

PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN WHATSAPP TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK MAHASISWA

Syafitri Mawaddah¹, Salsabilah², Adellia Mustukasari³

syafitrimawaddah7@gmail.com¹, sb90061995@gmail.com², adellemustika@gmail.com³

Universitas Islam Syekh Yusuf Tangerang

ABSTRAK

Perkembangan teknologi komunikasi telah mendorong meningkatnya penggunaan aplikasi pesan instan, salah satunya WhatsApp, di kalangan mahasiswa. WhatsApp banyak dimanfaatkan sebagai media komunikasi akademik, namun intensitas penggunaannya yang tinggi juga berpotensi menimbulkan distraksi dalam proses belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Populasi penelitian adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi, dengan jumlah sampel sebanyak 80 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan skala Likert lima tingkat. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak SPSS, serta didukung oleh uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, dan uji hipotesis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi uji t sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,556. Artinya, sebesar 55,6% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh intensitas penggunaan WhatsApp, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan WhatsApp yang tidak terkelola dengan baik dapat meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Kata Kunci: WhatsApp, Intensitas Penggunaan, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa.

ABSTRACT

The development of communication technology has led to an increasing use of instant messaging applications, particularly WhatsApp, among university students. WhatsApp is widely used as an academic communication tool; however, its high intensity of use may also cause distractions in the learning process. This study aims to examine the effect of WhatsApp usage intensity on students' academic procrastination. This research employed a quantitative approach using a survey method. The population consisted of Communication Studies students, with a sample of 80 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using a questionnaire with a five-point Likert scale. Data analysis was conducted using simple linear regression with the assistance of SPSS, supported by validity testing, reliability testing, classical assumption tests, and hypothesis testing. The results indicate that WhatsApp usage intensity has a positive and significant effect on students' academic procrastination. This is evidenced by a t-test significance value of 0.000 (< 0.05) and a coefficient of determination (R Square) of 0.556. These findings suggest that 55.6% of the variance in academic procrastination can be explained by WhatsApp usage intensity, while the remaining variance is influenced by other factors not examined in this study. The study concludes that poorly managed WhatsApp usage may increase academic procrastination among students.

Keywords: WhatsApp, Usage Intensity, Academic Procrastination, Students.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi komunikasi telah membawa perubahan besar dalam cara manusia berinteraksi, termasuk dalam dunia pendidikan tinggi. Mahasiswa sebagai bagian dari generasi digital memanfaatkan berbagai aplikasi komunikasi berbasis internet untuk mendukung aktivitas akademik maupun sosial. Salah satu aplikasi yang paling banyak digunakan adalah WhatsApp, yang menyediakan kemudahan dalam bertukar pesan,

melakukan panggilan, serta berbagi informasi dan dokumen secara cepat dan praktis (Hatta & Ulhaq, 2022).

Dalam konteks pendidikan, WhatsApp tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi personal, tetapi juga dimanfaatkan sebagai media pendukung pembelajaran. Aplikasi ini sering digunakan oleh dosen dan mahasiswa untuk menyampaikan informasi perkuliahan, mengoordinasikan tugas, berdiskusi, serta berbagi materi pembelajaran. Kemudahan akses, fleksibilitas penggunaan, serta tingginya tingkat adopsi WhatsApp menjadikannya salah satu media komunikasi yang efektif dalam menunjang proses belajar, baik secara daring maupun luring (Koten et al., 2022; Muttaqin & Kurniawan, 2021).

Namun, di balik manfaat tersebut, penggunaan WhatsApp yang semakin intens juga berpotensi menimbulkan dampak negatif. Intensitas penggunaan yang tinggi sering kali membuat mahasiswa sulit membatasi diri antara penggunaan untuk keperluan akademik dan penggunaan untuk kepentingan non-akademik. Notifikasi yang muncul secara terus-menerus, kebiasaan membuka WhatsApp tanpa tujuan belajar yang jelas, serta keterlibatan dalam percakapan grup yang tidak berkaitan dengan perkuliahan dapat mengganggu konsentrasi dan manajemen waktu mahasiswa (Muttaqin & Kurniawan, 2021).

Berdasarkan pengamatan peneliti, mahasiswa cenderung tergabung dalam berbagai grup WhatsApp, seperti grup perkuliahan, organisasi, dan pertemanan. Kondisi ini menyebabkan arus informasi yang masuk menjadi sangat tinggi dan sulit dikendalikan. Situasi tersebut sering kali membuat mahasiswa menunda pengerjaan tugas akademik karena terdistraksi oleh aktivitas komunikasi di WhatsApp. Penundaan ini dapat berdampak pada kebiasaan mengerjakan tugas mendekati batas waktu, munculnya rasa tertekan, serta penurunan kualitas hasil akademik.

Perilaku menunda tugas akademik dikenal sebagai prokrastinasi akademik. Prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan individu untuk menunda memulai atau menyelesaikan tugas akademik meskipun individu tersebut menyadari bahwa penundaan dapat menimbulkan konsekuensi negatif terhadap pencapaian akademik. Dalam konteks penggunaan media komunikasi digital, intensitas penggunaan aplikasi seperti WhatsApp diduga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Sejumlah penelitian sebelumnya menekankan bahwa WhatsApp memiliki peran penting dalam mendukung komunikasi dan pembelajaran karena kemudahan dan kepraktisannya (Hatta & Ulhaq, 2022; Koten et al., 2022). Akan tetapi, penelitian lain juga menunjukkan bahwa penggunaan WhatsApp secara berlebihan dapat menimbulkan distraksi dan memengaruhi perilaku belajar peserta didik (Muttaqin & Kurniawan, 2021). Meskipun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa masih relatif terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara empiris pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana intensitas penggunaan WhatsApp berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian komunikasi dan pendidikan, serta menjadi bahan pertimbangan bagi mahasiswa dalam mengelola penggunaan media komunikasi digital secara lebih bijak dan produktif.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antarvariabel secara objektif melalui pengukuran data numerik dan analisis statistik (Zulfikar et al., 2024).

Metode survei digunakan untuk memperoleh data langsung dari responden melalui instrumen penelitian berupa kuesioner.

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas intensitas penggunaan WhatsApp sebagai variabel independen (X) dan prokrastinasi akademik sebagai variabel dependen (Y). Hubungan antara kedua variabel tersebut dianalisis untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi. Sampel penelitian berjumlah 80 responden yang dipilih menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode purposive sampling. Teknik ini dipilih dengan pertimbangan tertentu, yaitu responden merupakan mahasiswa aktif yang menggunakan aplikasi WhatsApp dalam aktivitas akademik sehari-hari, sehingga sesuai dengan tujuan penelitian (Zulfikar et al., 2024).

Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner secara daring. Instrumen penelitian disusun menggunakan skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Penggunaan skala Likert bertujuan untuk mengukur sikap, persepsi, dan intensitas responden terhadap pernyataan yang berkaitan dengan variabel penelitian secara kuantitatif (Zulfikar et al., 2024).

Instrumen penelitian terdiri atas dua bagian utama, yaitu pernyataan mengenai intensitas penggunaan WhatsApp dan pernyataan mengenai prokrastinasi akademik. Masing-masing variabel diukur menggunakan beberapa indikator yang disusun berdasarkan konsep teoretis dan disesuaikan dengan tujuan penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik responden dan variabel penelitian, serta uji reliabilitas untuk mengukur konsistensi internal instrumen. Selanjutnya, dilakukan analisis statistik lanjutan untuk menguji hipotesis penelitian. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 80 responden, yang mayoritas berjenis kelamin perempuan (77,5%), sedangkan responden laki-laki sebesar 22,5%. Sebagian besar responden berasal dari Program Studi Ilmu Komunikasi (95%). Hal ini menunjukkan bahwa responden relevan dengan konteks penelitian mengenai penggunaan WhatsApp dalam aktivitas akademik mahasiswa.

Statistik Deskriptif Variabel X (Intensitas Penggunaan WhatsApp)

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa tingkat intensitas penggunaan WhatsApp berada pada kategori tinggi. Nilai rata-rata total variabel X sebesar 43,59 dengan standar deviasi sebesar 8,05 dari skor maksimum 50.

Indikator dengan nilai mean tertinggi meliputi kebiasaan membuka WhatsApp berkali-kali dalam sehari, penggunaan WhatsApp sebagai sarana utama komunikasi perkuliahan, serta kebiasaan mengecek WhatsApp meskipun tanpa adanya notifikasi. Temuan ini menunjukkan bahwa WhatsApp telah menjadi media komunikasi utama mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari.

Statistik Deskriptif Variabel Y (Prokrastinasi Akademik)

Variabel prokrastinasi akademik menunjukkan nilai rata-rata sebesar 40,11 dengan standar deviasi sebesar 11,53. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa tingkat prokrastinasi akademik responden tergolong tinggi.

Indikator dengan nilai mean tertinggi berkaitan dengan gangguan fokus akibat notifikasi WhatsApp, kebiasaan menunda pengerjaan tugas hingga mendekati batas waktu, serta penurunan kualitas tugas akibat penundaan tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa responden cenderung mengalami kesulitan dalam mengelola waktu belajar secara efektif.

Uji Validitas Instrumen

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap butir pernyataan dalam kuesioner mampu mengukur variabel yang diteliti. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan program SPSS.

Correlations

		P 1	P2	P 3	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P 11	Tot al X
Saya membuka WhatsApp berkali-kali dalam sehari.	Pearson Correlation	1	.761**	.752**	.611**	.575**	.476**	.540**	.574**	.703**	.518**	.744**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya sering mengecek WhatsApp meskipun tidak ada notifikasi.	Pearson Correlation	.761**	1	.758**	.715**	.666**	.632**	.416**	.613**	.824**	.674**	.834**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya menggunakan WhatsApp dalam waktu yang cukup lama setiap hari.	Pearson Correlation	.752**	.758**	1	.813**	.665**	.666**	.523**	.734**	.789**	.609**	.863**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Sebagian besar waktu luang saya dihabiskan untuk membuka WhatsApp.	Pearson Correlation	.611**	.715**	.813**	1	.798**	.737**	.438**	.768**	.824**	.767**	.908**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya aktif membalas pesan di grup perkuliahan.	Pearson Correlation	.575**	.666**	.665**	.798**	1	.819**	.440**	.743**	.860**	.742**	.891**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya sering melihat atau membalas status (story) WhatsApp teman.	Pearson Correlation	.476**	.632**	.666**	.737**	.819**	1	.417**	.743**	.719**	.697**	.849**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
WhatsApp menjadi sarana utama saya dalam komunikasi terkait kuliah.	Pearson Correlation	.540**	.416**	.523**	.438**	.440**	.417**	1	.619**	.572**	.468**	.613**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya menggunakan WhatsApp untuk hiburan atau komunikasi santai.	Pearson Correlation	.574**	.613**	.734**	.768**	.743**	.743**	.619**	1	.787**	.632**	.862**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya merasa ingin membuka WhatsApp meskipun sedang tidak membutuhkan apa pun.	Pearson Correlation	.703**	.824**	.789**	.824**	.860**	.719**	.572**	.787**	1	.788**	.940**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya sulit menahan diri untuk tidak membuka WhatsApp saat	Pearson Correlation	.518**	.674**	.609**	.767**	.742**	.697**	.468**	.632**	.788**	1	.839**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

belajar atau mengerjakan tugas.												
Total X	Pearson Correlation	.744**	.834**	.863**	.908**	.891**	.849**	.613**	.862**	.940**	.839**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

Correlations

		P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	Total Y
Saya sering menunda mengerjakan tugas kuliah.	Pearson Correlation	1	.922**	.789**	.789**	.886**	.875**	.888**	.897**	.871**	.812*	.940**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya biasanya mulai mengerjakan tugas ketika deadline sudah dekat.	Pearson Correlation	.922**	1	.744**	.705**	.893**	.891**	.900**	.898**	.900**	.822*	.934**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
WhatsApp mudah mengalihkan perhatian saya saat belajar.	Pearson Correlation	.789**	.744**	1	.859**	.793**	.777**	.802**	.782**	.763**	.818*	.874**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Notifikasi WhatsApp sering membuat saya kehilangan fokus.	Pearson Correlation	.789**	.705**	.859**	1	.814**	.773**	.762**	.785**	.732**	.769*	.858**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya sulit memulai mengerjakan tugas meskipun memiliki waktu luang.	Pearson Correlation	.886**	.893**	.793**	.814**	1	.947**	.933**	.938**	.897**	.841*	.962**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya lebih memilih melakukan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas.	Pearson Correlation	.875**	.891**	.777**	.773**	.947**	1	.929**	.943**	.904**	.868*	.958**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya kesulitan mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lain.	Pearson Correlation	.888**	.900**	.802**	.762**	.933**	.929**	1	.937**	.908**	.820*	.956**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Saya sering menunda menyelesaikan tugas hingga waktu yang sempit.	Pearson Correlation	.897**	.898**	.782**	.785**	.938**	.943**	.937**	1	.902**	.829*	.959**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Kebiasaan menunda membuat saya terburu-buru dalam mengerjakan tugas.	Pearson Correlation	.871**	.900**	.763**	.732**	.897**	.904**	.908**	.902**	1	.925*	.945**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000	.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Prokrastinasi saya memengaruhi kualitas tugas yang saya hasilkan.	Pearson Correlation	.812**	.822**	.818**	.769**	.841**	.868**	.820**	.829**	.925**	1	.912**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000		.000
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80
Total Y	Pearson Correlation	.940**	.934**	.874**	.858**	.962**	.958**	.956**	.959**	.945**	.912*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	
	N	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80	80

Berdasarkan hasil uji validitas terhadap seluruh item pernyataan pada variabel intensitas penggunaan WhatsApp (X) dan prokrastinasi akademik (Y), diperoleh hasil bahwa seluruh item memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,220) serta nilai signifikansi kurang dari 0,05. Dengan demikian, seluruh item pernyataan dalam kuesioner dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Uji Reliabilitas Instrumen

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Variabel intensitas penggunaan WhatsApp (X) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,785, sedangkan variabel prokrastinasi akademik (Y) memiliki nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,793.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Saya membuka WhatsApp berkali-kali dalam sehari.	82.46	245.315	.726	.776
Saya sering mengecek WhatsApp meskipun tidak ada notifikasi.	82.60	237.484	.817	.767
Saya menggunakan WhatsApp dalam waktu yang cukup lama setiap hari.	82.68	236.222	.849	.765
Sebagian besar waktu luang saya dihabiskan untuk membuka WhatsApp.	83.09	224.461	.893	.751
Saya aktif membalas pesan di grup perkuliahan.	83.03	230.430	.876	.758
Saya sering melihat atau membalas status (story) WhatsApp teman.	83.18	226.880	.825	.755
WhatsApp menjadi sarana utama saya dalam komunikasi terkait kuliah.	82.51	247.164	.588	.779
Saya menggunakan WhatsApp untuk hiburan atau komunikasi santai.	82.80	234.997	.846	.764
Saya merasa ingin membuka WhatsApp meskipun sedang tidak membutuhkan apa pun.	82.88	228.668	.932	.756

Saya sulit menahan diri untuk tidak membuka WhatsApp saat belajar atau mengerjakan tugas.	82.95	231.618	.818	.760
Total X	43.59	64.828	1.000	.949

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Saya sering menunda mengerjakan tugas kuliah.	76.31	476.395	.933	.769
Saya biasanya mulai mengerjakan tugas ketika deadline sudah dekat.	76.21	478.220	.926	.770
WhatsApp mudah mengalihkan perhatian saya saat belajar.	76.25	481.987	.860	.773
Notifikasi WhatsApp sering membuat saya kehilangan fokus.	76.13	486.085	.844	.775
Saya sulit memulai mengerjakan tugas meskipun memiliki waktu luang.	76.20	478.896	.957	.770
Saya lebih memilih melakukan aktivitas lain daripada mengerjakan tugas.	76.21	478.043	.953	.770
Saya kesulitan mengatur waktu antara belajar dan kegiatan lain.	76.26	477.791	.950	.770
Saya sering menunda menyelesaikan tugas hingga waktu yang sempit.	76.21	478.853	.954	.770
Kebiasaan menunda membuat saya terburu-buru dalam mengerjakan tugas.	76.18	482.020	.940	.772
Prokrastinasi saya memengaruhi kualitas tugas yang saya hasilkan.	76.18	485.564	.903	.774
Total Y	40.11	133.013	1.000	.982

Nilai Cronbach's Alpha yang berada di atas 0,70 menunjukkan bahwa seluruh item pernyataan konsisten dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas Residual (Kolmogorov–Smirnov)

Uji normalitas residual dilakukan menggunakan uji Kolmogorov–Smirnov terhadap nilai residual tidak terstandarisasi. Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa data residual tidak berdistribusi normal secara statistik. Namun demikian, mengingat jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 80 responden, maka berdasarkan prinsip Central Limit Theorem, model regresi tetap dapat digunakan, karena pada ukuran sampel yang relatif besar, penyimpangan normalitas residual dapat ditoleransi dalam analisis regresi linear.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

Unstandardized Residual			
N			
80			
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000	
	Std. Deviation	7.68723661	
Most Extreme Differences	Absolute	.279	
	Positive	.209	
	Negative	-.279	
Test Statistic		.279	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.000	
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^d	Sig.	.000	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.000
		Upper Bound	.000

Uji linearitas

Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp (Total X) terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa (Total Y).

Berdasarkan hasil Model Summary, diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,745, yang menunjukkan adanya hubungan kuat antara variabel intensitas penggunaan WhatsApp dan prokrastinasi akademik.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.745 ^a	.556	.550	7.736

Nilai R Square sebesar 0,556 menunjukkan bahwa 55,6% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa dapat dijelaskan oleh intensitas penggunaan WhatsApp, sedangkan 44,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Nilai Adjusted R Square sebesar 0,550 mengindikasikan bahwa model regresi memiliki tingkat ketepatan yang cukup baik dalam menjelaskan hubungan antarvariabel pada populasi penelitian.

Uji Kelayakan Model (Uji F)

Berdasarkan hasil uji F (ANOVA), diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan signifikan

secara simultan, sehingga dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp secara bersama-sama berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

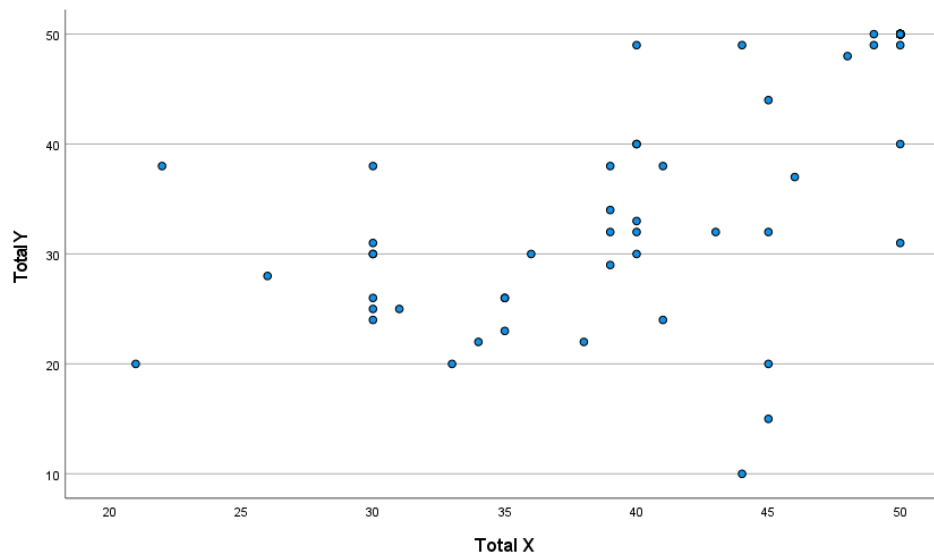
ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5839.593	1	5839.593	97.568	.000 ^b
	Residual	4668.395	78	59.851		
	Total	10507.988	79			

Dengan demikian, model regresi dinyatakan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut dalam penelitian ini.

Uji Linearitas (Scatterplot)

Uji linearitas dilakukan dengan melihat pola sebaran data pada scatterplot antara variabel Total X dan Total Y. Berdasarkan hasil scatterplot, titik-titik data menyebar dan membentuk pola yang cenderung mengikuti garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara intensitas penggunaan WhatsApp dan prokrastinasi akademik bersifat linear.



Dengan demikian, asumsi linearitas terpenuhi, sehingga penggunaan analisis regresi linear sederhana dalam penelitian ini sudah tepat.

Uji homoskedastisitas (Uji Glejser)

Uji homoskedastisitas dilakukan menggunakan uji Glejser, yaitu dengan meregresikan nilai absolute residual (abs_res) terhadap variabel independen (Total X). Berdasarkan hasil pengujian, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,084, yang lebih besar dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa variabel independen tidak berpengaruh secara signifikan terhadap absolute residual, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model regresi yang digunakan.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	11.132	3.341		3.332	.001
	Total X	-.132	.075	-.195	-1.753	.084

Dengan demikian, asumsi homoskedastisitas terpenuhi, dan model regresi dinyatakan layak digunakan untuk analisis lebih lanjut karena tidak melanggar asumsi klasik regresi linear.

Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

H₀: Tidak terdapat pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

H₁: Terdapat pengaruh intensitas penggunaan WhatsApp terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Uji Hipotesis Parsial (Uji t)

Hasil uji t pada tabel Coefficients menunjukkan bahwa variabel intensitas penggunaan WhatsApp (Total X) memiliki nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, dengan nilai koefisien regresi (B) sebesar 1,068 dan bertanda positif.

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-6.431	4.791	-1.342	.183
	Total X	1.068	.108	.745	.000

Hasil ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Artinya, setiap peningkatan satu satuan intensitas penggunaan WhatsApp akan meningkatkan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa sebesar 1,068 satuan, dengan asumsi variabel lain dianggap konstan.

R Square

Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, diperoleh nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,556. Nilai tersebut menunjukkan bahwa variabel intensitas penggunaan WhatsApp mampu menjelaskan sebesar 55,6% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa.

Sementara itu, sebesar 44,4% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini, seperti kemampuan manajemen waktu, motivasi belajar, tekanan akademik, serta faktor lingkungan belajar.

Keputusan hipotesis

Hipotesis penelitian ini menyatakan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Berdasarkan hasil uji t yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05.

Dengan demikian, hipotesis nol (H₀) ditolak dan hipotesis alternatif (H₁) diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Artinya, semakin tinggi intensitas penggunaan WhatsApp, maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk melakukan prokrastinasi akademik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal ini dibuktikan melalui hasil analisis regresi linear sederhana serta pengujian hipotesis menggunakan uji t yang menunjukkan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05.

Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,556 menunjukkan bahwa intensitas penggunaan WhatsApp memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan upaya pengelolaan

penggunaan WhatsApp secara lebih bijak agar tidak mengganggu aktivitas akademik dan dapat menunjang proses pembelajaran secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Hatta, H., & Ulhaq, M. (2022). Penggunaan Media Sosial Whatsapp Di Kalangan Mahasiswa Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Kependidikan Media*, 11(3), 153–161.
- Koten, F. P. N., Jufriansah, A., & Hikmatiar, H. (2022). Analisis Penggunaan Aplikasi Whatsapp Sebagai Media Informasi Dalam Pembelajaran: Literature Review. *Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara*, 14(1), 72–84.
- Muttaqin, T., & Kurniawan, K. (2021). Pemanfaatan Media Sosial WhatsApp sebagai Media Pembelajaran Kelas VI A dan B di MI Miftahul Huda Jatisari Krenceng Kepung Kediri Tahun Pelajaran 2020/2021. *Salimiya: Jurnal Studi Ilmu Keagamaan Islam*, 2(1), 97–125.
- Zulfikar, R., Sari, F. P., Fatmayati, A., Wandini, K., Haryati, T., Jumini, S., Nurjanah, N., Annisa, S., Kusumawardhani, O. B., Mutiah, R., Linggi, A. I., & Hafid Fadilah. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif (Teori, Metode Dan Praktik)*. Bandung : Widina Media Utama.