BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan kebutuhan fundamental dalam pembangunan manusia dan kemajuan bangsa. Pendidikan adalah sesuatu yang sangat penting dan tidak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia, baik dalam keluarga, masyarakat, maupun bangsa. Kemajuan sebuah bangsa tergantung pada tingkat keberhasilan pendidikannya. Di Indonesia, sistem pendidikan di atur secara resmi oleh pemerintah melalui berbagai peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Landasan hukum utama penyelenggara pendidikan di Indonesia tercantum dalam undang-undang nomor 20 tahun 2003 (Pemerintah Republik, 2003). Undang-undang tersebut menjelaskan bahwa pendidikan nasional memiliki fungsi strategis dalam mengembangkan kapasitas intelektual serta membantuk karakter dan peradaban bangsa yang bermartabat, dengan tujuan utama untuk meningkatkan kualitas kehidupan bangsa melalui proses mencerdaskan. Pengembangan potensi peserta didik diarahkan untuk membentuk individu yang memiliki keimanan dan ketakwaan kepada Tuhan yang Maha Esa, berakhlak mulia, berilmu pengetahuan, kreatif, mandiri (Pemerintah Republik, 2003).

Pendidikan memberi seseorang pengetahuan baru, meningkatkan kemampuan mereka, dan berkembang menjadi individu yang lebih baik.

Pendidikan juga mempersiapkan seseorang untuk kehidupan mandiri dan dunia kerja menurut Pristiwanti (dalam Ferdiansyah et al., 2025). Pendidikan tidak bisa dipisahkan dari konsep belajar, karena belajar sendiri merupakan bagian dari pendidikan. Selain itu proses belajar merupakan kegiatan utama dalam dunia pendidikan. Belajar merupakan suatu proses transformasi yang mencakup perpindahan dari kondisi tidak mengetahui menuju pemahaman pengetahuan, serta dari ketidakmampuan menuju keterampilan tertentu. Dengan demikian, proses pembelajaran perlu diarahkan secara sistematis untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan.

Menurut Nobersirtra (dalam Wahidayati & Wibawanti, 2025), dalam konteks pendidikan formal, Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi salah satu lembaga yang penting untuk mengembangkan potensi siswa. Siswa SMA umumnya berada pada fase remaja madya, yang menurut BPS 2020 (dalam Wahidayati & Wibawanti, 2025) terdiri dari remaja awal (12-15 tahun), remaja madya (15-18 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun).

Keberhasilan belajar siswa dalam proses pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh ketersediaan sarana dan prasarana ataupun kualitas pengajaran guru saja, melainkan sangat bergantung pada bagaimana siswa menjalankan metode atau perilaku belajar yang baik. Menurut Roestiah (dalam Harianto, 2021) efisiensi proses pembelajaran dapat dicapai melalui penerapan strategi yang tepat, khususnya berkaitan dengan pengelolaan waktu yang optimal dalam berbagai konteks kegiatan akademik, baik saat mengikuti proses belajar mengajar di kelas, melaksanakan pembelajaran secara mandiri di rumah,

maupun dalam kegiatan belajar kelompok maupun saat menghadapi evaluasi akademis berupa ujian. Meskipun demikian, implementasi metode dan perilaku belajar yang optimal tersebut hanya dapat terealisasi secara efektif apabila memiliki kesadaran diri dan tanggung jawab yang tinggi dalam kapasitasnya sebagai pelaku pendidikan.

Siswa berkewajiban untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya, mengikuti ujian-ujian, seperti ujian harian, ulangan tengah semester, ulangan kenaikan kelas, atau bentuk evaluasi lainnya. Dalam mata pelajaran tertentu, siswa berkewajiban untuk menyelesaikan tugas akademik yang diberikan oleh guru sesuai dengan petunjuk serta tengat waktu yang telah ditetapkan. Setiap bentuk penugasan akademis yang guru berikan harus diselesaikan secara optimal dan tepat waktu (Harianto, 2021).

Kedisiplinan dalam belajar sangat penting, bukan hanya tentang kepatuhan buta terhadap rangkaian aturan kaku yang dibuat oleh guru. Lebih dari itu, kedisiplinan belajar merupakan sebuah proses pembentukan karakter yang bertujuan untuk menanamkan rasa tanggung jawab, kemandirian, dan etika kerja pada setiap siswa (Harahap et al., 2026). Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa kedisplinan belajar setiap siswa berbeda-beda. Dalam konteks penyelesaian tugas akademik, terdapat dua kategori perilaku siswa yang berbeda. Pertama, terdapat kelompok siswa yang cenderung menyelesaikan tugas sesuai dengan tenggat waktu yang telah ditetapkan sehingga terhindari dari akumulasi beban pekerjaan. Kedua, terdapat kelompok siswa yang lebih memilih untuk menunda-nunda penyelesaian tugas dengan alasan masih malas

atau kesempatan untuk menyelesaikannya di kemudian hari. Perasaan malas bisa membuat mereka menunda tugas, sehingga tugas-tugasnya semakin menumpuk (Harianto, 2021).

> Fenomena di lapangan diperoleh saat peneliti melakukan wawancara pada Guru Bimbingan Konseling SMA Barunawati Surabaya pada bulan Oktober 2025, menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang cenderung mengulur-ulur waktu dan lebih mementingkan kegiatan yang tidak berkenaan dengan tugas sekolah. Kondisi tersebut tercermin dari perilaku siswa yang cenderung menghabiskan waktu secara signifikan untuk mengoperasikan perangkat gawai guna mengakses *platform* media sosial, melakukan aktivitas *scrolling,* serta mengalokasikan sebagian besar waktu luang mereka untuk beristirahat atau tidur. Guru menyatakan ”*Beberapa siswa di sini lebih memilih memainkan gadget saat jam pelajaran, bukan mengerjakan tugas. Ada juga yang tidur di kelas, dan ujung-ujungnya BK lagi yang dipanggil untuk menangani”*

Peneliti juga melakukan wawancara via telepon kepada empat siswa SMA Barunawati Surabaya pada tanggal 22 November 2025 untuk mengetahui kecenderungan mereka dalam menunda tugas. Hasilnya, para narasumber menggunakan media sosial 3-8 jam per hari, dengan durasi lebih panjang saat *weekend*, terutama untuk *scrolling* TikTok. Sebagian menyadari adanya kecenderungan untuk menunda pelaksanaan kewajiban akademik akibat keterlibatan yang berlebihan dalam penggunaan TikTok. Terkait kontrol diri, beberapa mampu membatasi penggunaan melalui penyitaan ponsel saat belajar, penggunaan *timer*. Namun, sebagian lainnya masih kesulitan menjaga fokus di rumah, sehingga TikTok tetap memicu penundaan tugas dan belajar.

Hasil wawancara dengan beberapa subjek :

> Subjek 1 (N, 16):*”Saya memakai media sosial sekitar 5-6 jam per hari, lebih lama saat libur. Pernah menunda tugas karena keasikan scrol TikTok, untuk kontrol dirinya saya bisa berhenti scrol jika hp disita orang tua tapi jika tidak disita tetep lanjut scroll”.*

Subjek 2 (N, 16):*"Saya menggunakan media sosial 4-7 jam per hari. Saya pernah menunda tugas apalagi ketika jamkos. Saya terkadang kontrol dirinya menggunakan aplikasi timer, namun bisa juga kebablasan scrol".*

Subjek 3 (A, 16):*"Saya menggunakan media sosial tiktok 4-5 jam, lebih lama saat weekend. Saya kadang menunda tugas dan sering lupa waktu karena terlalu fokus scrolling TikTok".*

Subjek 4 (Z,16):*"Saya memakai TikTok sekitar 3 jam saat weekdays dan bisa 8 jam di weekend. Saya pernah menunda tugas karena keasikan scroll. Di sekolah bisa fokus, tapi di rumah sulit mengontrol diri. Media sosial membuat saya sering lupa waktu dan tugas".*

Untuk memperkuat temuan fenomena tersebut, peneliti juga melakukan survei melalui *Google Form* pada tanggal 5 Mei 2026 terhadap 31 siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya, ditemukan adanya kecenderungan perilaku prokrastinasi akademik pada siswa. Hal ini terlihat dari beberapa pernyataan yang menunjukkan perilaku menunda pengerjaan tugas, kurangnya pengelolaan waktu, serta mudah terdistraksi oleh aktivitas lain di luar tugas akademik.

Hasil data awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengaku rasa malas membuat mereka menunda mengerjakan tugas akademik dengan persentase sebesar 83,9%. Selain itu, sebanyak 71% siswa merasa tidak terburu-buru mengerjakan tugas ketika batas waktu pengumpulan masih lama. Sebanyak 67,7% siswa juga mengaku lebih tertarik melakukan aktivitas lain dibandingkan menyelesaikan tugas akademik serta berpikir masih banyak waktu sehingga menunda memulai tugas. Selanjutnya, 58,1% siswa merasa kesulitan mempertahankan perhatian ketika mengerjakan tugas dan 54,8% siswa mengaku sering beralih pada aktivitas lain saat proses pengerjaan tugas berlangsung. Temuan tersebut menunjukkan adanya kecenderungan siswa

untuk menunda pekerjaan akademik dan kurang mampu mempertahankan fokus dalam menyelesaikan tugas.

Kecenderungan tersebut menunjukkan adanya kemungkinan keterkaitan dengan kontrol diri. Siswa yang memiliki kontrol diri rendah cenderung lebih mudah menunda tugas, terdistraksi oleh aktivitas lain, dan kurang mampu memprioritaskan tanggung jawab akademik. Tingginya intensitas penggunaan TikTok juga memungkinkan siswa terpapar secara terus-menerus pada berbagai konten hiburan, interaksi sosial, dan arus informasi yang menarik perhatian. Kondisi tersebut berpotensi mengurangi konsentrasi belajar, menyita waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugas akademik, serta mendorong munculnya perilaku menunda pekerjaan akademik.

Berdasarkan analisis terhadap temuan-temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa masalah prokrastinasi masih banyak terjadi pada siswa SMA. Prokrastinasi akademik dapat dianggap sebagai permasalah serius apabila menjadi strategi yang berulang bagi siswa dalam menyelesaikan tugas.

Prokrastinasi merupakan fenomena yang dapat dipandang dari dua sudut pandang yang berbeda. Pertama, prokrastinasi dipahami semata-mata sebagai tindakan penundaan atau kecenderungan untuk mengundurkan waktu dalam memulai suatu pekerjaan. Kedua, prokrastinasi dapat diartikan sebagai bentuk penghindaran terhadap pelaksanaan tugas, yang mana kondisi ini umumnya disebabkan oleh adanya sikap tidak menyukai tugas yang bersangkutan serta rasa takut akan kegagalan dalam penyelesaiannya (Risnawati, 2017).

Kata ”prokrastinasi” merupakan istilah yang berasal dari bahasa latin *procrastination*, terdiri dari awalan *pro* yang bermakna mendorong ke depan atau mengarahkan pada sesuatu, serta akhiran *crastinus* yang berarti ”hari esok” atau ”besok”. Secara etimologis, istilah tersebut merujuk pada tindakan menunda atau mengundurkan pekerjaan hingga hari berikutnya. Sebagaimana dikemukakan oleh Silver (dalam Risnawati, 2017), individu yang menunjukkan perilaku prokrastinasi tidak memiliki niat untuk mengelakkan atau mengabaikan tanggung jawab yang harus diselesaikan. Akan tetapi, mereka cenderung menunda pelaksanaan tugas tersebut sehingga menyebabkan pemborosan waktu yang seharusnya dapat dioptimalkan. Penundaan tersebut menyebabkan dia gagal menyelesaikan tugasnya tepat waktu.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku penundaan yang disengaja dan berulang terhadap penyelesaian tugas-tugas akademik yang sebenarnya penting dan memiliki batas waktu, seperti belajar untuk ujian, mengerjakan tugas, atau menulis makalah. Perilaku ini bukan sekadar masalah manajemen waktu, tetapi berkaitan dengan ketidaknyamanan psikologis yang muncul dari tugas akademik yang harus diselesaikan (Jorge et al., 2024). Dalam perspektif Islam, prokrastinasi akademik dikenal dengan istilah *Taswif*.

Prokrastinasi akademik tidak timbul secara mendadak, melainkan dipengaruhi oleh beragam faktor, baik yang bersumber dari individu itu sendiri maupun dari lingkungannya. Menurut Wolters (dalam Puspitasari et al., 2024) salah satu faktor internal yang memengaruhi prokrastinasi akademik adalah kontrol diri, yakni kemampuan individu untuk mengendalikan impuls,

mengatur perilaku, serta mengarahkan tindakan selaras dengan tujuan yang telah dirumuskan. Di samping itu, faktor eksternal seperti intensitas penggunaan media sosial turut berkontribusi terhadap prokrastinasi akademik. Del Bario (dalam Permata et al., 2024) menjelaskan bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial cenderung menyita perhatian, mengurangi konsentrasi belajar, serta mendorong individu untuk menunda penyelesaian tugas akademik.

Suatu tindakan penundaan dapat dikategorikan sebagai prokrastinasi apabila penundaan tersebut diterapkan secara berulang-ulang dan disengaja terhadap tugas-tugas yang bersifat penting, serta menimbulkan rasa tidak nyaman yang dirasakan secara subjektif oleh individu yang bersangkutan. Ferrari dkk (dalam Puspitasari et al., 2024) mendefinisikan prokrastinasi merupakan suatu kecenderungan untuk mengundurkan diri dalam memulai maupun menyelesaikan tugas secara komperhensif, dengan mengalihkan waktu kepada aktivitas-aktivitas yang tidak produktif. Kondisi ini mengakibatkan terganggunya kinerja individu serta ketidakmampuan menyelesaikan tugas sesuai dengan tenggat waktu yang telah ditentukan.

Ferrari dkk (dalam Risnawati, 2017) mengatakan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku penundaan, fenomena prokrastinasi dapat diidentifikasi melalui beberapa karakteristik utama, yaitu : (1) Penundaan dalam hal memulai maupun menyelesaikan tugas yang telah ditentukan, (2) Keterlambatan dalam proses penyelesaian tugas, (3) Terdapat kesenjangan yang signifikan antara waktu yang direncanakan dengan realisasi kinerja yang aktual, serta (4) Kecenderungan untuk mengarahkan perhatian pada aktivitas yang

lebih bersifat rekreasional atau menyenangkan. Secara empiris, individu yang menunjukkan perilaku *prokrastinator* cenderung memperoleh prestasi akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak *procrastinatif,* demikian pula dengan kondisi kesehatan rata-rata yang cenderung lebih buruk.

Penelitian yang dilakukan oleh Fazlurrahman et al (2024) dengan judul "Tingkat Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI SMA Negeri 11 Semarang" menemukan bahwa sekitar 14,6% sampai 46,9% pelajar kelas XI SMA Negeri 11 Semarang memiliki masalah prokrastinasi akademik, penelitian tersebut menemukan bahwa perilaku prokrastinasi akademik siswa dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kurangnya kontrol diri, rendahnya motivasi belajar, pandangan negatif terhadap tugas, *perfeksionisme,* serta kecenderungan memilih kegiatan yang lebih menyenangkan dibanding belajar. Sementara itu, faktor eskternal mencakup pola asuh yang kurang tepat, pengaruh teman sebaya, metode guru yang kurang menarik.

Penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari et al (2024) dengan judul "*Scroll* atau Belajar? Pengaruh Kontrol Diri dan Adiksi Media Sosial pada Prokrastinasi Akademik Remaja Awal" menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan adiksi media sosial dengan prokrastinasi akademik pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rendahnya kontrol diri dan tingginya intensitas penggunaan media sosial memiliki korelasi positif dengan peningkatan perilaku penundaan tugas akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik bervariabel terhadap faktor-faktor

yang berumber dari dalam diri invidu, seperti rendahnya kemampuan mengendalikan diri, lemahnya manajemen waktu, motivasi belajar yang rendah, serta kecenderungan lebih memprioritaskan aktivitas media sosial dibandingkan tugas sekolah. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kemudahan akses media sosial, lingkungan pertemanan yang aktif menggunakan media sosial, serta kurangnya pengawasan dari lingkungan keluarga dan sekolah.

Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada remaja SMA adalah tingginya intensitas penggunaan TikTok. Penggunaan TikTok di Indonesia menunjukkan angka yang cukup tinggi. Berdasarkan laporan Digital 2026: Indonesia, TikTok memiliki sekitar 180 Juta pengguna berusia 18 Tahun keatas di Indonesia pada akhir tahun 2025. Angka tersebut setara dengan 78,2% dari keseluruhan pengguna internet di Indonesia tanpa membedakan usia (Data Reportal, 2026.) Penggunaan TikTok dengan intensitas yang tinggi dapat membuat siswa mengalokasikan lebih banyak waktu dan perhatian pada aktivitas digital, seperti menonton dan melakukan *scrolling* berbagai konten. Apabila penggunaan tersebut dilakukan ketika siswa memiliki tugas akademik yang harus diselesaikan, perhatian siswa dapat beralih dari kegiatan akademik kepada aktivitas yang dianggap lebih menarik atau menyenangkan.

Dalam kajian islam, penggunaan TikTok pada dasarnya diperbolehkan *(mubah)* karena merupakan salah satu bentuk perkembangan teknologi yang berfungsi sebagai sarana *(wasilah)*.

Fenomena penundaan tugas akademik akibat penggunaan media sosial TikTok tidak hanya terjadi pada konteks lokal, tetapi juga menjadi permasalahan global pada remaja. Penelitian internasional menunjukkan bahwa *problematic social media use* berkontribusi secara signifikan terhadap meningkatnya perilaku prokrastinasi akademik pada siswa sekolah menengah. Media sosial dengan karakteristik konten cepat, notifikasi berulang, dan gratifikasi instan cenderung mengalihkan perhatian siswa dari tugas akademik yang membutuhkan konsentrasi dan usaha kognitf yang lebih besar (dalam Touloupis & Campbell, 2024).

Fitur-fitur desain pada situs jejaring sosial seperti notifikasi dan konten yang imersif sering kali memicu pengguna untuk terus terlibat secara digital sehingga dapat berkontribusi pada perilaku menunda tugas yang seharunya diselesaikan, terutama ketika konsentrasi diperlukan (dalam Alblwi et al., 2021).

Pada penelitan kali ini, konsep intensitas penggunaan TikTok dapat dihubungkan dengan *Theory of Planned Behavior* yang dikemukakan oleh Icek Ajzen (dalam Mega, 2025). Teori tersebut menjelaskan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh intensi atau niat atau melakukan suatu tindakan. Intensi tersebut dibentuk oleh tiga komponen utama, yakni *attitude toward the behavior* (sikap terhadap perilaku), *subjective norm* (norma subjektif), serta *perceived behavioral control* (persepsi kontrol perilaku).

Penelitian yang dilakukan oleh Aminah et al (2024) dengan judul ”Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Prokrastinasi Siswa SMA Negeri Suku Banjar” menemukan bahwa terdapat korelasi positif

yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecenderungan siswa untuk melakukan prokrastinasi akademik. Siswa cenderung menghabiskan waktu luang untuk media sosial sehingga menunda penyelesaian tugas sekolah. Penelitian tersebut menunjukkan beberapa aspek yang mendorong munculnya prokrastinasi, yaitu *intention-action, perceived time, perceived ability,* dan *emosional distress.*

Selanjutnya peneliti juga menggunakan kontrol diri, kontrol diri masuk ke dalam kondisi psikologis individu. Munculnya prokrastinasi salah satunya dikarenakan kurangnya kontrol diri *(self control*). Menurut Calhoun dan Acocella (dalam Risnawati, 2017) kontrol diri didefinisikan sebagai mekanisme pengaturan yang mencakup dimensi fisik, psikologis, dan perilaku seseorang. Dalam perspektif islam, kontrol diri disebut sebagai *Mujahadah An-Nafs*. Dengan demikian, kontrol diri merupakan serangkaian proses terintegrasi yang membentuk dan mengarahkan individu dalam menjalankan berbagai aspek kehidupannya.

Individu dengan tingkat kontrol diri yang lebih tinggi cenderung mampu menggunakan media sosial secara wajar dan tidak bermasalah karena memiliki kemampuan regulasi perilaku yang baik. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri menyebabkan individu kesulitan dalam mengendalikan dorongan penggunaan media sosial, sehingga berkontribusi terhadap perilaku penggunaan media sosial (dalam Simsir-Gokalp & Akyurek, 2024). Penelitian yang dilakukan Chisan dan Jannah (2021) dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Sekolah Menangah Atas", menemukan

bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA.

Penelitian ini memiliki perbedaan sekaligus nilai kebaruan dibandingkan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu umumnya mengkaji prokrastinasi akademik dengan menempatkan intensitas penggunaan TikTok atau kontrol diri sebagai variabel tunggal, sementara penelitian ini mengintegrasikan kedua variabel tersebut secara simultan untuk melihat peran faktor eksternal dan internal dalam memengaruhi prokrastinasi akademik. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa sekolah negeri atau mahasiswa, sehingga konteks sekolah swasta, khususnya pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya, masih relatif terbatas untuk diteliti. Penelitian ini memiliki signifikasi yang tinggi mengingat meningkatnya intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja yang tidak selalu diiringi dengan kemampuan kontrol diri yang memadai, sehingga berpotensi mendorong perilaku penundaan tugas akademik.

Penelitian ini dapat memberikan beberapa solusi, antara lain : (1) Pemanfaat TikTok secara edukatif : siswa diarahkan untuk menggunakan TikTok sebagai media pembelajaran, seperti mengikuti konten edukasi atau membuat konten terkait materi pelajaran, sehingga penggunaan media sosial menjadi lebih produktif, (2) Manajemen waktu dengan Teknik Pomodoro : siswa menggunakan pola belajar terstruktur, yaitu belajar 25-20 menit dan beristirahat 10 menit dengan akses terbatas pada TikTok, sehingga media sosial berfungsi sebagai jeda, bukan distraksi utama.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi pemaparan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah :

1. Apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya?
2. Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya?
3. Apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada perumusan masalah yang telah ditetapkan, penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya.
3. Untuk mengetahui hubungan antara penggunaan intensitas TikTok dan kontrol diri dengan prokrastinasi akademik pada siswa kelas XI SMA Barunawati Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting bagi pengembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya dalam memperkaya kajian tentang hubungan antara intensitas penggunaan TikTok, kontrol diri, dan prokrastinasi akademik. Hasil penelitian ini dapat memperkuat teori-teori yang menjelaskan bagaimana kontrol diri berperan dalam perilaku belajar dan pengelolaan waktu siswa.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak yang terkait dengan dunia pendidikan :

a. Bagi Sekolah, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merumuskan kebijakan serta program pembinaan yang mendukung penggunaan TikTok secara bijak dan terkontrol di lingkungan sekolah, sehingga dapat meminimalisir perilaku prokrastinasi akademik pada siswa

b. Bagi Siswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran siswa mengenai pentingnya mengatur intensitas penggunaan TikTok serta mengembangkan kontrol diri, sehingga siswa mampu mengelola waktu antara penggunaan TikTok dan kegiatan akademik secara lebih efektif serta mengurangi kecenderungan menunda penyelesaian tugas.

c. Bagi Orang Tua, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai pengaruh intensitas penggunaan TikTok dan kontrol diri terhadap perilaku belajar anak, sehingga orang tua dapat menerapkan pengawasan, pendampingan, dan bimbingan yang tepat dalam penggunaan TikTok anak di rumah**.**

d. Bagi Peneliti Selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan sumber informasi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan intensitas penggunaan TikTok, kontrol diri, dan prokrastinasi akademik. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan mempertimbangkan variabel lain yang berpotensi berhubungan dengan prokrastinasi akademik pada siswa.