. *Computers in Human Behavior*, 85, 329–338.
- Aycan Pekpazar , Gizem Kaya Aydın , Umut Aydın , Hidayet Beyhan, E. A. (2021). Role of Instagram Addiction on Academic Performance among Turkish University Students: Mediating Effect of Procrastination. *Computers and Education Open*, 2, 1–10.
- Aycan Pekpazar a, Gizem Kaya Aydın b, Umut Aydın c, Hidayet Beyhan d, E. A. e. (2021). *Role of Instagram Addiction on Academic Performance among Turkish University Students: Mediating Effect of Procrastination*.
- Azher, M., Khan, R. B., Salim, M., Bilal, M., Hussain, A., & Haseeb, M. (2014). The relationship between internet addiction and anxiety among students of University



of Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*, 4(1), 288–293.

Azwar, S. (2018). *Metode penelitian psikologi edisi II*.

Behzad Foroughi, Mark D.Griffiths, Mohammad Iranmanesh, Y. S. (2021). Associations Between Instagram Addiction, Academic Performance, Social Anxiety, Depression, and Life Satisfaction Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 2221–2242.

Dewi Nurlaela Sari, Yanyan Mulyani, A. A. (2023). Pengaruh Teknik Hypnotherapy Part Therapy terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Kebidanan. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*.

Dilmaç, H. K. B. (2021). Predictive Relations between Psychological Well-Being, Instagram Addiction and Values in University Students. *Research on Education and Psychology (REP)*.

Duli, N. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Beberapa konsep dasar untuk penulisan skripsi & analisis data dengan SPSS*. Deepublish.

Eko Puspito Hartomo, Indah Lestari, S. (2022). Penerapan Konseling Behavioristik Teknik Kontrak Perilaku Untuk Mengatasi Kecanduan Sosial Media Instagram Pada Siswa SMPN 3 Juwana. *Muria Research Guidance and Counselling Journal*, 1(1), 81–94.

Elnur Rustamov, Ulkar Zalova Nuriyeva, Malak Allahverdiyeva, Tahmasib Abbasov, Gulay Mammadzada, N. R. (2023). Academic Self-Efficacy, Academic Procrastination, And Well-Being: A Mediation Model With Large Sample Of Azerbaijan. *IOJPE : International Online Journal of Primary Education*.

EVELIN, M. S. A. (2020). Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram dan Self-Esteem pada Remaja. *Mind Set*.

Fajriyati Safitri, T. S. (2023). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Motivasi Berprestasi dengan Prokrastinasi Akademik pada Siswa Kelas XI SMA X Jakarta. *Jurnal Edukasi Dan Multimedia*.

Fatih Azka, Dendih Fredi Firdaus, E. K. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *PSYMPATHIC : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210.

Febriandari, Nauli, & Rahmalia, S. H. D. (2016). Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(1), 50–56.

Ferrari, J. R., Johnson, J. L., & McCown, W. G. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Springer Science & Business Media.

Gaspar Mario Kadju, Y. P. (2023). Analisis Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Prokrastinasi Akademik Siswa Smp Bunda Hati Kudus Jakarta. *JURNAL PSIKO EDUKASI Jurnal Pendidikan, Psikologi, Dan Konseling*.



- Ghozali, I. (2013). *Aplikasi Analisis Dengan Program IBM SPSS 19*. edisi 5. Universitas Diponegoro: Semarang.
- Greenfield, D. N. (2021). *Overcoming Internet addiction for dummies*. John Wiley & Sons.
- Gunawan, C. (2018). *Mahir Menguasai SPSS (Mudah Mengolah Data Dengan IBM SPSS Statistic 25)*. Deepublish.
- Gunawinata, V. A. (2008). *Nanik., & Lasmono*. HK.
- Harmalis, H. (2021). Prokrastinasi Akademik dalam Perspektif Islam. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 2(1), 83–91. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v2i01.876>
- Husain, A. R., Wantu, T., & Pautina, M. R. (2023). Perilaku prokrastinasi akademik dan faktor penyebabnya pada mahasiswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 145–157.
- Iis hidayah, Heri Saptadi Ismanto, A. S. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bk Upgris Angkatan 2019. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandir*, 9(5), 1577–1588.
- Ismael Salamah Albursan, Mohammad Farhan Al. Qudah, H. S. A.-B., Salaheldin Farah Bakhiet , Eqbal Darandari , Sumayyah S. Al-Asqah, H. I. H., & Mohammed M. Al-Khadher , Saleem Qara, S. H. A.-M. and H. I. A. (2022). Smartphone Addiction among University Students in Light of the COVID-19 Pandemic: Prevalence, Relationship to Academic Procrastination, Quality of Life, Gender and Educational Stage. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- Izka Aniyatul Manfaati Sifa, D. R. S. (2018). Hubungan Regulasi Diri Dengan Adiksi Media Sosial Instagram Pada Siswa Smk Jayawisata Semarang. *Empati*.
- Junco, R., & Cotten, S. R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic performance. *Computers & Education*, 59(2), 505–514.
- Kasiram, M. (2008). Metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *Malang: UIN-Malang Pers*.
- Khatibah, K. (2011). *Jurnal Perpustakaan dan Informasi*. *Iqra'*, 2275(Penelitian Kepustakaan), 36–39.
- Khusnia, A. A., Mutakin, F., & Budiono, A. N. (2023). Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Self Management Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Viii Smp Diponegoro Wuluhan Tahun Pelajaran 2022/2023. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(4), 596–605.
- Ks, Y. (1998). The relationship between depression and internet addiction. *Cyberpsychol. Behav.*, 1, 25–28.



- Kübra KARAKAYA ÖZYER, F. A. (2023). Academic Procrastination of University Students: The Role of Problematic Internet Use, Self-Regulated Online Learning, And Academic Self-Efficacy. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 11(1), 77–93.
- Kurniawan, P. (2017). Pemanfaatan media sosial Instagram sebagai komunikasi pemasaran modern pada Batik Burneh. *Competence: Journal of Management Studies*, 11(2).
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528–3552.
- Lewis, G. (1996). DSM-IV. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th edn. By the American Psychiatric Association. (Pp. 886;£ 34.95.) APA: Washington, DC. 1994. *Psychological Medicine*, 26(3), 651–652.
- Marcela Paz González-Brignardello, A. S.-E. P. and M. Á. L.-G. (2023). Academic Procrastination in Children and Adolescents: A Scoping Review. *Children*.
- Mentimeter. (2024). *Faktor yang Menyebabkan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa UIN SUSKA RIAU*. Mentimeter.
- Migel Alfanzah Harahap, Enggar Dwi Laksono, Maryam Korla, N. H. M. (2022). Pengaruh Ketergantungan Media Sosial Instagram Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)*, 2(1), 152–155.
- Mikaella Audrey Setiawan Putri, D. S. (2023). Hubungan Antara Adiksi Internet Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smkn X Indramayu. *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16(1), 22–31.
- Naflah Adela Adristiyani, L. H. (2021). Pengaruh Uses And Gratification terhadap Adiksi Instagram pada Emerging Adulthood di Kota Bandung. *Journal Riset Psikologi*, 1(1), 32–41.
- Nainggolan, V., Randonuwu, S. A., & Waleleng, G. J. (2018). Peranan Media Sosial Instagram dalam Interaksi Sosial Antar Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Unsrat Manado. *Jurnal Acta Diurna*, 7(4), 1–15. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/22022>
- Namira Permata Dharma Putri, I. U. S. (2023). Hubungan Loneliness dengan Adiksi Media Sosial pada Emerging Adulthood Pengguna Tiktok Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 299–306.
- Nasiruddin, F. A. zahr., & Rapa', L. G. (2022). Dampak Media Sosial Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *EDUSTUDENT: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(3), 188. <https://doi.org/10.26858/edustudent.v1i3.32890>
- Natanael Ananda Putra, C. H. S. (2023). Exploring the Relationship between Self-Efficacy and Academic Procrastination: A study among Psychology Students.



Bulletin of Counseling and Psychotherapy.

- Neidi, A. W. (2021). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 1(2), 97–105. <https://doi.org/10.21831/ap.v1i2.43142>
- Nita Nilam Sari, F. D. P. (2023a). Self Control Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa Universitaswijayaputra Surabaya. *Journal of Gender Equality And Social Inclusion(Gesi)*, 2(1).
- Nita Nilam Sari, F. D. P. (2023b). Self Control Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa Universitaswijayaputra Surabaya. *Journal of Gender Equality And Social Inclusion(Gesi)*.
- Nurhidayatullah D, W. (2023). Penerapan Bimbingan Konseling Islam Terhadap Siswa Yang Mengalami Prokrastinasi Akademik Di Smp Negeri 33 Makassar. *JOURNAL EDUCANDUM*.
- Nurul Afifah Syifak , Diah Karmiyati, & C. S. (2023). Pengaruh Kecanduan Internet Dan Future Time Perspective Terhadap Prokrastinasi Akademik Dikalangan Pelajar. *Psychological Journal SCIENCE AND PRACTICE*, 3(1), 154–161.
- Paolo Soraci , Calogero Lo Destro, Ph.D. , Renato Pisanti, Ph.D. Francesco M. Melchiori, Ph.D. , Lara Scali , Ambra Ferrari, Ph.D. , Roberta Cimaglia , Sabina Spagna , Eleonora Guitoli , Carla Di Bernardo , Francesco Grieco⁹ , Alessandra D’Arcangelo, La, P. . (2022). Italian validation of the Instagram Addiction Scale and association with psychological distress, social media addiction, smartphone addiction, and internet use disorder. *The Journal Of Concurrent Disorders*, 5(1), 20–51.
- Ponnusamy, S., Iranmanesh, M., Foroughi, B., & Hyun, S. S. (2020). Drivers and outcomes of Instagram Addiction: Psychological well-being as moderator. *Computers in Human Behavior*, 107, 106294.
- Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M. P. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Prenada Media. <https://books.google.co.id/books?id=RnADwAAQBAJ>
- Qodariah, S., Manan, S. H., & Ramdhayani, D. P. (2012). Gambaran faktor penyebab prokrastinasi pada mahasiswa prokrastinator yang mengontrak skripsi. *Prosiding SNaPP: Sosial, Ekonomi Dan Humaniora*, 3(1), 119–126.
- Reid Chassiakos, Y. L., Radesky, J., Christakis, D., Moreno, M. A., Cross, C., Hill, D., Ameenuddin, N., Hutchinson, J., Levine, A., & Boyd, R. (2016). Children and adolescents and digital media. *Pediatrics*, 138(5), 1–18.
- Renggo, Y. R., & Kom, S. (2022). Populasi Dan Sampel Kuantitatif. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Kombinasi*, 43.
- Respita Trias Ardiana, R. O. T. (2020). Social Media Instagram Addiction and Self-Esteem in High School Students. *Advances in Social Science, Education and*



Humanities Research.

- Rifa K. Muqtafa, Whisnu Yudiana, L. V. P. (2022). Peran Adiksi Instagram Feed Dan Adiksi Instagram Story Terhadap Kesejahteraan Subjektif Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*.
- Riki Khrishananto, M. A. A. (2021). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan Konformitas Terhadap Perilaku Konsumtif di Kalangan Generasi Z. *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Salami, N. H. Z., & Astuti, B. (2023). The Effectiveness Of Group Counseling Reality For Students' Academic Procrastination Behavior. *European Journal of Education Studies*.
- Salsabila, F. (2024). Pengaruh Kecanduan Reels Instagram Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Mandiri*, 10(4).
- Sari, D. N., Mulyani, Y., & Ariani, A. (2023). Pengaruh Teknik Hypnotherapy Part Therapy Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Kebidanan. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(1), 43–52.
- Sari, T. P., & Rinaldi. (2019). Hubungan Kecanduan Mengakses Instagram Dengan Keterampilan Sosial Pada Mahasiswa Psikologi UNP. *Jurnal Riset Psikologi*, 3(1), 1–12. <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/6887>
- Schraw, G., Wadkins, T., & Olafson, L. (2007). Doing the things we do: a grounded theory of academic procrastination. *Journal of Educational Psychology*, 99(1), 12.
- Shafa Hasna Prastyaningrum¹, Arri Handayani, I. (2023). Hubungan Kontrol Diri Dalam Pemanfaatan Media Sosial Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas IX SMP N 34 Semarang Tahun Ajaran 2023/2024. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5(4), 431–437.
- Shopa, F. Z. A. (2023). Peran Teman Sebaya Dalam Prokrastinasi Akademik Mahasiswa PPKn dan Upaya Lulus Tepat Waktu. In *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*. UNIVERSITAS LAMPUNG.
- Situmorang, Wi. R., & Hayati, R. (2023). Media Sosial Instagram Sebagai Bentuk Validasi Dan Representasi Diri. *Jurnal Sosiologi Nusantara*, 9(2), 253–266. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/jsn>
- Social, W. A. (2022). *Pengguna Internet di Indonesia Habiskan Waktu 8 Jam Sehari, Paling Banyak Cari Informasi*. <https://www.suara.com/tekno/2022/03/01/131157/pengguna-internet-di-indonesia-habiskan-waktu-8-jam-sehari-paling-banyak-cari-informasi>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65.



Sugito, Sairun, A., Pratama, I., & Indah Azzahra. (2022). *Media Sosial (Inovasi Pada Produk & Perkembangan Usaha)*.

Sugiyono, S., & Susanto, A. (2015). Cara Mudah Belajar SPSS dan Lisrel Teori dan Aplikasi untuk Analisis Data Penelitian. *Alfabeta, Bandung*.

Suhadianto, S., & Pratitis, N. (2020). Eksplorasi faktor penyebab, dampak dan strategi untuk penanganan prokrastinasi akademik pada mahasiswa. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 10(2), 204–223.

Sükrü Balcı (Prof. Dr.), S. Y. K. (Lect. . lh. (2020). Social Media Usage, Self-Presentation, Narcissism, and Self-Esteem as Predictors of Instagram Addiction: An Intercultural Comparison. *Journal of Erciyes Communication*.

Surijah, E. A., & Sia, T. (2007). Mahasiswa Versus Tugas: Prokrastinasi Akademik dan Conscientiousness. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 22(4), 352–374.

Tika Pabandu, M. (2006). Metodologi Riset Bisnis. *Jakarta: PT Bumi Aksara*.

Trends, G. (2024). *Tingkat Prokrastinasi Akademik*.
<https://trends.google.co.id/trends/explore?geo=ID&q=%22prokrastinasi akademik%22&hl=id>

Vina Lutfiah, B. M. (2023). Pengaruh Media Sosial Instagram Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Pada Mata Pelajaran Ips. *JIIPSI: Jurnal Ilmiah Ilmu Pengetahuan Sosial Indonesia*, 3(2), 179–186.

Wicaksono, L. (2017). Prokrastinasi akademik mahasiswa. *Jurnal Pembelajaran Prospektif*, 2(2), 67–73.

Widhiarso, W. (2014). *Pengategorian Data dengan Menggunakan Statistik Hipotetik dan Statistik Empirik Dampak Penggunaan Referensi Sebuah Tes Dua Strategi Pengategorian Data Perbedaan Kedua Strategi*. 1–3.

Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). ‘Internet addiction’: a critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4, 31–51.

Young, K. S., & De Abreu, C. N. (2010). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons.

Yuliana, I. M. (2016). Regresi linier sederhana. *Regresi Linier Sederhana*, 13, 2022.

LAMPIRAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim 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.





Lampiran

Angket Kecanduan Reels Instagram dan Tingkat Prokrastinasi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecanduan Reels Instagram terhadap prokrastinasi pada mahasiswa. Teori kecanduan Reels Instagram diambil dari teori Namira (2023) dan teori untuk prokrastinasi diambil dari Surijah (2007). Teori tersebut menjadi landasan dalam menyusun instrument berupa pernyataan.

Demografi

Jenis Kelamin :
 Fakultas :
 Angkatan :

Berikan tanda *checklist* pada salah satu jawaban yang menggambarkan saudara. Baca dan pikirkan pertanyaan – pertanyaan yang mengarah pada saudara dan jawablah dengan jujur. Pastikan saudara menjawab semua nomor dengan ketentuan sebagai berikut :

SS = Sangat Setuju
 S = Setuju
 KS = Kurang Setuju
 TS = Tidak Setuju
 STS = Sangat Tidak Setuju

Indikator Pemasalahan

Variabel	Indikator	Sub Indikator	No Item		Jumlah
			F(+)	U(-)	
Kecanduan Reels Instagram (X)	<i>Salience</i>	Individu menjadikan Instagram sebagai aktivitas utama, mempengaruhi pikiran, perasaan, dan tingkah laku.	10,3	-	2
		Memikirkan Instagram meskipun tidak sedang menggunakannya.	5	12	2

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

	<i>Mood Modification</i>	Penggunaan instagram sebagai strategi coping untuk mengubah suasana hati	1	-	1
	<i>Tolerance</i>	Lebih banyak waktu dihabiskan untuk Reels Instagram daripada untuk kegiatan akademik	2	11	2
	<i>Withdrawal Symptoms</i>	Perasaan tidak menyenangkan seperti marah, cemas, atau tubuh bergoyang saat penggunaan Instagram dikurangi atau dihentikan.	8,13	-	2
	<i>Conflict</i>	Terjadinya konflik antara individu dan lingkungan sosialnya, seperti pekerjaan, tugas, kehidupan sosial, hobi, atau konflik intrafisik karena waktu yang dihabiskan di Reels Instagram	6	9	2
	<i>Relapse</i>	Kembalinya pola penggunaan instagram setelah adanya kontrol.	4	7	2
Prokrastinasi Akademik (Y)	<i>Perceived time</i>	Perilaku individu yang membuat prokrastinator sulit mematuhi batas waktu	8	1	2
		Kesalahan dalam mempersepsikan waktu yang tersedia	3	11	2

Hak Cipta Diindungi 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.

	untuk menyelesaikan tugas akademik karena terlalu banyak waktu dihabiskan untuk menonton <i>Reels</i>			
<i>Intention-action gap</i>	Perasaan ketidaksukaan individu terhadap tugas yang dimiliki individu prokrastinator	2,13	4	3
	Tindakan nyata karena terganggu oleh daya tarik <i>Reels</i> Instagram	6	-	1
<i>Emotional distress</i>	Perilaku individu yang menunjukkan perasaan cemas saat melakukan prokrastinasi	10	7	2
<i>Perceived ability</i>	Individu yang menilai keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri	5	12	2
	Ragu-ragu terhadap kemampuan diri dapat mendorong seseorang untuk melakukan prokrastinasi	9,14	-	2



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang menyalin 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 meruikan 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.

KUESIONER KECANDUAN REELS INSTAGRAM

NO	ITEM	SS	S	KS	TS	STS
1	Reels Instagram membantu untuk merasa baik ketika suasana hati sedang buruk					
2	Menghabiskan waktu untuk menonton Reels Instagram daripada menyelesaikan tugas akademik					
3	Menonton Reels Instagram membantu mengurangi stress sebelum memulai tugas akademik					
4	Sulit untuk mempertahankan control diri saat menonton Reels Instagram					
5	Terganggu oleh Reels Instagram saat berusaha focus untuk mengerjakan tugas					
6	Menonton Reels Instagram membuat lupa waktu					
7	Produktif dalam mengerjakan tugas setelah berhasil mengontrol waktu saat menonton Reels Instagram					
8	Relax dan enjoy ketika menonton Reels Instagram					
9	Menonton Reels Instagram dapat berinteraksi baik dengan teman teman					
10	Menonton Reels Instagram mengganggu waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugas akademik					
11	Reels Instagram membuat refresh pikiran sebelum menyelesaikan tugas akademik					
12	Reels Instagram dapat membantu mencari inspirasi untuk tugas akademik					
13	Marah ketika ada yang mencoba menghentikan penggunaan Reels Instagram					



KUESIONER PROKRASINASI

NO	ITEM	SS	S	KS	TS	STS
1	Menyelesaikan tugas sebelum batas waktu yang ditentukan					
2	Mengabaikan tugas akademik yang tidak menarik					
3	Salah memperkirakan waktu yang tersedia untuk menyelesaikan tugas karena senang menonton Instagram					
4	Mampu menyelesaikan tugas walaupun tidak menyukainya					
5	Menunda tugas akademik karena ragu dengan kemampuan diri					
6	Sulit untuk focus terhadap tugas karena tergoda untuk membuka Instagram					
7	Merasa tenang karena mampu mengatur waktu dengan baik untuk menghindari prokrastinasi					
8	Kesulitan untuk memulai tugas yang sudah diberikan jauh sebelum batas waktu					
9	Menunda tugas takut hasilnya tidak memuaskan					
10	Gelisah karena menyadari telah menunda tugas akademik					
11	Mengutamakan tugas akademik sebelum menghabiskan waktu untuk menonton Reels Instagram					
12	Yakin dengan kemampuan untuk menyelesaikan tugas akademik tepat waktu					
13	Menunda tugas akademik yang tidak dimengerti					
14	Berusaha untuk menyelesaikan tugas tepat waktu meskipun terdapat perasaan takut gagal					

© Hak cipta

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 mengizinkan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

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

NO	JK	FAKULTAS	ANGKATAN	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	SKOR
1	2	4	2	5	4	5	4	5	5	4	3	5	1	2	3	46
2	2	4	3	5	4	5	5	5	5	5	1	4	1	2	4	46
3	1	8	2	5	3	5	5	3	5	5	1	3	1	1	3	40
4	2	1	2	5	1	4	2	2	4	4	2	2	3	1	2	32
5	2	2	2	4	5	4	5	5	5	5	1	5	2	2	4	47
6	2	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	3	2	2	2	31
7	2	1	5	2	2	4	2	5	2	4	4	5	2	3	2	37
8	2	2	2	4	1	4	2	3	3	4	2	3	2	2	2	32
9	1	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	37
10	2	1	2	4	3	4	4	2	4	4	4	3	2	2	2	38
11	2	6	2	5	3	5	3	3	3	5	3	5	1	1	3	40
12	2	2	2	4	1	3	2	5	5	3	3	5	3	3	1	38
13	2	7	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	3	36
14	2	4	2	5	2	4	4	4	5	4	4	5	2	2	4	45
15	2	2	2	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	2	3	39
16	2	7	3	5	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	1	36
17	2	4	2	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4	39
18	2	7	5	3	1	3	1	1	4	3	3	4	3	2	3	31
19	1	4	2	4	2	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	36
20	1	1	2	4	3	4	3	2	2	4	2	3	2	2	1	32
21	2	3	3	5	2	3	4	4	3	3	2	4	2	2	4	38
22	2	4	2	4	3	4	4	3	5	4	2	3	2	2	3	39
23	1	4	3	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	1	33
24	2	4	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	4	4	1	31
25	2	4	2	4	2	4	3	4	3	4	2	2	2	2	2	34
26	1	4	5	4	5	4	5	2	5	4	1	5	2	1	4	42
27	1	4	5	4	5	5	4	5	4	5	2	4	1	2	5	46
28	1	6	5	5	4	5	5	4	4	5	2	5	2	1	5	47

87	1	7	3	4	5	5	4	4	5	4	1	5	2	2	5	46
88	1	8	1	4	5	5	4	4	5	4	2	5	2	1	4	45
89	1	8	3	4	5	5	4	4	5	4	2	5	1	2	5	46
90	1	5	3	5	5	5	5	4	4	4	1	4	1	2	5	45
91	1	1	5	4	2	4	5	4	5	5	2	5	1	4	4	45
92	1	6	5	4	5	4	5	5	4	5	2	5	2	4	4	49
93	1	6	5	4	5	4	5	4	5	5	2	5	2	4	4	49
94	1	5	5	4	5	4	4	5	5	4	1	4	2	4	4	46
95	1	5	5	4	5	5	4	4	5	4	2	5	2	4	5	49
96	1	5	5	4	5	4	4	5	4	5	1	4	1	4	4	45
97	1	1	3	4	5	5	4	4	5	5	2	5	2	2	5	48
98	1	1	1	5	5	4	4	5	4	4	1	5	2	1	4	44
99	1	8	1	4	5	5	4	4	5	5	2	4	1	2	4	45
100	1	8	1	5	5	4	5	4	4	5	2	5	2	2	5	48
101	1	8	1	4	5	5	4	4	5	4	1	4	2	1	4	43
102	1	8	1	4	5	5	4	5	5	4	2	5	2	1	5	47
103	2	1	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	1	34

VARIABEL X

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.712	13

VARIABEL Y

NO	JK	FAKULTAS	Angkatan	X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	SKOR
1	2	4	2	4	4	4	4	4	5	4	5	4	1	4	4	4	4	55
2	2	4	3	2	2	4	1	4	4	1	4	4	2	2	2	5	1	38
3	1	8	2	2	3	3	2	3	4	1	4	3	2	2	2	3	1	35
4	2	1	2	1	1	3	3	1	3	2	3	4	1	1	2	3	2	30
5	2	2	2	1	1	4	1	1	3	2	3	3	3	2	2	4	2	32
6	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	4	4	2	2	2	4	2	39
7	2	1	5	1	2	2	1	1	3	3	4	5	1	1	1	3	1	29
8	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	5	1	1	1	2	2	26
9	1	2	3	2	3	3	2	4	5	2	4	5	2	2	2	4	2	42
10	2	1	2	1	1	4	1	4	3	1	4	5	1	1	2	4	1	33
11	2	6	2	1	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	1	3	1	27
12	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	4	1	3	1	4	2	35
13	2	7	2	1	2	2	1	2	4	2	4	3	2	3	2	4	2	34
14	2	4	2	1	2	2	1	5	2	1	2	5	1	1	1	1	1	26
15	2	2	2	2	4	4	2	4	4	2	4	4	2	2	2	4	2	42
16	2	7	3	1	1	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	1	30
17	2	4	2	4	4	3	2	4	4	2	4	4	2	3	3	4	2	45
18	2	7	5	2	2	2	2	2	2	4	3	4	2	2	2	2	2	33
19	1	4	2	3	3	2	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3	3	39
20	1	1	2	2	3	3	2	3	2	2	4	4	3	3	2	3	2	38
21	2	3	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	34
22	2	4	2	2	3	3	2	3	4	2	4	3	2	1	2	4	2	37
23	1	4	3	2	1	4	2	2	3	2	3	1	1	1	1	1	2	26
24	2	4	2	2	3	1	2	3	2	4	3	2	4	4	4	1	4	39
25	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	28
26	1	4	5	4	4	5	4	5	5	4	5	4	1	4	5	5	4	59
27	1	4	5	4	4	5	4	5	4	4	5	4	1	4	5	4	5	58

28	1	6	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	1	5	5	5	5	64
29	1	2	2	4	5	2	2	5	2	2	5	2	5	4	2	5	4	49
30	1	6	5	4	5	4	4	4	5	5	4	5	2	5	5	4	4	60
31	1	1	3	5	5	4	4	4	4	5	5	4	2	4	4	4	4	58
32	1	7	3	5	4	4	4	4	5	5	4	4	1	4	5	5	4	58
33	1	7	1	5	4	5	5	4	5	4	4	5	2	5	5	5	4	62
34	1	7	3	5	4	5	4	4	5	5	4	4	1	4	5	5	4	59
35	1	1	1	4	5	4	5	4	5	5	4	4	1	4	5	5	5	60
36	1	7	3	5	5	4	4	5	5	4	4	4	2	5	5	4	4	60
37	1	7	3	5	5	4	5	4	5	4	4	4	1	5	5	4	5	60
38	1	7	3	5	4	5	4	4	5	4	4	5	1	5	5	5	4	60
39	1	7	3	4	4	4	5	4	5	5	4	4	2	4	5	4	4	58
40	2	2	3	2	2	4	1	4	5	3	4	5	2	3	3	4	1	43
41	2	2	3	2	5	5	3	4	5	4	4	5	2	3	3	4	2	51
42	2	8	3	3	4	5	4	5	5	4	4	5	2	3	4	5	3	56
43	2	3	3	3	4	5	5	4	5	4	4	5	3	4	4	4	3	57
44	2	3	3	4	4	4	3	4	5	5	5	4	2	3	4	4	2	53
45	2	3	3	3	4	4	5	5	4	4	4	5	3	4	5	4	3	57
46	2	1	1	4	4	2	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	55
47	2	3	3	3	4	5	3	4	5	3	4	5	2	3	4	4	2	51
48	1	7	3	5	4	5	4	5	4	5	4	4	1	5	4	5	4	59
49	2	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	57
50	2	3	1	3	4	5	2	5	4	4	4	5	2	3	4	4	2	51
51	2	1	1	3	3	4	2	4	5	4	4	4	1	4	3	4	2	47
52	1	1	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	29
53	2	1	1	3	4	4	2	5	5	4	5	5	1	3	4	5	1	51
54	1	5	3	4	4	4	3	4	5	3	4	4	2	4	2	5	3	51
55	1	5	5	4	4	4	3	4	4	3	4	5	2	4	2	4	2	49
56	1	5	2	2	3	4	2	4	5	4	4	4	2	4	2	4	2	46
57	2	1	1	4	4	5	2	5	5	4	5	5	1	5	5	5	1	56
58	1	5	2	4	4	4	4	4	4	3	4	5	2	4	3	4	3	52
59	1	2	2	4	4	4	3	5	4	4	4	4	2	4	3	4	3	52

60	1	2	2	2	4	5	2	4	4	3	4	4	1	3	4	4	2	46
61	1	5	2	4	4	4	4	4	5	3	4	4	1	4	4	4	2	51
62	2	1	1	4	4	5	1	5	5	4	5	4	1	5	3	5	1	52
63	1	2	2	4	4	5	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	2	51
64	2	1	1	4	4	5	1	5	5	5	5	5	1	5	4	5	3	57
65	1	5	2	4	4	4	2	5	4	4	4	4	2	4	4	4	3	52
66	2	1	1	4	4	5	2	5	5	5	5	5	1	5	3	5	3	57
67	2	1	1	5	4	5	1	5	5	5	5	4	1	5	4	5	3	57
68	2	1	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	3	5	3	58
69	2	1	1	3	5	5	1	5	5	5	5	5	1	5	4	5	3	57
70	2	1	1	4	4	5	1	5	5	5	5	5	1	4	4	5	3	56
71	2	1	1	4	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	4	4	57
72	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4	57
73	1	1	1	4	4	4	4	4	5	4	4	2	2	4	5	4	4	54
74	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	54
75	1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	52
76	1	1	1	5	4	4	4	4	2	4	4	5	2	4	5	4	4	55
77	2	1	2	2	3	4	2	3	4	2	4	4	1	2	2	4	2	39
78	1	2	2	5	4	5	5	4	4	5	4	5	1	4	5	4	4	59
79	1	2	2	4	4	4	5	5	4	4	4	4	1	4	5	5	5	58
80	1	2	2	4	5	5	5	4	5	4	4	4	1	5	4	4	4	58
81	1	2	2	5	5	4	4	5	4	5	5	5	2	5	4	4	4	61
82	1	7	1	5	5	4	4	4	5	5	4	4	1	5	4	4	4	58
83	1	7	1	5	4	5	4	4	5	4	4	4	1	5	5	5	4	59
84	1	7	3	4	5	4	5	5	5	5	4	4	1	5	4	4	4	59
85	1	7	3	2	1	3	2	3	3	2	3	3	2	1	1	3	2	31
86	1	1	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	1	4	5	4	5	59
87	1	7	3	4	4	4	5	4	5	4	5	3	5	4	2	5	3	57
88	1	8	1	4	4	5	5	5	5	4	4	4	1	4	4	4	5	58
89	1	8	3	4	4	4	5	5	5	4	5	4	2	5	4	5	4	60
90	1	5	3	4	4	4	5	5	5	4	4	5	2	4	4	5	5	60
91	1	1	5	3	4	5	3	4	5	4	4	2	4	5	4	4	3	54

92	1	6	5	4	4	5	4	4	4	4	4	5	2	4	4	4	5	57
93	1	6	5	4	4	5	1	4	5	4	4	5	2	4	5	4	4	55
94	1	5	5	4	4	5	4	5	4	4	4	5	2	4	2	5	5	57
95	1	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	2	4	5	4	4	58
96	1	5	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	2	5	4	4	4	58
97	1	1	3	4	5	4	4	4	5	4	4	5	2	4	5	4	4	58
98	1	1	1	4	5	4	5	5	5	4	5	5	2	4	5	5	5	63
99	1	8	1	5	5	5	4	4	5	5	5	4	2	4	4	5	5	62
100	1	8	1	4	5	5	5	5	5	5	5	4	2	5	5	5	4	64
101	1	8	1	5	4	4	4	4	5	4	4	5	1	5	5	4	5	59
102	1	8	1	4	5	5	5	4	5	5	4	4	1	4	5	5	5	61
103	2	1	2	3	3	3	2	5	3	2	5	5	1	2	2	4	1	41

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.773	14

ARIABEL Y

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.

UJI ANALISIS DETERMINASI

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.683 ^a	.467	.462	7.160	1.516
a. Predictors: (Constant), Kecanduan Reels Instagram					
b. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik					

UJI F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4534.002	1	4534.002	88.432	.000 ^b
	Residual	5178.386	101	51.271		
	Total	9712.388	102			
a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik						
b. Predictors: (Constant), Kecanduan Reels Instagram						

UJI REGRESI LINEAR SEDERHANA

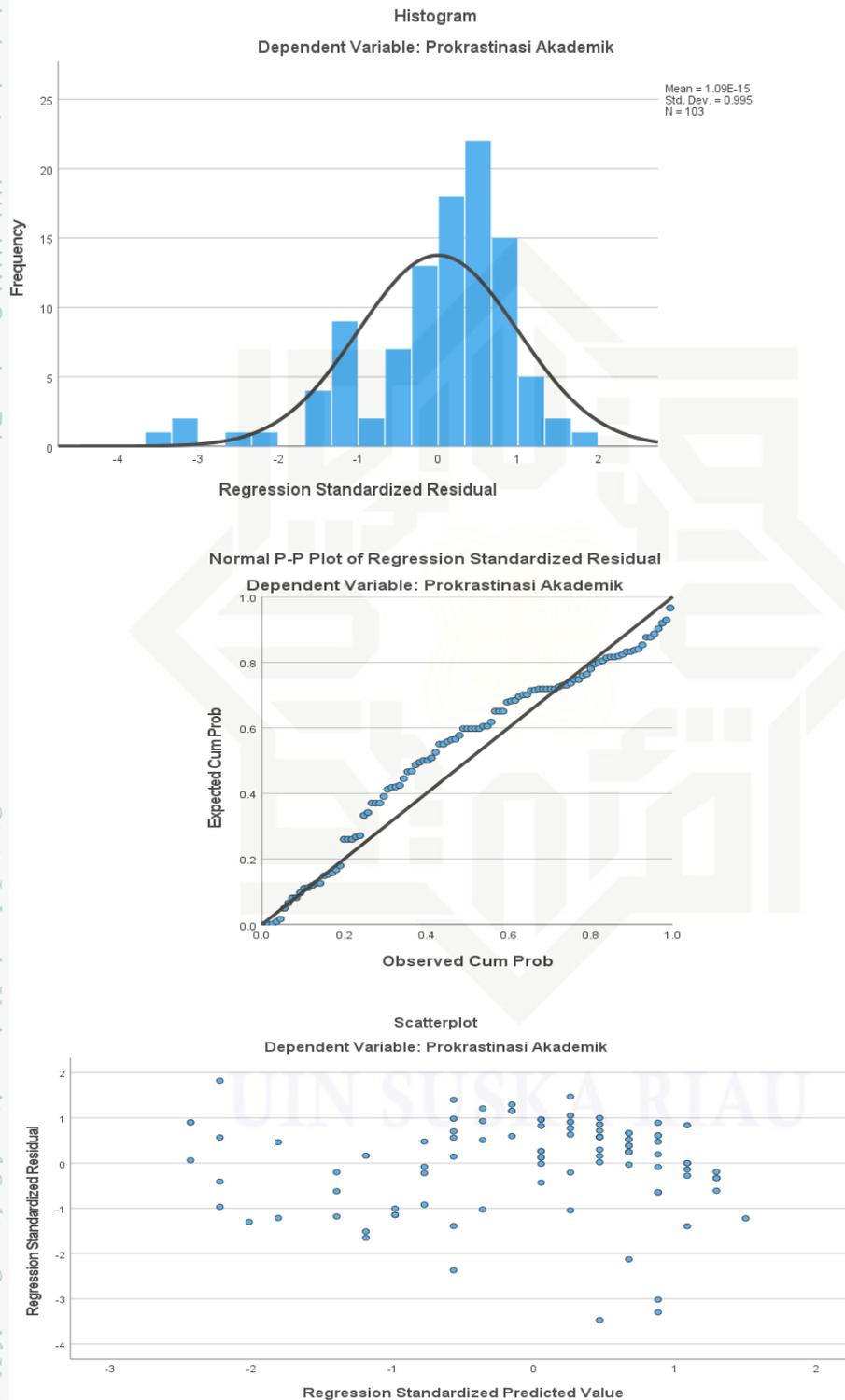
Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	-8.212	6.307		-1.302	.196			
1	Kecanduan Reels Instagram	1.379	.147	.683	9.404	<.001	.683	.683	.683

a. Dependent Variable: Prokrastinasi Akademik

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



HETEROKEDASTISITAS

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	14.800	.000		79087996.946	.000
kecanduan Reels Instagram	-1.520	.000	-.921	-262471999.638	.000
prokrastinasi akademik	1.000	.000	1.359	387453206.954	.000

a. Dependent Variable: Abs_Res

TABULASI SILANG X

Jenis Kelamin * kategori Crosstabulation						
			kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Jenis Kelamin	laki-laki	Count	5	47	7	59
		% of Total	5.1%	47.5%	7.1%	59.6%
	perempuan	Count	15	25	0	40
		% of Total	15.2%	25.3%	0.0%	40.4%
Total		Count	20	72	7	99
		% of Total	20.2%	72.7%	7.1%	100.0%



Fakultas * kategori Crosstabulation

		kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
FTK	Count	5	23	1	29
	% of Total	5.1%	23.2%	1.0%	29.3%
FASIH	Count	3	11	1	15
	% of Total	3.0%	11.1%	1.0%	15.2%
Ushuluddin	Count	1	6	0	7
	% of Total	1.0%	6.1%	0.0%	7.1%
FDK	Count	5	4	0	9
	% of Total	5.1%	4.0%	0.0%	9.1%
SAINTEK	Count	0	10	0	10
	% of Total	0.0%	10.1%	0.0%	10.1%
Psikologi	Count	1	3	1	5
	% of Total	1.0%	3.0%	1.0%	5.1%
FEKON	Count	4	11	1	16
	% of Total	4.0%	11.1%	1.0%	16.2%
FAPERTAPET	Count	1	4	3	8
	% of Total	1.0%	4.0%	3.0%	8.1%
Total	Count	20	72	7	99
	% of Total	20.2%	72.7%	7.1%	100.0%

Hak Cipta Diindungi 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 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.

Angkatan * kategori Crosstabulation

			kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Angkatan	2020	Count	0	24	5	29
		% of Total	0.0%	24.2%	5.1%	29.3%
	2021	Count	13	15	1	29
		% of Total	13.1%	15.2%	1.0%	29.3%
	2022	Count	5	22	0	27
		% of Total	5.1%	22.2%	0.0%	27.3%
	2023	Count	0	1	0	1
		% of Total	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%
	2024	Count	2	10	1	13
		% of Total	2.0%	10.1%	1.0%	13.1%
	Total	Count	20	72	7	99
		% of Total	20.2%	72.7%	7.1%	100.0%

TABULASI SILANG Y

Jenis Kelamin * Kategori Crosstabulation

			Kategori			Total
			Rendah	Sedang	Tinggi	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	Count	4	50	6	60
		% of Total	3.9%	49.0%	5.9%	58.8%
	Perempuan	Count	13	29	0	42
		% of Total	12.7%	28.4%	0.0%	41.2%
Total		Count	17	79	6	102
		% of Total	16.7%	77.5%	5.9%	100.0%

Fakultas * Kategori Crosstabulation

		Kategori			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan	Count	4	25	1	30
	% of Total	3.9%	24.5%	1.0%	29.4%
Fakultas Syariah dan Hukum	Count	3	13	0	16
	% of Total	2.9%	12.7%	0.0%	15.7%
Fakultas Ushuluddin	Count	1	6	0	7
	% of Total	1.0%	5.9%	0.0%	6.9%
Fakultas Dakwah dan Komunikasi	Count	3	7	0	10
	% of Total	2.9%	6.9%	0.0%	9.8%
Fakultas Sains dan Teknologi	Count	0	10	0	10
	% of Total	0.0%	9.8%	0.0%	9.8%
Fakultas Psikologi	Count	1	3	1	5
	% of Total	1.0%	2.9%	1.0%	4.9%
Fakultas Ekonomi dan Ilmu Sosial	Count	4	11	1	16
	% of Total	3.9%	10.8%	1.0%	15.7%
Fakultas Pertanian dan Peternakan	Count	1	4	3	8
	% of Total	1.0%	3.9%	2.9%	7.8%
Total	Count	17	79	6	102
	% of Total	16.7%	77.5%	5.9%	100.0%

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

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

a. Pengutipan harus mencantumkan sumber, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak mengizinkan 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.

Angkatan * Kategori Crosstabulation

		Kategori			Total		
		Rendah	Sedang	Tinggi			
Angkatan	2020	Count	0	24	5	29	
		% of Total	0.0%	23.5%	4.9%	28.4%	
	2021	Count	11	21	0	32	
		% of Total	10.8%	20.6%	0.0%	31.4%	
	2022	Count	4	23	0	27	
		% of Total	3.9%	22.5%	0.0%	26.5%	
	2023	Count	0	1	0	1	
		% of Total	0.0%	1.0%	0.0%	1.0%	
	2024	Count	2	10	1	13	
		% of Total	2.0%	9.8%	1.0%	12.7%	
	Total		Count	17	79	6	102
			% of Total	16.7%	77.5%	5.9%	100.0%

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.