

**Pengaruh *Problematic Internet Use* Terhadap Prokrastinasi  
Akademik dan Kualitas Tidur Pada Pelajar**

**Risa Nur Amalia**

**15519608**

**ABSTRAK**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris pengaruh *problematic internet use* terhadap prokrastinasi akademik dan kualitas tidur pada pelajar. *Problematic internet use* dapat diukur dengan menggunakan dimensi sebagai skala *problematic internet use* yaitu *Preference for Online Social Interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficient self-regulation*, dan *negative outcomes*. Prokrastinasi akademik dapat diukur dengan aspek-aspek diantaranya kepercayaan diri, perhatian yang terdistraksi, faktor social, kemampuan manajemen waktu, rasa malas, dan inisiatif personal. Sedangkan kualitas tidur dapat diukur dengan menggunakan dimensi-dimensi yaitu kualitas tidur subjektif, masa laten tidur, durasi tidur, efisiensi kebiasaan tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi di siang hari. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik analisis regresi berganda. Pada penelitian menggunakan bantuan program Statistical Product and Service Solutions (SPSS) for windows versi 22.

Kata kunci: *Problematic internet use*, prokrastinasi akademik, kualitas tidur, siswa SMA.

(ix + 42)