

RINGKASAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh intensitas penggunaan aplikasi TikTok, ekstrakurikuler, dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas X Jurusan Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis (MPLB) dan Jurusan Pemasaran (PM) di SMK Negeri 1 Purbalingga. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 125 responden. *Simple random sampling* digunakan dalam penentuan sampel. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data dengan menggunakan SPSS 26 menunjukkan bahwa: (1) Intensitas Penggunaan Aplikasi TikTok berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, (2) Ekstrakurikuler berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik, (3) Kontrol diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik.

Implikasi dari penelitian ini yaitu dalam upaya menurunkan prokrastinasi akademik, terdapat beberapa upaya yang dapat dilakukan di antaranya adalah (1) sekolah dapat memberikan edukasi mengenai manajemen waktu dan pengaturan penggunaan media sosial yang sehat bagi siswa, merancang program ekstrakurikuler dengan mempertimbangkan beban akademik siswa, menyediakan layanan bimbingan konseling dan mengintegrasikan program pengembangan kontrol diri, (2) siswa sebaiknya lebih bijak menggunakan waktunya dalam mengakses aplikasi TikTok sehingga tidak sampai melupakan tugas dan tanggung jawabnya untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan disiplin, (3) siswa sebaiknya dapat membagi waktunya dengan baik antara keaktifan dalam ekstrakurikuler dan kegiatan pembelajaran sehingga tidak mengganggu penyelesaian tugas-tugas sekolah, (4) siswa sebaiknya meningkatkan kemampuan kontrol dirinya dimulai dengan memikirkan dampak yang akan terjadi sebelum melakukan sesuatu hal dan mengikuti layanan bimbingan dan konseling yang disediakan sekolah dengan baik.

Kata Kunci : Intensitas Penggunaan Aplikasi TikTok, Ekstrakurikuler, Kontrol Diri, Prokrastinasi Akademik

SUMMARY

This research is a quantitative study utilizing survey methods. The aim of this research is to analyze the impact of TikTok application usage intensity, extracurricular activities, and self-control on academic procrastination.

The population in this study consists of all Grade X students from the Office Management and Business Services (MPLB) Department and the Marketing (PM) Department at SMK Negeri 1 Purbalingga. The sample size for this study is 125 respondents. Simple random sampling was used to determine the sample. Based on the research results and data analysis using SPSS 26, it was found that: (1) The intensity of TikTok application usage has a positive and significant effect on academic procrastination, (2) Extracurricular activities have a positive and significant effect on academic procrastination, (3) Self-control has a negative and significant effect on academic procrastination.

The implications of this research include several efforts to reduce academic procrastination: (1) Schools can provide education on time management and promote healthy social media usage among students, design extracurricular programs considering students' academic workload, offer counseling services, and integrate self-control development programs. (2) Students should use their time wisely when accessing the TikTok application to avoid neglecting their responsibilities and complete school assignments diligently. (3) Students should balance their time between extracurricular activities and academic tasks to ensure that participation in extracurriculars does not interfere with the completion of school assignments. (4) Students should enhance their self-control skills by considering the consequences of their actions before proceeding and actively participating in the counseling services provided by the school.

Keywords : TikTok Application Usage Intensity, Extracurricular Activities, Self-Control, Academic Procrastination