

PENGARUH INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE TERHADAP PERILAKU
PROKRASTINASI AKADEMIK PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PGRI YOGYAKARTA

Drajat Edy Kurniawan
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Universitas PGRI Yogyakarta
e-mail : drajat_cellcius@yahoo.com

Info Artikel	Abstrak
<i>Sejarah artikel</i> Diterima Disetujui Dipublikasikan	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji Pengaruh Intensitas Bermain <i>Game Online</i> Terhadap Perilaku <i>Prokrastinasi</i> Akademik Pada Mahasiswa BK Semester II Angkatan Tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Bk Semester II Angkatan Tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta dengan sampel sebanyak 32 Mahasiswa. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai signifikansi regression adalah sebesar 0,000. Mengacu pada kriteria hasil uji hipotesis maka nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Oleh karena hipotesis penelitian sudah teruji kebenarannya yaitu ada pengaruh intensitas bermain <i>game online</i> terhadap perilaku <i>prokrastinasi</i> akademik pada Mahasiswa BK Semester II angkatan tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta. Saran yang diajukan yaitu mahasiswa diharapkan dapat mengurangi intensitas bermain <i>game online</i> agar tidak berperilaku <i>prokrastinasi</i> akademik.
Kata Kunci: Game online, <i>prokrastinasi</i> akademik	
Keywords: <i>Online game, academic</i> <i>procrastination</i>	
	Abstract <i>The purpose of this study is to test the Influence of Intensity Playing Online Game Against Behavior Academic Procrastination Students BK Semester II Force Year 2016 PGRI Yogyakarta University. The method used in this study is quantitative with the type of correlational research. Population in this research is BK Semester II Student Force Year 2016 University PGRI Yogyakarta with sample of 32 student. Technique of data analysis in research use simple regression analysis. The result of regression analysis shows that regression significance value is 0.000. Referring to the criteria of hypothesis test result the significance value $0.000 < 0,05$ so that H_a accepted and H_o rejected. Because H_a accepted and H_o rejected, the research hypothesis has been tested the truth that there is influence of the intensity of playing online games on the behavior of academic procrastination in Students BK Semester II force year 2016 PGRI Yogyakarta University. Proposed suggestion that students are expected to reduce the intensity of playing online games so as not to behave academic procrastination</i>

DOI: <http://dx.doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1120>

© 2017 Universitas Muria Kudus
Print ISSN 2460-1187
Online ISSN 2503-281X

PENDAHULUAN

Perkembangan era globalisasi pada saat ini memberikan pengaruh yang besar terhadap kehidupan manusia. Melalui adanya era globalisasi, individu dituntut untuk terus berkembang serta memiliki kualitas agar mampu bersaing dengan individu yang lain. Hal tersebut membuat peradaban manusia semakin maju sehingga banyak individu berlomba-lomba menunjukkan eksistensinya agar tidak kalah dengan yang lain.

Era globalisasi merupakan bagian dari perkembangan zaman. Terdapat berbagai segi pada kehidupan manusia yang terpengaruh dengan adanya perkembangan zaman tersebut. Salah satu yang paling nampak yaitu mulai tergantikannya permainan tradisional oleh permainan moderen. Pada era sekarang ini, banyak anak-anak khususnya remaja yang mulai meninggalkan permainan tradisional dan lebih memilih permainan moderen. Hal tersebut dikarenakan permainan moderen jauh lebih asik dan menyenangkan.

Salah satu permainan era moderen saat ini yaitu *game online*. *Game online* merupakan permainan yang dioperasikan menggunakan koneksi internet. Berkaitan dengan hal tersebut Burhan dan Tsharir (2005) mengemukakan bahwa *game online* merupakan permainan komputer yang dapat dimainkan oleh banyak pemain melalui internet. Dalam 10 tahun terakhir, *game online* telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal tersebut dapat dilihat di kota-kota besar, tidak terkecuali juga kota-kota kecil, banyak sekali *game center* yang muncul. *Game center* memiliki pelanggan tetap yang lebih banyak daripada warnet. Hal inilah yang membuat *game center* selalu ramai dikunjungi.

Game online pada dasarnya ditujukan untuk mengusir kepenatan atau sekedar melakukan refreshing otak setelah melaksanakan aktivitas sehari-hari. Namun pada kenyataannya, permainan tersebut justru membuat individu menjadi kecanduan. Intensitas bermain *game* yang tinggi membuat individu mengalami kecanduan yang

memberikan berbagai dampak terhadap perilaku individu. Beberapa dampak akibat tingginya intensitas bermain *game online* diantaranya yaitu remaja menjadi tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari, mendorong remaja untuk bertindak asosial, serta menyebabkan remaja menjadi malas belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, nampak bahwa salah satu dampak *game online* yaitu menyebabkan remaja malas belajar. Oleh karena itu, *game online* memberikan dampak pada perilaku menunda pekerjaan pada remaja. Perilaku tersebut lebih dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja kegiatan yang diinginkan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Knaus (2010) menjelaskan bahwa prokrastinasi adalah kebiasaan menunda suatu kegiatan penting dan tidak membuat tugas secara tepat waktu.

Lebih lanjut dapat dijelaskan bahwa penundaan melibatkan emosi dan persepsi negatif tentang suatu kegiatan yang tidak menyenangkan. Dalam prokrastinasi individu atau remaja akan membuat alasan untuk membenarkan keterlambatan sehingga apabila penundaan menjadi kebiasaan dapat mengganggu produktivitas individu. Uraian tersebut sesuai dengan data yang diperoleh peneliti di lapangan. Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa BK UPY semester 3 diperoleh keterangan bahwa intensitas yang tinggi dalam bermain *game online* dapat membuat mahasiswa kecanduan sehingga berdampak pada kemalasan mahasiswa dalam mengerjakan tugas kuliah.

Mengacu pada hal tersebut, dapat terlihat bahwa terdapat korelasi antara intensitas bermain *game online* dengan perilaku menunda pekerjaan (*prokrastinasi*). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Perilaku *Prokrastinasi* Akademik

Pada Mahasiswa BK Semester II Angkatan 2016 Universitas PGRI Yogyakarta”.

Prokrastinasi Akademik

Menunda pekerjaan merupakan suatu hal yang umum dilakukan oleh individu khususnya remaja. Menunda memiliki nama yang lebih populer dalam dunia pendidikan yaitu dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah kebiasaan menunda suatu tugas pekerjaan sampai batas akhir pengumpulan tugas atau pekerjaan tersebut. Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang berarti mendorong maju atau bergerak maju dan akhiran “*crastinus*”. yang berarti keputusan hari esok, atau jika digabungkan menjadi menangguhkan atau menunda sampai hari berikutnya (Burka & Yuen, 2008: 5).

Selanjutnya Burka & Yuen (2008: 6) mengemukakan bahwa kata prokrastinasi yang ditulis dalam *American College Dictionary*, memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan tugas dan dilaksanakan pada lain waktu. Oleh karena itu penundaan yang dikategorikan sebagai prokrastinasi adalah apabila penundaan tersebut sudah merupakan kebiasaan atau pola yang menetap, yang selalu dilakukan seseorang ketika menghadapi suatu tugas dan penundaan yang diselesaikan oleh adanya keyakinan irasional dalam memandang tugas. Bisa dikatakan bahwa istilah prokrastinasi bisa dipandang dari berbagai sisi dan bahkan tergantung dari mana seseorang melihatnya.

Sementara itu Ferrari (dalam M. N. Ghufron, 2003: 17) membagi pengertian prokrastinasi dari berbagai batasan tertentu, yaitu:

- (1) prokrastinasi hanya sebagai perilaku penundaan, yaitu bahwa setiap perbuatan untuk menunda dalam mengerjakan suatu tugas disebut sebagai prokrastinasi, tanpa mempermasalahkan tujuan serta alasan penundaan yang dilakukan;
- (2) prokrastinasi sebagai suatu kebiasaan atau pola perilaku yang

dimiliki individu, yang mengarah kepada *trait*, penundaan yang dilakukan sudah merupakan respon tetap yang selalu dilakukan seseorang dalam menghadapi tugas, biasanya disertai oleh adanya keyakinan-keyakinan yang irasional;

- (3) prokrastinasi sebagai suatu *trait* kepribadian, dalam pengertian ini prokrastinasi tidak hanya sebuah perilaku penundaan saja, akan tetapi prokrastinasi merupakan suatu *trait* yang melibatkan komponen-komponen perilaku maupun struktur mental lain yang saling terkait yang dapat diketahui secara langsung maupun tidak langsung.

Kaitannya dengan prokrastinasi akademik Schouwenburg (1995) menjelaskan bahwa prokrastinasi akademik adalah suatu perilaku menunda pengerjaan tugas ataupun kegiatan belajar untuk ujian, dan digantikan dengan kegiatan lain yang tidak perlu. Pengerjaan tugas dilakukan setelah mendekati batas tenggang waktu, sehingga pengerjaannya menimbulkan tekanan, ketakutan, serta kecemasan. Selanjutnya Wolters (dalam Hudley, 2008) menambahkan bahwa prokrastinasi merupakan suatu bentuk penolakan akademik (*academic avoidance*) yang digunakan siswa dan mahasiswa ketika berada di dalam *setting* akademik, seperti dalam pengerjaan tugas dan kerja kelompok.

Berdasarkan uraian mengenai prokrastinasi akademik dari beberapa pendapat tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan baik pada tugas, belajar, dan kegiatan akademik yang digantikan dengan kegiatan lain di luar akademik, serta penundaan yang dilakukan secara berulang-ulang. Tugas dikerjakan setelah mendekati masa tenggang, sehingga dalam pengerjaannya timbul rasa takut, cemas, dan tertekan.

Game online

Game atau permainan merupakan bentuk kegiatan untuk menghibur diri sendiri serta menghilangkan rasa penat dalam melakukan aktivitas keseharian. Seiring

perkembangan zaman, game atau permainan pun juga ikut mengalami perubahan. Kemajuan teknologi dan informasi membuat berbagai macam permainan terus berkembang. Salah satu permainan yang banyak diminati yaitu game online. Game online adalah sebuah permainan yang hanya dapat dioperasikan menggunakan koneksi internet.

Berkaitan dengan pengertian game online Young (2005) mengemukakan bahwa *game online* adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual. Lebih lanjut dapat dikatakan *game online* adalah suatu permainan yang dimainkan dikomputer dan dilakukan secara online (melalui internet) dan bisa dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan.

Selanjutnya Andrew Rollings dan Ernest Adams (2006) menjelaskan bahwa *game online* lebih tepat disebut sebagai sebuah teknologi dibandingkan sebagai sebuah genre atau jenis permainan, sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan. Pendapat tersebut memiliki makna bahwa game online bukan hanya sekedar sebuah permainan sederhana melainkan sebuah kemajuan teknologi yang mengedepankan mekanisme untuk dapat menghubungkan antar pemain. Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa game online merupakan suatu bentuk permainan yang dapat dimainkan oleh banyak pemain melalui koneksi internet.

Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik

Tingginya intensitas bermain *game online* memberikan berbagai macam dampak atau pengaruh baik itu terhadap fisik maupun psikis individu. Dampak fisik dapat berupa kelelahan pada anggota tubuh karena terlalu lama bermain game yang menyebabkan kesehatan badan menurun sehingga mudah sakit. Sedangkan dampak psikis yang

ditimbulkan yaitu individu menjadi mudah marah, tidak dapat mengontrol emosi yang disebabkan kekalahan dalam bermain game.

Setiawan 2013 dalam <https://keluarga.com/1403/kesehatan/dampak-negatif-game-online-ditinjau-dari-beberapa-segi> mengemukakan bahwa dampak bermain game online yaitu kesehatan menurun, gangguan mental, menghambat proses pendewasaan diri, mempengaruhi prestasi belajar anak, pemborosan, serta kesulitan bersosialisasi dengan orang lain. Lebih lanjut, hasil penelitian yang dilakukan oleh Dica Feprinca (2010) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara motivasi bermain *game online* dengan perilaku kecanduan *game online*, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi motivasi *game online* seseorang maka semakin tinggi perilaku kecanduan *game*.

Kecanduan bermain game online merupakan akibat dari tingginya intensitas individu dalam bermain game. Individu yang sudah kecanduan cenderung lebih memilih untuk bermain game daripada mengerjakan pekerjaan yang lain. Hal tersebut akan memunculkan perilaku prokrastinasi atau menunda mengerjakan tugas. Sebagai seorang pelajar, tugas sekolah merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan. Perilaku malas dengan menunda mengerjakan tugas akan berpengaruh pada prestasi akademik. Pengaruh terhadap prestasi yang dimaksudkan adalah prestasi belajar yang menurun. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marlina, dkk (2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas bermain *game online* semakin rendah pula prestasi belajar matematika anak usia sekolah kelas V di SD Saraswati I Denpasar tahun 2014.

Berdasarkan pendapat serta hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dampak bermain game online adalah sebagai berikut :

- a. Kesehatan menurun,
- b. Munculnya gangguan mental,
- c. Menghambat proses pendewasaan diri,

- d. Mempengaruhi prestasi belajar anak,
- e. Memunculkan perilaku prokrastinasi akademik, serta
- f. Kesulitan bersosialisasi dengan orang lain.

METODE PENELITIAN

Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian merupakan cara atau metode yang digunakan dalam penelitian. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yaitu bertujuan untuk mendeteksi sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor yang berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasi.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan di laksanakan di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Yogyakarta. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan selama 6 (enam) bulan sejak sejak Februari tahun 2017 sampai Juni tahun 2017

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa BK semester II angkatan 2016. Penentuan jumlah anggota sampel dalam penelitian ini yaitu dengan mengambil 20% dari anggota populasi. Setelah menghitung jumlah anggota sampel dengan mengambil 20% dari anggota populasi maka, dapat diketahui sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 orang.

Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan bagian yang amat penting, karena dengan analisis tersebut dapat diberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian (Nazir :2003:212). Analisis data dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi. Langkah analisis data yang digunakan yaitu meliputi

uji prasyarat menggunakan uji normalitas dan uji linieritas :

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai taraf signifikansi hitung lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($\text{sig} > 0,05$). Uji normalitas menggunakan metode uji *kolmogorov-smirnov* melalui aplikasi SPSS 20. Berikut kriteria hasil uji normalitas dengan menggunakan metode uji *kolmogorov-smirnov*:

- 1) Signifikansi $> 0,05$, maka data berdistribusi normal.
- 2) Signifikansi $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui apakah data pada variabel bebas mempunyai hubungan yang linier dengan data pada variabel tergantung. Uji linieritas pada data ini dilakukan menggunakan uji *test for linierity* dengan bantuan program IBM SPSS 20. Pengujian pada SPSS menggunakan *Test for Linearity* dengan taraf signifikansi 0,05. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka hubungan kedua variabel adalah linier. Sedangkan, apabila nilai signifikansi $> 0,05$ maka hubungan kedua variabel tidak linier.

3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis untuk membuktikan ada tidaknya pengaruh yang signifikan antara intensitas bermain game online terhadap perilaku prokrastinasi akademik. Uji hipotesis ini menggunakan analisis regresi sederhana. Analisis regresi sederhana digunakan untuk memprediksi atau menguji pengaruh satu variabel bebas terhadap variabel terikat. Analisis regresi dalam penelitian ini menggunakan program IBM SPSS 20 dengan cara membandingkan nilai signifikansi dengan probabilitas 0,05. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel bebas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat.

Sedangkan apabila nilai sigifikansi $> 0,05$ maka variabel bebas tidak berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini adalah penelitian yang bertujuan untuk menguji pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap perilaku *prokrastinasi* akademik pada Mahasiswa BK Semester II angkatan tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian korelasi. Oleh karena itu dalam pelaksanaan penelitian peneliti mengkorelasikan data hasil pengerjaan angket intensitas bermain *game online* dengan data hasil angket *prokrastinasi* akademik. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan analisis regresi linier. Analisis tersebut bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen.

Langkah sebelum melakukan analisis regresi, peneliti melakukan uji prasyarat analisis terlebih dahulu menggunakan uji normalitas dan uji linieritas. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada data hasil angket *prokrastinasi* dan angket *game online* masing-masing adalah 0,302 dan 0,270 $> 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa kedua data hasil angket penelitian berdistribusi normal. Selanjutnya, hasil uji linieritas data diketahui bahwa nilai koefisien signifikansi linieritasnya adalah sebesar 0,000. Mengacu pada kriteria hasil uji homogenitas, nilai signifikansi 0,000 $< 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan kedua variabel adalah linier.

Langkah berikutnya yaitu melakukan uji hipotesis penelitian menggunakan analisis regresi linier. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa nilai signifikansi regression adalah sebesar 0,000. Mengacu pada kriteria hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier, maka nilai signifikansi 0,000 $< 0,05$ sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Oleh karena H_a diterima dan H_o ditolak, maka hipotesis

penelitian sudah teruji kebenarannya yaitu "Ada pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap perilaku *prokrastinasi* akademik pada Mahasiswa BK Semester II angkatan tahun 2016 Universitas PGRI Yogyakarta".

Berdasarkan uraian diatas maka penelitian ini dapat membuktikan bahwa intensitas bermain *game online* memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku *prokrastinasi* akademik pada mahasiswa. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam bermain *game online* maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk berperilaku *prokrastinasi* akademik. Oleh karena itu, perlu adanya upaya yang dapat dilakukan untuk menekan tingginya perilaku *prokrastinasi* akademik mahasiswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mengurangi intensitas bermain *game online*.

KESIMPULAN, IMPLIKASI, SARAN

Kesimpulan

Hasil penelitian ini dapat membuktikan bahwa intensitas bermain *game online* memiliki pengaruh terhadap munculnya perilaku *prokrastinasi* akademik pada mahasiswa. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam bermain *game online* maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk berperilaku *prokrastinasi* akademik. Oleh karena itu, perlu adanya upaya yang dapat dilakukan untuk menekan tingginya perilaku *prokrastinasi* akademik mahasiswa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan mengurangi intensitas bermain *game online*.

Implikasi

Implikasi merupakan dampak atau akibat yang ditimbulkan dari hasil penelitian terhadap pihak-pihak tertentu. Mengacu pada hasil penelitian maka implikasinya adalah sebagai berikut :

1. Bagi Mahasiswa
 - a. Mahasiswa mendapatkan informasi mengenai dampak buruk dari tingginya intensitas bermain *game*

- online terhadap proses pembelajaran di kampus
- b. Mahasiswa memahami dampak negatif dari tingginya intensitas bermain game online terhadap munculnya perilaku prokrastinasi akademik
 - c. Mahasiswa mendapatkan informasi mengenai pentingnya mengurangi intensitas bermain game online untuk mengatasi prokrastinasi akademik.
2. Bagi Peneliti Lain
 - a. Peneliti selanjutnya mendapatkan bahan kajian yang relevan apabila akan mengkaji tentang intensitas bermain *game online* maupun perilaku prokrastinasi akademik.
 - b. Peneliti selanjutnya mendapatkan referensi yang tepat untuk menindaklanjuti temuan penelitian.

Saran

Berdasarkan simpulan dan implikasi yang sesuai dengan hasil penelitian, maka dapat diajukan beberapa saran kepada masing-masing pihak sebagai berikut:

1. Mahasiswa
Mahasiswa diharapkan dapat mengurangi intensitas bermain game online agar tidak berperilaku prokrastinasi akademik.
2. Peneliti Lain
Peneliti lain diharapkan dapat menindaklanjuti hasil penelitian dengan menemukan upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alderman, M. Kay. (2004). *Motivation for achievement*. London: Lawrence Erlbaum Associates
- Burka, JB & Yuen, LM. 2008. *Procrastination: Why You Do It, What To Do. About It Now*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Cambridge: Personality.

- Cowie. 1994. *Advanced Learner's Dictionary*. (4th ED). Britain: Oxford University Press.
- Cronbach, L., J. & Shapiro, K. 1983. *Designing Evaluations of Educational and Social Programs*. San Fransisco: Jossey-Bass Publishers.
- Ferrari, J.R., Johnson, J.L., & McCown, M.G. 1995. *Procrastination and task Avoidance*. London: Sage publication.
- Hair, J.F., et al. 2010. *Multivariate Data Analysis*. (7th edition). New Jersey : Pearson Education Inc.
- Hudley, Cynthia. (2008). *Academic Motivation and the Culture of School in Childhood and Adolescence*. New York: Oxford University Press
- Knaus, E. (1986). *Overcoming Procrastination*. New York: Institute for Rational-Emotive Therapy. Diambil dari <http://www.utulsa.edu/files/health-overcoming-procrastination>. Diakses pada tanggal 15 April 2016.
- Moh. Nazir. (2003). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Muhammad Nur Ghufron., (2003). Hubungan Kontrol Diri dan Persepsi Remaja terhadap Penerapan Disiplin Orang Tua dengan Prokrastinasi Akademik. (Thesis).
- Saifudin Azwar . (2007). *Penyusunan Skala Psikologi* . Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Santrock, J.W. 2009. *Adolescence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta : Erlangga.
- Schouwenburg, H. 1995. *Counseling The Procrastinator in Academic Settings*. Washington DC: American Psychological Association.
- Setiawan 2013 <https://keluarga.com/1403/kesehatan/dampak-negatif-game-online-ditinjau-dari-beberapa-segi>. Diakses pada tanggal 15 April 2016.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. (ed. Revisi v). Jakarta: Rineka Cipta.

Syaifuddin Azwar. (2009). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Young KS. 1999. *Internet addiction: A Handbook and Guide to evaluation and treatment*: Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.



GUSJIGANG

JURNAL KONSELING