Jurnal Penelitian Nusantara
Volume 1 ; Nomor 7 ; Juli 2025 ; Page 373-378
Doi : https://doi.org/10.59435/menulis.v1i7.553
Website : https://padangjurnal.web.id/index.php/menulis
E-ISSN : 3088-988X

Media Informasi Tentang Bahaya Prokrastinasi Pada Aktivitas Akademik

Siti Shahara[1], Fadlul Rahman[2], Aryoni Ananta[3]

[1] Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padangpanjang
[2] Desain Komunikasi Visual, Institut Seni Indonesia Padangpanjang
[1] sitisara0404@gmail.com, [2] fadlulrahman@gmail.com, [3]aryonianantа@isi-padangpanjang.co.id

Abstrak

Procrastination atau kebiasaan menunda tugas akademik merupakan perilaku yang umum dijumpai di kalangan mahasiswa, termasuk di Institut Seni Indonesia (ISI) Padangpanjang. Berdasarkan hasil observasi dan kuesioner yang disebarkan kepada 242 mahasiswa, sebanyak 74,4% mengaku sering melakukan procrastination. Sebagian besar dari mereka belum menyadari dampak jangka panjangnya terhadap pencapaian akademik, seperti penurunan kualitas tugas, peningkatan stres, dan gangguan kesehatan mental. Untuk memahami dan mengatasi fenomena ini, digunakan pendekxxatan teori audiovisual, yang menekankan pentingnya penyampaian pesan melalui perpaduan elemen visual dan suara guna meningkatkan efektivitas komunikasi, khususnya dalam konteks edukasi bagi mahasiswa.

Untuk mengatasi masalah procrastination di kalangan mahasiswa, dikembangkan media utama berupa video animasi edukatif 2D yang ditayangkan di YouTube**.** Animasi ini menampilkan karakter mahasiswa yang mengalami konflik internal akibat kebiasaan menunda tugas, serta kemunculan sosok "monster procrastination" sebagai simbol gangguan mental dan distraksi. Selain itu, media ini didukung oleh poster, booklet, dan konten media sosial guna memperluas jangkauan informasi. Pendekatan audiovisual yang komunikatif diharapkan mampu meningkatkan kesadaran serta mendorong perubahan perilaku akademik yang lebih produktif.

Kata Kunci: Prokrastinasi, Media Informasi, Aktivitas Akademik

PENDAHULUAN

Prokrastinasi akademik merupakan fenomena yang kerap ditemukan di kalangan mahasiswa dan menjadi salah satu faktor penyebab menurunnya produktivitas serta kualitas capaian akademik. Kebiasaan menunda-nunda tugas atau kewajiban akademik sering kali dipicu oleh berbagai faktor, seperti kurangnya manajemen waktu, tekanan psikologis, serta pengaruh lingkungan sosial dan budaya belajar (Steel, 2007; Ferrari et al., 1995). Studi observasional dan wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa kerap mengalihkan aktivitas akademik ke hal-hal yang lebih menyenangkan seperti bersosialisasi di kafe atau ruang publik yang nyaman, yang dapat memperkuat perilaku penundaan tugas (Senécal, Koestner, & Vallerand, 1995).

Aktivitas ini menciptakan ilusi produktivitas, di mana mahasiswa merasa sedang "belajar", padahal sejatinya mereka sedang menunda penyelesaian tugas utama. Selain observasi, wawancara dengan mahasiswa dan sesi konsultasi dengan psikolog kampus juga memperkuat temuan bahwa sebagian besar dari mereka mengalami konflik internal antara niat belajar dan dorongan untuk mencari kenyamanan sementara.

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut, penting adanya media informasi yang tidak hanya memberikan edukasi mengenai bahaya prokrastinasi akademik, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk memahami akar penyebab kebiasaan tersebut dari sisi psikologis maupun sosial. Media yang efektif dalam menyampaikan pesan edukatif perlu mempertimbangkan pendekatan visual dan audiovisual yang menarik, guna meningkatkan keterlibatan audiens dalam memahami konten yang disampaikan (Heinich et al., 2002).

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk merancang media informasi berupa animasi yang mengangkat fenomena prokrastinasi akademik dengan pendekatan observasional, wawancara, dan studi literatur, yang dikembangkan untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap bahaya penundaan akademik secara terus-menerus.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

METODE

Metode Pengumpulan Data

metode pengumpulan data yang digunakan menggabungkan pendekatan kualitatif dan kuantitatif (mixed methods). Tujuan dari penggunaan pendekatan ini adalah untuk mendapatkan data yang mendalam serta menyeluruh guna menunjang perancangan media informasi yang efektif dan komunikatif.

Tahap awal dimulai dengan observasi langsung di lingkungan Institut Seni Indonesia (ISI) Padangpanjang. Observasi dilakukan guna memahami kondisi nyata terkait aktivitas mahasiswa yang berhubungan dengan perilaku procrastination. Perancang mengamati secara langsung aktivitas akademik, fasilitas kampus seperti perpustakaan, serta kebiasaan mahasiswa dalam mengakses informasi dan menyelesaikan tugas-tugas mereka. Melalui observasi ini, perancang memperoleh gambaran kontekstual yang akurat mengenai lingkungan belajar mahasiswa dan faktor-faktor yang memengaruhi kebiasaan menunda tugas.

Selain observasi, perancang juga melakukan wawancara untuk mendapatkan data yang lebih mendalam dari narasumber yang berkompeten di bidangnya. Wawancara dilakukan dengan dosen psikologi persepsi, psikolog klinis, pustakawan, serta beberapa mahasiswa. Narasumber seperti Satria Efandi, S.Psi., M.Psi. dan Nerfri Anra Saputra, S.Psi.I., M.Pd. memberikan penjelasan bahwa procrastination bisa disebabkan oleh gangguan internal seperti ADHD, serta terbagi ke dalam gangguan aktif dan pasif. Sementara itu, pustakawan menyampaikan bahwa kebiasaan menunda tugas sering terjadi pada jenis tugas yang bersifat teori dan membutuhkan riset. Dari mahasiswa sendiri, diperoleh informasi bahwa mereka sering kali menunda tugas karena alasan seperti rasa malas, kesulitan berkonsentrasi, atau kehilangan motivasi.

Data kuantitatif diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 242 mahasiswa ISI Padangpanjang. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa sebanyak 74,4% mahasiswa mengaku sering melakukan procrastination, dan 68,6% tidak mengetahui secara pasti apa itu procrastination. Penyebab utama procrastination yang diakui responden adalah kesulitan dalam mengatur waktu, rasa malas, serta kebiasaan menunggu "mood" untuk mulai mengerjakan tugas. Selain itu, mayoritas responden menyatakan bahwa perilaku ini memberikan dampak negatif seperti stres, kualitas tugas yang menurun, bahkan hingga ke tahap gangguan kesehatan mental. Dalam hal media penyampaian informasi, 77,3% responden menyatakan bahwa animasi motion graphic merupakan media paling efektif untuk menyampaikan pesan edukatif tentang bahaya procrastination.

Metode Analisis Data

Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan 5W1H dan AIDA sebagai landasan konseptual untuk merancang media informasi yang strategis, komunikatif, dan tepat sasaran. Pendekatan ini dipilih guna mendukung tujuan penelitian dalam menyusun media edukatif berbasis visual mengenai bahaya academic procrastination di kalangan mahasiswa Institut Seni Indonesia (ISI) Padangpanjang.

Analisis pertama menggunakan kerangka 5W1H (What, Who, Where, When, Why, dan How) yang berfungsi untuk mengidentifikasi dan merumuskan elemen-elemen dasar dari media informasi yang akan dikembangkan. Elemen What merujuk pada substansi informasi yang akan disampaikan, yaitu edukasi mengenai bahaya procrastination dalam bentuk animasi motion graphic. Who mengacu pada target audiens utama, yakni mahasiswa ISI Padangpanjang yang berada pada rentang usia produktif akademik. Where menunjuk pada konteks distribusi media yang berfokus pada lingkungan akademik kampus. When menggambarkan waktu penyebaran media yang direncanakan secara berkelanjutan pasca-produksi. Why menjelaskan urgensi penciptaan media ini, yaitu rendahnya tingkat kesadaran mahasiswa terhadap dampak procrastination terhadap performa akademik. Sementara How menguraikan strategi penyampaian pesan melalui kombinasi media digital dan konvensional yang interaktif dan mudah diakses.

Selanjutnya, analisis menggunakan pendekatan AIDA (Attention, Interest, Desire, Action) digunakan untuk membangun strategi komunikasi visual yang efektif dalam desain media informasi. Tahap Attention bertujuan menarik perhatian audiens melalui penggunaan elemen visual yang atraktif dan relevan. Interest dikembangkan dengan menciptakan alur narasi yang menggambarkan kondisi nyata mahasiswa dalam menghadapi procrastination, sehingga membangun keterlibatan emosional audiens. Pada tahap Desire, konten dirancang untuk membangkitkan keinginan audiens untuk mengubah perilaku, dengan menampilkan dampak negatif procrastination secara eksplisit. Terakhir, tahap Action diarahkan untuk mendorong tindakan konkret dari audiens, seperti manajemen waktu yang lebih baik atau pencarian bantuan psikologis.

Analisis segmentasi audiens. Berdasarkan segmentasi geografis, fokus utama diarahkan pada mahasiswa ISI Padangpanjang sebagai lokasi penelitian dan distribusi media. Dari sisi demografis, audiens berada pada rentang usia 17 hingga 23 tahun, terdiri dari laki-laki dan perempuan yang aktif menjalani aktivitas akademik di tingkat pendidikan tinggi. Sementara itu, dari segi psikografis dan perilaku, mahasiswa yang menjadi target umumnya menunjukkan kecenderungan untuk menunda tugas, menyukai konten visual seperti animasi, dan aktif menggunakan media sosial seperti YouTube, Instagram, dan TikTok sebagai sumber utama informasi. Hasil kuesioner yang disebarkan kepada 242 mahasiswa mendukung segmentasi ini, di mana mayoritas responden memilih media animasi motion graphic sebagai bentuk informasi yang paling efektif, dan YouTube sebagai platform yang paling sering digunakan.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Strategi Audio Visual

Strategi visual yang digunakan meliputi pengembangan karakter ilustratif, gaya flat design, serta pemilihan warna yang memiliki makna psikologis untuk memperkuat suasana dan pesan yang ingin disampaikan. Karakter "Proki" sebagai representasi mahasiswa, dan "Kronoz" sebagai personifikasi monster procrastination, menjadi medium naratif visual yang efektif dalam menggambarkan konflik internal mahasiswa. Media utama berupa animasi motion graphic dipilih karena memiliki daya tarik visual yang tinggi dan mampu menyampaikan narasi secara dinamis. Media ini didukung oleh berbagai media tambahan seperti poster, booklet, digital book, konten media sosial, hingga merchandise edukatif untuk menjangkau audiens secara luas dan beragam.

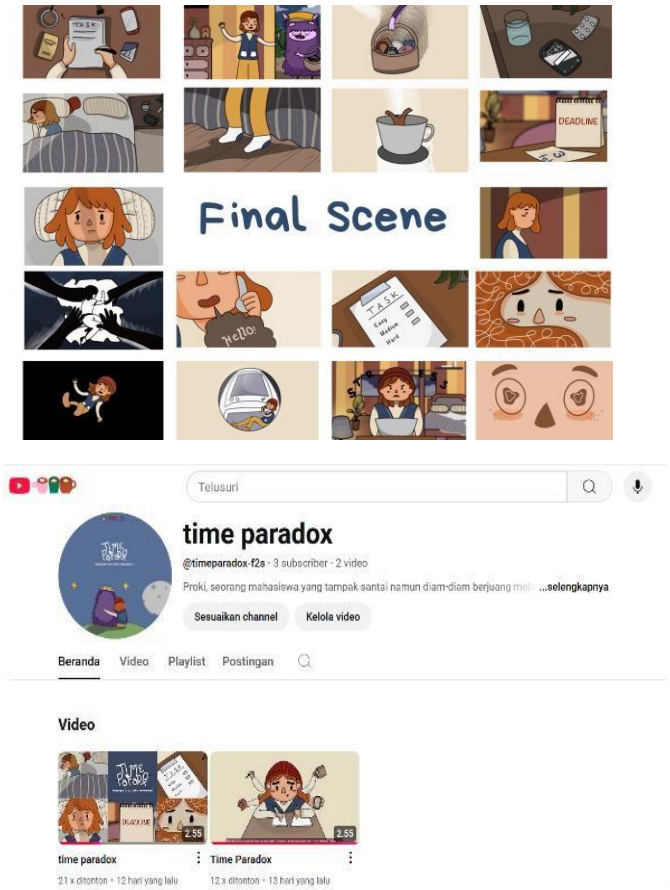
Dari sisi verbal, narasi yang digunakan disusun secara komunikatif, empatik, dan relevan dengan realitas mahasiswa. Dialog, alur cerita, hingga ajakan bertindak disampaikan dengan bahasa yang ringan namun sarat makna, bertujuan tidak hanya menginformasikan tetapi juga membangun kesadaran dan mendorong perubahan perilaku. Strategi verbal ini diterapkan secara konsisten di semua platform, mulai dari video animasi hingga digital book dan caption media sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil dari proses perancangan ini adalah terciptanya media informasi edukatif berbentuk animasi motion graphic dua dimensi (2D) yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap bahaya academic procrastination. Media ini ditampilkan melalui platform digital seperti YouTube dan didukung oleh media cetak serta media sosial sebagai saluran pendukung komunikasi visual.

a. Konten



Gambar 1. Konten Audio Visual

Dalam perancangan media informasi ini, YouTube dipilih sebagai media utama penyebaran konten animasi motion graphic. Pemilihan platform ini didasarkan pada hasil kuesioner yang menunjukkan bahwa sebesar 77,7% mahasiswa ISI Padangpanjang menggunakan YouTube sebagai salah satu sumber utama dalam mengakses informasi. Temuan ini

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

menegaskan bahwa YouTube memiliki daya jangkau yang luas dan relevansi tinggi di kalangan target audiens, khususnya generasi mahasiswa yang terbiasa mengonsumsi konten digital berbentuk visual dan audio.

b. Poster Edukatif

Gambar 2. Poster edukatif

Poster dirancang untuk menampilkan pesan visual secara ringkas dan langsung. Ditempatkan di area-area strategis kampus, poster menyampaikan kutipan singkat, ilustrasi karakter utama, serta ajakan untuk menonton video animasi utama. Tujuan poster adalah menarik perhatian dan memperkenalkan topik sebelum audiens mengakses media yang lebih kompleks.

c. Digital Book

Gambar 3. E book

Sebagai bagian dari media digital, e-book dikembangkan untuk menjangkau audiens yang lebih menyukai format bacaan digital. Isi dari digital book memuat pengembangan narasi dari konten animasi, dilengkapi dengan ilustrasi, kutipan wawancara, grafik hasil kuesioner, dan refleksi dari responden. Format ini dirancang agar dapat diunduh dan dibaca melalui perangkat seluler, tablet, maupun laptop.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

d. Merchandise

Gambar 3. Merchandise

Untuk memperkuat daya ingat visual dan keterlibatan emosional, dibuat juga merchandise seperti stiker karakter "Proki" (mahasiswa) dan "Kronoz" (monster procrastination), gantungan kunci, dan pin dengan desain visual yang relevan. Merchandise ini berfungsi sebagai media informal yang memperkuat brand kampanye dan membuat pesan lebih membekas dalam keseharian mahasiswa

KESIMPULAN

Kurangnya pemahaman mengenai dampak negatif dari kebiasaan menunda tugas menunjukkan bahwa isu ini perlu disampaikan melalui pendekatan edukatif yang menarik dan mudah dipahami. Media informasi ini dirancang untuk mengedukasi audiens mengenai bahaya procrastination serta pentingnya manajemen waktu sebagai langkah pencegahan terhadap perilaku self-destructive.

Strategi penyampaian informasi melalui pendekatan visual dan naratif terbukti cukup efektif dalam meningkatkan awareness audiens terhadap isu yang diangkat. Hal ini terlihat dari hasil observasi dan kuesioner yang menunjukkan respons positif, di mana sebagian besar responden merasa lebih memahami materi serta terdorong untuk memperbaiki kebiasaan belajar mereka.

Pelaksanaan media informasi Time Paradox dilakukan secara online, dengan video animasi edukatif 2D di YouTube sebagai media utama. Konten ini didukung oleh buku digital, poster, dan unggahan media sosial untuk menjangkau audiens yang lebih luas. Dengan konsep visual yang komunikatif dan gaya penyampaian yang dekat dengan keseharian mahasiswa, media informasi ini memiliki potensi besar untuk terus dikembangkan melalui kanal dan format yang lebih variatif agar pesan edukatifnya semakin kuat dan berdampak.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

DAFTAR PUSTAKA

Alex Sobur. (2006). *Analisis Teks Media; Suatu Pengantar untuk Analisis Wacana, Analisis Semiotik, dan Analisis Framing*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Anthropology), 4(1), 53.

Arifiana, I. Y. (2016). Penerimaan diri pada individu indigo. Persona: *Jurnal Psikologi Indonesia* 5(3),194–203.

Augia Gesya Dwi. (2017). *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Menggambar Ilustrasi Untuk Siswa Kelas Viii Di Smp N 2 Turi Sleman*. Yogyakrta: 802-812.

Betancourt, Michael. (2013). The history of motion graphics. Wildside press. Burka, Jane B & Lenora M. Yuen. (2008). *Procrastination Why You Do It, What To Do About It Now.* Da Capo Press: USA

Burns, L. R., Dittman, K., Nguyen, N., & Mitchelson, J. K. (2000). Academic procrastination, perfectionism, and control: Associations with vigilant and avoidant coping. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 35–46.

Cherry, K. (2020). *Color Psychology*: How Colors Impact Moods, Feelings, and Behaviors. Verywell Mind.

Curran, Steven. 2000. *Motion Graphics: Graphics Design For Broadcast And Film*. Amerika: Rockport

Elliot, A.J. & Maier, M.A. (2012). *Color-in-Context Theory. Advances in Experimental Social Psychology*, 45, 61–125.

Ferari, J.R., & Morales, J.F.D. (2007). Perceptions of self-concept and self- presentation by procrastinators: Further Evidence. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(1), 91-96.

Ferrari, J. R. & Tice, D. (2000). Procrastination as a Self Handicap for Men and Women; A Task Avoidance Strategy in a Laboratory Setting. *Journal of Research in Personality*, Vol. 34.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.