
Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Prokrastinasi Peserta Didik

Julinda Siregar¹⁾

¹⁾Universitas Indraprasta PGRI, Jakarta

Email : yulindasiregar139@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis beberapa karya ilmiah yang disajikan di beberapa jurnal tentang: Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Perilaku Prokrastinasi Peserta Didik, Penelitian dilaksanakan mengingat betapa cepatnya perkembangan teknologi saat ini yang berdampak langsung terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik. Penelitian ini dilakukan dengan menggabungkan penelitian pustaka dan penelitian kualitatif. Penelitian ini mengidentifikasi dan mengkaji bagaimana dampak penggunaan media sosial yang dilakukan oleh peserta didik terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik tersebut. Sumber data dalam penelitian ini adalah peserta didik, mahasiswa, orangtua dan karya publikasi ilmiah dari berbagai jurnal ilmiah, Hasil analisis menunjukkan bahwa dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik terjadi karena ketika diberikan tugas oleh guru, siswa kurang tertarik dan kurang senang sehingga peserta didik menunda untuk mengerjakannya, peserta didik lebih banyak berselancar di media sosialnya, karena dengan menggunakan gadget nya peserta didik bisa menikmati banyak hal yang membuat dia senang seperti video yang menyajikan kehidupan banyak hal sekalipun itu tidak berhubungan dengan kebutuhan peserta didik dan yang jelas waktu untuk belajar menjadi kurang. Untuk mengatasi perilaku prokrastinasi perlu kompetensi guru dalam membangun model pembelajaran kelompok atau diskusi kelompok dengan pendampingan baik dari guru maupun orangtua. Guru memberikan tema yang akan dikerjakan oleh kelompok dengan petunjuk yang jelas. Ketika diskusi kelompok dilakukan di sekolah maka guru yang memberikan pendampingan, namun bila diskusi kelompok di rumah maka orangtua perlu diinformasikan melalui whatsapp grup wali peserta didik agar dapat memperhatikan peserta didik dalam diskusi kelompok, hal tersebut untuk mengurangi perilaku prokrastinasi pada diri peserta didik

Kata kunci: dampak media sosial; perilaku prokrastinasi, peserta didik

Abstract

This study aims to analyze several scholarly works presented in various journals concerning the Impact of Social Media Use on Students' Procrastination Behavior. The research was conducted in response to the rapid technological advancements that directly affect students' learning behaviors, particularly the tendency to procrastinate. The study employed a combination of literature review and qualitative research methods. It identified and examined how the use of social media by students influences their procrastination behavior. The data sources include students, university students, parents, and scientific publications from various academic journals. The findings indicate that procrastination behavior among students occurs when they are assigned tasks by teachers but show a lack of interest and motivation to complete them. Instead, students tend to spend more time browsing social media using their gadgets, engaging with various content that often does not relate to their academic needs, thereby reducing their study time. To address procrastination, it is essential for teachers to develop their competence in designing collaborative learning models, such as group discussions, with support from both teachers and parents. Teachers should provide clear instructions and themes for group assignments. When group discussions are conducted at school, the teacher acts as the facilitator; however, when discussions take place at home, parents should be informed through class WhatsApp groups so they can monitor and support their children's involvement in group work. This approach aims to reduce procrastination and improve students' academic engagement.

Keywords: Impact of social media, procrastination behavior, students

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi di era Society 5.0 telah membawa perubahan besar dalam perilaku manusia. Era ini ditandai dengan integrasi antara teknologi cerdas dan kehidupan manusia dalam rangka menciptakan masyarakat yang berpusat pada manusia (*human-centered society*) (Prasetyo & Sutopo, 2021). Salah satu bentuk transformasi

yang paling mencolok adalah penggunaan media sosial, yang kini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang tua. Media sosial telah menjadi alat utama dalam berkomunikasi karena sifatnya yang cepat, mudah, murah, dan efisien. Peserta didik memanfaatkan media sosial untuk berinteraksi dengan teman, guru, maupun keluarga. Pemberian informasi melalui aplikasi seperti WhatsApp, Telegram, atau Instagram lebih disukai dibandingkan bertatap muka langsung, karena dianggap praktis dan fleksibel. Namun, keberadaan media sosial tidak hanya membawa dampak positif, tetapi juga memunculkan berbagai tantangan, terutama dalam dunia pendidikan (Subarjo & Setianingsih, 2020).

Di satu sisi, media sosial dapat memberikan kontribusi positif terhadap pembelajaran. Peserta didik dapat dengan mudah mengakses berbagai sumber informasi, berdiskusi secara daring, atau mencari bantuan ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas (Syifa Fauzia et al., 2023). Pemanfaatan media sosial secara tepat dapat mendukung proses pembelajaran yang mandiri, fleksibel, dan adaptif terhadap kebutuhan zaman.

Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang berlebihan dan tanpa pengawasan dapat berdampak negatif terhadap perilaku dan kebiasaan belajar peserta didik. Peserta didik cenderung lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial dibandingkan belajar atau berinteraksi dengan keluarga. Konten-konten hiburan yang tidak relevan dengan kebutuhan akademik sering kali menyita perhatian dan mengalihkan fokus peserta didik dari tanggung jawabnya. Bahkan, banyak peserta didik yang cenderung mengandalkan media sosial untuk mencari jawaban secara instan, tanpa upaya berpikir kritis dan latihan mandiri dalam menyelesaikan tugas sekolah.

Kondisi ini, apabila dibiarkan berlarut-larut, dapat mengarah pada perilaku prokrastinasi akademik, yaitu kecenderungan menunda-nunda tugas sekolah yang semestinya diselesaikan tepat waktu. Prokrastinasi berdampak pada rendahnya kualitas belajar, menurunnya prestasi akademik, dan dalam jangka panjang dapat menyebabkan ketidaktuntasan dalam proses pembelajaran. Fenomena ini menjadi perhatian penting, mengingat peran media sosial yang semakin dominan dalam kehidupan peserta didik. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian yang mengkaji dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik, serta menggali faktor-faktor yang memengaruhi hubungan tersebut. Penelitian ini juga akan mengkaji sejauh mana peran guru dan orang tua dapat membantu mengurangi dampak negatif media sosial melalui strategi pembelajaran dan pengawasan yang tepat di era digital ini.

Untuk mengantisipasi munculnya perilaku prokrastinasi akademik dan mencegah dampak negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan, diperlukan keterlibatan aktif dari orang tua dan guru sebagai pihak yang paling dekat dengan peserta didik. Pendampingan dan perhatian yang konsisten dari kedua belah pihak sangat krusial dalam membentuk kebiasaan belajar yang positif. Guru memiliki peran dalam membangun pola pembelajaran yang bermakna, menyenangkan, dan menantang secara intelektual. Sementara itu, orang tua berfungsi sebagai kontrol utama dalam kehidupan domestik, termasuk dalam mengatur waktu belajar dan penggunaan gawai oleh anak

Pembatasan penggunaan media sosial secara bijak perlu dilakukan untuk menghindari kecanduan digital yang dapat menurunkan minat belajar peserta didik. Ketika penggunaan media sosial tidak dikontrol, peserta didik cenderung menjadi kurang antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, menunjukkan sikap malas, sering berbaring sambil bermain gadget, dan lambat dalam merespons perintah atau panggilan dari orang di sekitarnya. Bahkan dalam kondisi ekstrem, peserta didik dapat menunjukkan perilaku yang mengkhawatirkan seperti berbicara atau tertawa sendiri karena terlalu larut dalam permainan daring atau konsumsi konten digital yang berlebihan. Kondisi ini jika tidak segera ditangani dapat menurunkan kualitas hubungan sosial, kemampuan konsentrasi, dan tentunya berdampak pada penurunan prestasi belajar.

Dengan demikian, pengawasan terhadap penggunaan media sosial harus dilakukan secara holistik, tidak sekadar melarang, tetapi dengan membangun komunikasi terbuka dan kesadaran

akan dampak negatif yang mungkin timbul. Orang tua dan guru perlu menyusun kesepakatan bersama tentang durasi dan jenis konten yang layak diakses, serta memberikan alternatif kegiatan yang konstruktif seperti belajar kelompok, membaca buku, atau aktivitas fisik yang menyenangkan. Pendekatan ini dapat membantu peserta didik mengembangkan *self-regulation* dan disiplin belajar yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan dunia digital.

Media sosial dalam konteks pembelajaran dewasa ini telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan peserta didik. Sebagaimana dikemukakan oleh Sutianah dan Cucu (2022), penggunaan media sosial oleh peserta didik dalam proses belajar dapat membawa dampak positif maupun negatif terhadap prestasi belajar mereka. Di satu sisi, media sosial memungkinkan peserta didik untuk membangun komunikasi, memperluas jejaring sosial, serta mengikuti dinamika perkembangan informasi yang cepat di era globalisasi. Hal ini sejalan dengan pendapat Haliza dan Ramli (2017) yang menyatakan bahwa hidup dalam era teknologi maju memungkinkan akses informasi dan kolaborasi menjadi lebih cepat dan mudah, sehingga mendukung proses pembelajaran berbasis digital dan teknologi.

Prestasi belajar peserta didik sendiri merupakan hasil akhir yang diperoleh setelah melalui proses pembelajaran, baik dalam bentuk nilai, skor, maupun pencapaian kompetensi tertentu (D. (2020). Suryaningsih, 2020). Namun, kemudahan akses informasi melalui media sosial tidak selalu berbanding lurus dengan peningkatan prestasi. Masalah utama muncul ketika penggunaan media sosial tidak lagi terkontrol dan peserta didik menjadi lalai dalam mengelola waktu serta tanggung jawab akademiknya. Peserta didik yang terlalu fokus pada media sosial cenderung menunjukkan perilaku prokrastinasi, yaitu kebiasaan menunda-nunda tugas, bermalas-malasan, kurang semangat belajar, dan tidak menyelesaikan kewajiban akademik yang diberikan oleh guru.

Perilaku prokrastinasi yang dibiarkan secara terus-menerus tanpa adanya pengawasan dan pendampingan akan berdampak pada kegagalan akademik, menurunnya prestasi, bahkan ketidaktuntasan dalam proses pembelajaran secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi strategi atau pendekatan yang efektif dalam mengatasi dampak negatif dari penggunaan media sosial. Penelitian ini dilakukan sebagai upaya untuk mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh media sosial terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik, serta mencari solusi kolaboratif antara guru, orang tua, dan peserta didik sendiri dalam membangun pola belajar yang sehat dan produktif di era digital saat ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan mixed method sederhana, yaitu dengan menggabungkan penelitian pustaka (*library research*) dan penelitian kualitatif sebagai dasar dalam menggali dan menganalisis dampak penggunaan media sosial terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam baik dari segi teoritis (kajian literatur) maupun data empiris di lapangan. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali data langsung dari partisipan melalui penyebaran kuesioner terbuka (*quis*). Peneliti melibatkan 10 mahasiswa **serta** 3 orang tua peserta didik dari jenjang SD, SMP, dan SMA sebagai responden. Pemilihan responden ini dilakukan secara purposif untuk memperoleh ragam persepsi dan pengalaman terhadap dampak penggunaan media sosial dalam konteks akademik. Pertanyaan dalam kuesioner dirancang untuk mengungkap sejauh mana media sosial digunakan, jenis konten yang dikonsumsi, waktu penggunaan, serta bagaimana hal tersebut berdampak pada kebiasaan belajar dan perilaku prokrastinasi (Arikunto, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua sumber data, yakni data primer dari kuesioner terbuka (quis) yang disebarakan kepada 10 mahasiswa dan 3 orang tua peserta didik jenjang SD, SMP, dan SMA, serta data sekunder dari 37 sumber pustaka yang relevan. Data dianalisis secara kualitatif dengan pendekatan deskriptif dan analisis isi (*content analysis*).

a. Hasil Kuesioner

Responden mahasiswa memberikan informasi bahwa mereka rata-rata menggunakan media sosial lebih dari 3 jam per hari, dan 7 dari 10 mahasiswa menyatakan bahwa media sosial mengganggu konsentrasi saat mengerjakan tugas. Mahasiswa menyebutkan bahwa mereka lebih memilih mengakses konten hiburan seperti TikTok, Instagram, dan YouTube dibandingkan membaca materi kuliah atau mengerjakan tugas. Salah satu responden menyatakan:

“Saya kadang menunda tugas karena tergoda buka TikTok sebentar, eh jadi berjam-jam.”

Tiga orang tua dari peserta didik SD, SMP, dan SMA menyampaikan keprihatinan atas perubahan perilaku anak. Salah satu orang tua menyatakan:

“Anak saya kalau sudah main gadget, susah sekali disuruh belajar. Dipanggil tidak nyaut, kadang senyum-senyum sendiri lihat HP.”

Orang tua juga mengamati bahwa waktu belajar anak berkurang drastis, anak terlihat pasif di rumah, lebih sering rebahan sambil memainkan gadget, dan kurang menunjukkan semangat belajar.

b. Hasil Studi Pustaka

Dari 37 sumber pustaka yang dianalisis, peneliti menemukan adanya kesesuaian antara data lapangan dan teori. Beberapa poin penting yang muncul dari kajian pustaka adalah:

- Media sosial memiliki dua sisi pengaruh, yaitu positif dan negatif. Positif ketika digunakan untuk mendukung pembelajaran; negatif ketika digunakan berlebihan untuk hiburan atau tanpa tujuan akademik (Sutianah & Cucu, 2022)
- Prokrastinasi akademik adalah perilaku menunda-nunda penyelesaian tugas akademik secara sadar, yang erat kaitannya dengan rendahnya regulasi diri dan tingginya distraksi dari luar, termasuk media sosial (Steel, 2007; Zimmerman, 2000)
- Peserta didik cenderung mengalami penurunan fokus dan motivasi akibat konten media sosial yang memberikan stimulus kesenangan sesaat atau instant gratification (Syifa Fauzia et al., 2023)

Pembahasan

Media Sosial

Kajian pustaka menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi besar dalam mendukung kegiatan pembelajaran apabila dimanfaatkan secara positif dan terarah. Romadi (2016) menyatakan bahwa media sosial dapat menunjang pembelajaran dengan menjadi sumber belajar alternatif, sarana komunikasi antarpeserta didik, serta alat untuk meningkatkan kualitas interaksi pembelajaran. Media sosial memungkinkan terciptanya komunitas digital antarpeserta didik yang saling berbagi informasi, pengalaman, dan pengetahuan yang mendukung proses belajar. Partisipasi dalam komunitas digital ini tidak hanya meningkatkan keterlibatan aktif, tetapi juga memperkaya pengalaman belajar serta mendorong munculnya pengaruh positif terhadap kepercayaan diri dan motivasi akademik peserta didik.

Jenis media sosial yang dimanfaatkan dalam dunia pendidikan sangat beragam. Menurut Rafiq (2020), platform yang umum digunakan meliputi konten berbasis website seperti

Wikipedia dan Twitter; media visual seperti video, e-book, gambar, dan foto; hingga dunia virtual seperti game online dan jejaring sosial seperti Facebook. Platform ini menjadi medium interaktif yang memungkinkan peserta didik berkomunikasi, berdiskusi, serta berkolaborasi secara daring, baik secara individu maupun dalam grup belajar. Interaktivitas yang tinggi ini membuka ruang bagi proses belajar yang tidak terbatas oleh waktu dan tempat.

Lebih lanjut, Dzikri et al. (2024) menjelaskan bahwa dampak positif media sosial terhadap individu mencakup peningkatan kemampuan komunikasi, efisiensi dalam berbagi informasi, serta terbukanya peluang untuk dialog interaktif yang memperkuat proses pembelajaran. Dalam konteks prestasi belajar, media sosial dapat berperan sebagai alat bantu belajar yang memperkaya materi, meningkatkan semangat belajar, serta menumbuhkan partisipasi aktif peserta didik. Informasi yang melimpah dari media sosial memberi peserta didik rasa percaya diri untuk aktif dalam diskusi dan kegiatan kelas, yang pada akhirnya turut berkontribusi terhadap peningkatan prestasi akademik mereka.

Namun demikian, penggunaan media sosial yang tidak terkontrol juga dapat memicu dampak negatif. Dzikri et al. (2024) mencatat bahwa beberapa peserta didik mengalami penurunan kapasitas belajar di lingkungan umum, gangguan kesehatan, dan meningkatnya sikap apatis terhadap pembelajaran akibat penggunaan media sosial yang berlebihan. Fokus dan konsentrasi yang terganggu karena paparan konten hiburan secara terus-menerus dapat menyebabkan penurunan performa akademik. Dalam jangka panjang, hal ini berisiko menumbuhkan perilaku prokrastinasi yang berdampak pada ketidaktuntasan pembelajaran.

Media sosial merupakan produk dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang memungkinkan penyebaran informasi secara cepat dan mudah. Platform populer seperti *Instagram*, *YouTube*, *WhatsApp*, *Twitter*, dan *Google* telah menjadi sumber utama bagi peserta didik dalam memperoleh informasi (Sudiantini et al., 2023). Media sosial menghadirkan fitur interaktif yang memungkinkan penggunaanya berjejaring, berbagi informasi, bahkan membentuk komunitas digital.

Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial seperti TikTok lebih banyak diarahkan pada konsumsi konten hiburan seperti mukbang, *game Free Fire*, atau video harian yang tidak relevan dengan kebutuhan belajar, sehingga memicu perilaku prokrastinasi di kalangan peserta didik. Konten hiburan tersebut mengurangi kepatuhan terhadap waktu belajar dan memunculkan kebiasaan menunda tugas. Dalam menghadapi realitas ini, guru dituntut untuk mengadopsi strategi pembelajaran digital, memanfaatkan media sosial sebagai bagian dari proses belajar-mengajar yang interaktif dan responsif, bahkan dalam konteks pembelajaran jarak jauh (Prayogi, 2020). Selain itu, strategi pembelajaran berbasis kolaborasi dalam kelompok kecil juga perlu diterapkan, dengan pendampingan dari guru dan orang tua untuk menjaga fokus belajar peserta didik. Kesimpulannya, media sosial membawa dua sisi pengaruh: positif dan negatif. Secara positif, peserta didik terbantu dalam menemukan informasi dan membentuk komunitas belajar; namun secara negatif, media sosial juga dapat mendorong kecanduan digital, interaksi yang tidak mendidik, serta penurunan manajemen waktu, yang pada akhirnya memicu prokrastinasi akademik dan berdampak pada prestasi belajar serta tingkat kegagalan studi.

Dampak Media Sosial

Media sosial seperti TikTok memberikan dampak yang kompleks terhadap moral dan perilaku peserta didik, baik secara positif maupun negatif. Dari sisi positif, media sosial dapat menanamkan nilai-nilai moral, etika, memperkuat kepercayaan diri, serta meningkatkan kreativitas dan kemampuan menjalin relasi sosial, khususnya dengan teman-teman yang jauh. Namun, secara negatif, penggunaan media sosial yang berlebihan berdampak pada menurunnya moralitas, kegagalan menyelesaikan tugas, dan berkurangnya interaksi sosial di lingkungan keluarga. Peserta didik cenderung menunda kewajiban, lalai bermain, serta mengabaikan waktu berdiskusi dengan orang tua di rumah. A. Suryaningsih (2020) menyatakan bahwa media sosial membantu peserta didik dalam menyelesaikan tugas dengan cepat, tetapi juga bisa menyebabkan

kecanduan dan menyita waktu produktif. Temuan lain menunjukkan bahwa peserta didik kerap terjebak dalam budaya konsumtif, pamer, dan budaya "*copy-paste*", yang menyebabkan sikap antisosial dan gaya hidup boros (Yulianti & Agustang, 2022).

Selain itu, media sosial juga menjadi pemicu meningkatnya cyberbullying dan keinginan untuk meniru gaya hidup hedonis yang dipertontonkan di platform digital. Ayub (2022) menegaskan bahwa meskipun media sosial memberi banyak informasi dan jaringan, dampak negatif seperti keterasingan sosial dan gangguan kesehatan mental harus diwaspadai. Penggunaan media sosial secara berlebihan terbukti mengurangi kontrol diri, menyebabkan kecanduan digital, serta memperbesar potensi prokrastinasi, yakni kebiasaan menunda pekerjaan. Julinda Siregar & Afiatin Nisa (2025) menyoroti bahwa peserta didik yang terlalu fokus pada media sosial cenderung mengabaikan tugas akademik dan tanggung jawab keluarga. Hal ini juga berdampak pada penurunan karakter, seperti sikap kurang sopan, meniru bahasa kasar dari konten-konten di media sosial, dan penurunan motivasi belajar. Dengan demikian, meskipun media sosial memiliki potensi edukatif, ketergantungan dan penggunaan yang tidak terkontrol berkontribusi besar terhadap meningkatnya perilaku prokrastinasi dan penurunan prestasi peserta didik secara signifikan.

Perilaku Prokrastinasi

Prokrastinasi merupakan perilaku menunda-nunda pekerjaan yang bersifat kurang efektif, terutama dalam konteks peserta didik yang memiliki berbagai tugas akademik yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu. Ketidakmampuan mengelola waktu, kurangnya minat terhadap pelajaran, serta ketakutan akan kegagalan menjadi faktor utama munculnya perilaku ini (Sandra, 2013). Prokrastinasi tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga secara global. Di Amerika, sekitar 95% mahasiswa mengakui pernah menunda pekerjaan, dengan 70% di antaranya melakukannya secara konsisten (Kartadinata & Sia dalam Media, Sri & Mia, 2008). Maria Magdalena Duha (2021) juga menyatakan bahwa peserta didik yang menunjukkan kecenderungan menunda pekerjaan yang telah diberikan oleh guru tergolong dalam perilaku prokrastinasi. Secara umum, dari berbagai penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah penundaan penyelesaian tugas akademik oleh peserta didik yang lebih memilih untuk menggunakan waktunya berselancar di media sosial seperti Instagram, TikTok, YouTube, atau WhatsApp. Apabila perilaku ini tidak dikontrol dengan baik oleh guru maupun orang tua, maka akan berpotensi mengganggu keberhasilan peserta didik dalam proses pendidikan secara keseluruhan. Oleh sebab itu, perlu adanya strategi pembelajaran dan pengawasan yang lebih efektif guna meminimalisasi kecenderungan prokrastinasi ini.

Upaya Yang Dapat Dilakukan Untuk Mengatasi Dampak Media Sosial Terhadap Perilaku Prokrastinasi

Dampak media sosial terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik tidak dapat dibiarkan berlarut-larut karena berpengaruh langsung terhadap prestasi belajar mereka. Jika prestasi belajar menurun, maka masa depan peserta didik juga akan terancam. Menurut A. Suryaningsih (2020) peran aktif orang tua dan guru sangat dibutuhkan dalam mendampingi peserta didik untuk membatasi penggunaan media sosial. Peserta didik yang sangat aktif di media sosial sering menunjukkan gejala seperti kecanduan belanja daring, mengerjakan tugas dengan cara menyalin langsung dari internet, bermain game online secara berlebihan, dan sibuk berinteraksi dalam grup komunitas. Untuk itu, guru perlu lebih kompeten dalam merancang pembelajaran yang menarik dan bermakna, serta memberikan tema diskusi yang relevan dan instruksi tugas yang jelas agar peserta didik tidak mengalami kebingungan saat mengerjakan. Ketika pembelajaran berbasis diskusi kelompok dilaksanakan di sekolah, guru dapat memberikan bimbingan langsung; sementara jika diskusi dilakukan di rumah, maka diperlukan koordinasi antara guru mata pelajaran dengan wali kelas untuk menginformasikan kepada orang tua mengenai tugas kelompok, agar mereka turut mengawasi proses pembelajaran anak.

Model pembelajaran berbasis diskusi kelompok ini selaras dengan tujuan Profil Pelajar Pancasila (P7), khususnya dalam aspek penalaran kritis, kreativitas, kolaborasi, kemandirian, dan komunikasi. Namun, peserta didik sering kali tidak terkontrol dalam mencari informasi yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat perkembangan mereka. Oleh karena itu, guru harus memberikan petunjuk dan arahan agar peserta didik mengakses internet secara bijak, menyaring konten sesuai dengan nilai-nilai Pancasila, dan menghindari informasi yang tidak sesuai dengan usia atau yang bersifat merusak. Untuk membentuk perilaku belajar yang efektif dan berpikir kritis, guru perlu mengembangkan pembelajaran yang memicu keterlibatan aktif peserta didik sehingga mampu mengurangi perilaku prokrastinasi. Wiles & Bone (dalam Widodo, 2025) menegaskan bahwa pengembangan pribadi peserta didik menuntut model pembelajaran yang mendorong pengolahan informasi, membentuk perilaku melalui stimulus dan respons, serta membangun interaksi sosial melalui kelompok kecil. Selain itu, peserta didik juga perlu ditanamkan nilai optimisme agar tidak mudah menyerah dalam menghadapi kesulitan. Mereka harus diajarkan untuk melihat masalah sebagai peluang untuk mengasah keterampilan berpikir dan tumbuh menjadi pribadi yang positif. Seperti dikemukakan oleh Charles Swindoll (dalam Andri Hardiansyah, 2022) sikap optimis akan membentuk cara pandang peserta didik yang lebih konstruktif dalam menghadapi tantangan belajar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang menggabungkan observasi, wawancara, kuis, serta kajian pustaka dari 37 referensi, dapat disimpulkan bahwa media sosial memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku prokrastinasi peserta didik. Di satu sisi, media sosial memberikan manfaat positif seperti memperluas akses informasi, meningkatkan kreativitas, serta mendukung proses pembelajaran secara digital. Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang tidak terkontrol menyebabkan penurunan disiplin belajar, penundaan pengerjaan tugas, berkurangnya interaksi sosial di lingkungan keluarga, dan penurunan prestasi akademik. Perilaku prokrastinasi muncul akibat kecanduan terhadap media sosial yang menyebabkan peserta didik lebih fokus pada aktivitas online daripada menyelesaikan kewajiban belajarnya. Oleh karena itu, kolaborasi antara guru dan orang tua sangat dibutuhkan untuk mengawasi, membimbing, dan memberikan arahan yang tepat. Guru juga perlu terus meningkatkan kompetensi dalam pembelajaran berbasis digital agar media sosial dapat dimanfaatkan secara optimal dan edukatif. Dengan pengelolaan yang tepat, media sosial tidak hanya menjadi alat hiburan, tetapi juga sarana untuk meningkatkan motivasi, partisipasi, dan prestasi belajar peserta didik secara menyeluruh.

REFERENSI

- Andri Hardiansyah. (2022). *Psychological Capital: You are H.E.R.O.* Bukunesia.
- Arikunto, S. (2010). *Metode penelitian.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Ayub, M. (2022). Dampak sosial media terhadap interaksi sosial pada remaja: Kajian sistematis. *Jurnal Penelitian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1).
- Dzikri, M. R., Aisyah, S., & Mahfuzah, A. (2024). DAMPAK POSITIF DAN NEGATIF MEDIA SOSIAL TERHADAP PERILAKU SISWA MADRASAH IBTIDAIYAH. *DARRIS: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 7(2), 131–145.
- Haliza, M. , & Ramli, M. (2017). Teknologi Digital dan Implikasinya dalam Pendidikan Abad 21. . *Jurnal Teknologi Dan Pendidikan*, 5(1), 56–64.
- Julinda Siregar, & Afiatin Nisa. (2025). *Psikologi Pendidikan.* Unindra Press.
- Kartadinata, I., & Sia, T. (2008). I love you tomorrow: Prokrastinasi akademik dan manajemen waktu. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 23(2), 109–119.
- Maria Magdalena Duha. (2021). Pemanfaatan Jenis-jenis Tumbuhan Untuk Dijadikan Obat Konsumsi Keluarga. *KOMMAS. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1).

- Prasetyo, Y. T. , & Sutopo, W. (2021). Tantangan Pendidikan dalam Era Society 5.0: Inovasi dan Teknologi. . *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(2), 112–121.
- Prayogi, R. D. (2020). Kecakapan abad 21: Kompetensi digital pendidik masa depan. *Manajemen Pendidikan*, 14(2).
- Rafiq, A. (2020). Dampak media sosial terhadap perubahan sosial suatu masyarakat. *Global Komunika: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 3(1), 18–29.
- Romadi, A. (2016). Tips Produktif Ber-Social Media: Memanfaatkan Aneka Sosial Media Populer, Riset Sosial Media, Promosi Online. *PT Elex Media Komputindo*.
- Sandra, K. I. (2013). Manajemen waktu, efikasi-diri dan prokrastinasi. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3).
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65.
- Subarjo, & Setianingsih, I. (2020). Media Sosial dalam Perspektif Sosial dan Pendidikan. *Jurnal Komunikasi Dan Teknologi Pendidikan*, 2(1), 45–53.
- Sudiantini, D., Safitri, A., Alfia, A. P., & Pambudi, A. A. (2023). Pengaruh media sosial dalam prestasi pendidikan. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(5), 184–188.
- Suryaningsih, A. (2020a). Dampak media sosial terhadap prestasi belajar peserta didik. *Edusaintek: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 7(1), 1–10.
- Suryaningsih, A. (2020b). Dampak media sosial terhadap prestasi belajar peserta didik. *Edusaintek: Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi*, 7(1), 1–10.
- Suryaningsih, D. (2020). (2020). Hubungan Motivasi Belajar dan Prestasi Akademik Peserta Didik. . *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 14(2), 102–110.
- Sutianah, & Cucu, R. (2022). Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Prestasi Belajar Siswa. . *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Informasi*, 12(1), 88–95.
- Syifa Fauzia, R. , Nurhadi, R. , & Maulana, M. (2023). (2023). Pemanfaatan Media Sosial dalam Pembelajaran: Studi Kasus Peserta Didik SMA di Kota Bandung. *Jurnal Teknologi Dan Pendidikan Digital*, 11(1), 60–68.
- Widodo. (2025). *Landasan Pendidikan Modern (Teori dan Aplikasi)*. Media Edukasi Indonesia.
- Yulianti, A. A., & Agustang, A. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Siswa Di Smk Handayani Makassar. *Pinisi Journal Of Sociology Education Review*, 2(1), 29–34.
- Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Elsevier.