

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan memiliki status sosial yang berbeda dari pelajar pada jenjang pendidikan sebelumnya. Kridalaksana (dalam Sari & Rahmawati, 2021) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar di suatu perguruan tinggi, baik itu akademi, sekolah tinggi, institut, maupun universitas. Sebagai peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi, mahasiswa memiliki tugas dan tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan siswa pada jenjang pendidikan sebelumnya. Secara fungsional, mahasiswa bertugas untuk menguasai kompetensi akademik melalui kemandirian belajar, keterlibatan dalam riset, serta penyelesaian tugas-tugas ilmiah secara sistematis (Sari & Rahmawati, 2021). Selain itu, mahasiswa berkewajiban untuk mengembangkan literasi kritis dan mengintegrasikan pengetahuan teoritis ke dalam praktik pemecahan masalah (Gunawan dkk., 2022). Tanggung jawab tersebut menuntut mahasiswa untuk mampu mengatur dan mengelola waktunya secara mandiri, baik dalam menyelesaikan tugas perkuliahan, mempersiapkan ujian, maupun menyeimbangkan antara kegiatan akademik dan kegiatan lain di luar akademik.

Pada era digital saat ini, mahasiswa semakin mudah terpapar berbagai bentuk hiburan berbasis teknologi, salah satunya adalah game online. Menurut Kim (2002), game online adalah permainan yang dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan melalui

jaringan komunikasi daring. Intensitas bermain game online yang tinggi, apabila tidak diimbangi dengan pengelolaan waktu yang baik, dapat berujung pada kecanduan yang merugikan berbagai aspek kehidupan penggunanya, termasuk aspek akademik (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2016). Salah satu platform game online yang tengah mengalami pertumbuhan popularitas sangat pesat, khususnya di kalangan mahasiswa, adalah Roblox.

Roblox adalah sebuah platform permainan online sekaligus sistem pembuatan game yang memungkinkan penggunanya untuk membuat, berbagi, dan memainkan berbagai permainan interaktif yang dibuat oleh pengguna lain (Smith et al., 2022; Johnson & Garcia, 2024). Secara empiris terbukti bahwa mahasiswa aktif, bukan hanya anak-anak, merupakan bagian nyata dari basis pengguna Roblox baik di tingkat global maupun di Indonesia, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian Grimonja dan Ardelia (2026) yang berhasil menghimpun 170 mahasiswa aktif pemain Roblox dari berbagai perguruan tinggi di Surabaya, serta data industri yang menunjukkan kelompok usia 17-24 tahun sebagai segmen pengguna Roblox dengan pertumbuhan tercepat. Dengan demikian, fenomena kecanduan game online pada kelompok usia mahasiswa yang bermain Roblox bukan sekadar asumsi, melainkan didukung bukti empiris. Kedua, Roblox memiliki karakteristik yang berbeda dari platform game online lainnya, yaitu sistem metaverse yang menciptakan dunia virtual yang luas dan terus berkembang, elemen sosialisasi yang kuat melalui fitur voice chat, party, dan event komunitas, sistem ekonomi virtual menggunakan mata uang Robux yang mendorong keterlibatan

berkelanjutan, konten yang selalu diperbarui sehingga selalu ada alasan bagi pemain untuk kembali bermain, serta aksesibilitas yang tinggi melalui berbagai perangkat mulai dari PC, tablet, hingga smartphone (Johnson & Garcia, 2024). Ketiga, keragaman map dan mode permainan dalam satu aplikasi, mulai dari obby yang menuntut kerja sama antar pemain, hingga map santai yang biasa digunakan untuk mengobrol dan berinteraksi santai dengan pengguna lain, menjadikan Roblox platform yang mengasyikkan sekaligus berpotensi adiktif bagi penggunanya (Faridah & Deng, 2024). Kombinasi antara bukti data keterlibatan mahasiswa yang terus tumbuh dan karakteristik platform yang berpotensi adiktif inilah yang menjadikan Roblox relevan untuk dikaji secara khusus dalam kaitannya dengan perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

Mahasiswa dituntut untuk memenuhi kewajiban akademik secara mandiri, sistematis, dan terlibat aktif dalam riset (Sari & Rahmawati, 2021). Hal ini memerlukan pengelolaan waktu yang efektif guna menyeimbangkan tugas dengan kebutuhan rekreasi (Ghufron & Risnawita, 2017). Namun, banyak mahasiswa justru memprioritaskan rekreasi dengan game online seperti *Roblox* karena memberikan *positive reinforcement* berupa kepuasan instan dan gagal untuk mengelola waktu. Berdasarkan *Law of Effect* dari Thorndike, perilaku yang menyenangkan cenderung diulang, sementara tugas akademik sering dianggap sebagai aktivitas yang kurang memuaskan. Rendahnya kemampuan manajemen waktu dan tingginya intensitas

bermain game ini berisiko memicu kecanduan (*gaming addiction*) serta perilaku penundaan tugas atau prokrastinasi akademik.

Ferrari dan Tibbet (2017) mengungkapkan bahwa prokrastinasi akademik adalah perilaku penundaan yang sengaja dilakukan dalam mengerjakan tugas formal yang berkaitan dengan akademik, seperti tugas sekolah atau kuliah, meskipun individu menyadari dampak negatif dari kebiasaan tersebut. Prokrastinasi akademik yang diungkapkan oleh Ferrari memiliki empat aspek, yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas. kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. serta melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan. Daripada mengerjakan tugas akademik yang diwajibkan, individu yang melakukan prokrastinasi lebih memilih untuk melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan, seperti bermain game online dengan intensitas tinggi yang dapat berpotensi membuat kecanduan.

Penelitian yang dilakukan Yulia (2025) di Universitas Negeri Padang menunjukkan bahwa tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa dalam menyelesaikan tugas perkuliahan berada pada kategori tinggi, dengan persentase rata-rata sebesar 61,62%. Rinciannya meliputi indikator penundaan memulai atau menyelesaikan tugas sebesar 66,16%, keterlambatan menyelesaikan tugas sebesar 63,34%, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual sebesar 59,72%, serta kecenderungan memilih aktivitas yang lebih menyenangkan daripada mengerjakan tugas sebesar 57,26%. Data

ini menunjukkan bahwa prokrastinasi akademik merupakan permasalahan yang nyata dan serius di kalangan mahasiswa Indonesia.

Hasil penelitian yang dilakukan Susanti (2025) menemukan bahwa mahasiswa masih memiliki tingkat keterlambatan akademik yang cukup tinggi. Dari 21 siswa yang diteliti, 33,3% berada dalam kategori sedang, 23,8% tinggi, dan 14,3% sangat tinggi. Selain itu, 67% siswa cenderung menunda tugas hingga tenggat waktu, 66,5% menunjukkan ketidaksesuaian antara niat mereka dan apa yang mereka lakukan, dan 69% merasa khawatir saat tenggat waktu semakin dekat.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada dua mahasiswa, subjek A memiliki persepsi tenggat waktu yang masih longgar, kelelahan fisik karena beban aktivitas praktikum, dan kecenderungan perfeksionisme menyebabkan A melakukan penundaan. Akibatnya, Subjek A mengalihkan waktu produktifnya untuk aktivitas non-akademik seperti bermain game dan mengakses media sosial. Subjek pun menyadari bahwa subjek kurang memiliki kemampuan manajemen waktu yang baik. Di sisi lain, subjek B menunjukkan indikasi prokrastinasi yang berdampak negatif pada prestasi akademik. Karena batas waktu tugas semakin dekat, subjek secara sadar menunda tugas untuk mendapatkan kepuasan jangka pendek, melalui game dan media sosial. B pun kurang yakin dengan kemampuannya sendiri dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosennya karena B memiliki persepsi bahwa tugas tersebut sulit dan akhirnya bertanya pada temannya Kelalaian untuk mengumpulkan tugas, menunjukkan efek negatif dari perilaku penundaan akut subjek B. Kelalaian ini pada akhirnya

menyebabkan ketidakhadiran dan mata kuliah tersebut harus diulang. Persepsi bahwa tenggat waktu masih longgar menyebabkan prokrastinasi akademik pada kedua subjek tersebut. Selanjutnya, pengalihan waktu ke aktivitas digital seperti bermain game dan scrolling sosial media untuk menjadi produktif menghasilkan prokrastinasi.

Semestinya, mahasiswa diharapkan dapat mengontrol diri, mengelola waktu, serta menyelesaikan tugas akademik dengan tepat waktu. Menurut Sandya dkk. (2021), bermain game online seharusnya hanyalah aktivitas hiburan yang tidak mengganggu kewajiban akademik dan tidak menjadi kecanduan. Diharapkan siswa memiliki kontrol diri sehingga intensitas bermain game online tidak berkembang menjadi kecanduan yang dapat menyebabkan penundaan tugas dan penurunan keterlibatan akademik. (Maulana dkk., 2022)

Berbagai faktor internal dan eksternal dapat memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Ferrari dan Tibbet (2017) menemukan beberapa komponen internal yang secara signifikan berperan dalam munculnya perilaku prokrastinasi pada orang. Pertama, rendahnya regulasi diri, yang berarti seseorang tidak dapat mengelola waktu, emosi, dan perilakunya dengan baik, sehingga mereka cenderung menunda tugas akademik. Kedua, rendahnya efikasi diri, yang berarti seseorang percaya bahwa mereka bisa menyelesaikan tugas yang diberikan, sehingga mereka tidak mau memulainya. Ketiga, perfeksionisme, adalah ketika seseorang menunda tugas karena mereka memiliki standar pencapaian yang sangat tinggi. Keempat, ketakutan akan

kegagalan, atau ketakutan akan kegagalan, adalah ketika seseorang cenderung menghindari tugas sekolah untuk menghindari penilaian negatif atas kinerjanya.

Ferrari (1995) juga menemukan faktor eksternal yang memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik. Faktor-faktor ini termasuk lingkungan sosial yang tidak baik, kurangnya dukungan dari keluarga dan teman sebaya, dan kurangnya pengawasan dari lingkungan akademik. Selain itu, kemajuan pesat dalam teknologi informasi telah menghasilkan elemen luar baru yang semakin penting, seperti kemampuan untuk menikmati hiburan digital kapan saja dan di mana saja. Game online adalah salah satu jenis hiburan digital yang paling banyak dimainkan oleh siswa. Penggunaan game online yang tidak terkendali dapat berkembang menjadi kecanduan game online, atau kecanduan game online, yang dapat mengganggu tanggung jawab akademik pada mahasiswa.

Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2016) mendefinisikan kecanduan game online sebagai penggunaan yang berlebihan terhadap game online yang mengakibatkan berbagai gejala negatif pada aspek kognitif, emosional, dan perilaku individu dengan tujuh komponen utama yaitu salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict, dan problem.

Kecanduan game online khususnya pada platform seperti Roblox, mendorong individu untuk terus mengulang perilaku bermain karena adanya *positive reinforcement* berupa kepuasan instan dan stimulasi emosi positif yang tidak diperoleh dari aktivitas akademik (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2016). Komponen *mood modification*

dalam kecanduan game menyebabkan mahasiswa cenderung menggunakan game online sebagai strategi pelarian dari tekanan dan ketidaknyamanan yang muncul ketika berhadapan dengan tuntutan tugas akademik, sehingga secara tidak langsung memicu perilaku prokrastinasi (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2016). Mahasiswa dengan tingkat kecanduan game yang tinggi terbukti cenderung mengabaikan tanggung jawab akademik mereka dan lebih memilih terus bermain, sehingga tugas-tugas yang seharusnya diselesaikan pun tertunda (Lee & Kim, 2021; Rahman et al., 2022). Dengan demikian, terbentuklah siklus yang sulit diputus yaitu kecanduan game online mendorong penghindaran terhadap tugas akademik, penghindaran tersebut memperkuat perilaku prokrastinasi dan prokrastinasi itu sendiri semakin memperburuk stres akademik yang pada akhirnya mendorong individu untuk kembali berlari ke dalam dunia game. Hal ini dibuktikan oleh korelasi positif yang signifikan antara intensitas bermain game online dengan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa (Rahmawati & Haryanto, 2022; Putri & Setiawan, 2021).

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk melihat hubungan antara kecanduan game online dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermain roblox.

2. Manfaat

a. Manfaat Teoritis

Manfaat yang diharapkan dengan adanya penelitian ini adalah memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami faktor-faktor yang

mempengaruhi perilaku kecanduan game online dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan lebih lanjut mengenai hubungan antara kecanduan game online dengan prokrastinasi akademik mahasiswa yang bermain roblox kepada pembaca.