

ANALISIS DAMPAK TEKNOLOGI *ARTIFICIAL INTELLIGENCE* (AI) TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DI KALANGAN MAHASISWA

Sofiatul Khotimah¹, Atiek Sri Purwati², Viviana Mayasari³, dan Dian Isnawati⁴

email: sofiatul.khotimah@unsoed.ac.id¹, atiek.purwati@unsoed.ac.id²,

viviana.mayasari@unsoed.ac.id³ dian.isnawati@unsoed.ac.id⁴

Universitas Jenderal Soedirman

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa dampak teknologi *Artificial Intelligence* (AI) terhadap prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa pada *era Society 5.0*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei terhadap 116 mahasiswa aktif Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Jenderal Soedirman yang telah menggunakan *Artificial Intelligence* (AI) dalam kegiatan akademik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) (X1), persepsi dampak *Artificial Intelligence* (AI) (X2), dan tantangan serta peluang *Artificial Intelligence* (AI) di masa depan (X3) berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik (Y). Nilai R^2 sebesar 0,175 menunjukkan bahwa 17,5% variasi perilaku prokrastinasi dapat dijelaskan oleh ketiga variabel tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi ketergantungan mahasiswa terhadap *Artificial Intelligence* (AI), semakin tinggi pula kecenderungan menunda penyelesaian tugas. Temuan ini menegaskan bahwa *Artificial Intelligence* memiliki dampak ganda yaitu mampu meningkatkan efisiensi belajar, tetapi juga menurunkan regulasi diri dan motivasi intrinsik. Oleh karena itu, peningkatan literasi *Artificial Intelligence*, penguatan etika akademik, serta desain pembelajaran yang berorientasi pada proses sangat diperlukan untuk meminimalkan dampak negatif *Artificial Intelligence* terhadap perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa.

Kata Kunci: *Artificial Intelligence (AI), prokrastinasi akademik, mahasiswa, Society 5.0*

Abstract

This study aims to analyze the impact of Artificial Intelligence (AI) technology on academic procrastination among university students in the era of Society 5.0. This research employed a quantitative descriptive approach using a survey method involving 116 active students from the Faculty of Economics and Business, Universitas Jenderal Soedirman, who have utilized Artificial Intelligence (AI) in academic activities. The results reveal that AI utilization (X1), perceived Artificial Intelligence (AI) impact (X2), and future Artificial Intelligence (AI) challenges and opportunities (X3) have a positive and significant effect on academic procrastination (Y). The R^2 value of 0.175 indicates that 17.5% of the variance in academic procrastination can be explained by these three variables. The findings suggest that the higher the students' dependency on Artificial Intelligence (AI), the greater their tendency to delay academic tasks. This study highlights Artificial Intelligence (AI) dual impact while it enhances learning efficiency, it can also reduce self-regulation and intrinsic motivation. Therefore, strengthening Artificial Intelligence (AI) literacy, academic ethics, and process-oriented learning design is crucial to minimize Artificial Intelligence (AI) negative effects on students' procrastination behavior.

Keywords: *Artificial Intelligence, academic procrastination, university students, Society 5.0*

ISSN

2615-6784 (online)

PENDAHULUAN

Indonesia saat ini memasuki era *Society 5.0* yang ditandai dengan meningkatnya integrasi teknologi digital dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Deguchi et al. (2020) menyatakan bahwa *the basic schema of Society 5.0 is that data are collected from the “real world” and processed by computers, with the results being applied in the real world*. Konsep *Society 5.0* menekankan pemanfaatan teknologi berbasis data untuk menyelesaikan permasalahan sosial serta meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui integrasi dunia nyata dan dunia digital. Perkembangan tersebut turut memengaruhi sektor pendidikan, di mana transformasi digital mendorong perubahan metode pembelajaran, sumber belajar, serta pola interaksi antara pendidik dan peserta didik (Nastiti et al., 2020).

Salah satu teknologi yang berkembang pesat dalam era ini adalah *Artificial Intelligence* (AI). AI merupakan teknologi kecerdasan buatan yang dirancang untuk meniru kemampuan kognitif manusia dalam memahami informasi, menganalisis data, serta menghasilkan jawaban secara otomatis (Astini, 2022). Dalam bidang pendidikan, AI dimanfaatkan untuk mendukung efektivitas pembelajaran melalui analisis data, personalisasi materi, serta penyediaan bantuan akademik secara cepat dan efisien (Munir et al., 2025).

Pemanfaatan AI dalam pendidikan tinggi menunjukkan tren peningkatan yang signifikan. Survei yang dilakukan Tirto.id bekerja sama dengan Jakpat pada tahun 2024 menunjukkan bahwa mayoritas siswa dan mahasiswa telah menggunakan AI untuk membantu penyelesaian tugas akademik (Hartanto & Rohmah, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa AI telah menjadi bagian dari strategi belajar mahasiswa dalam

menghadapi tuntutan akademik di era digital.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan AI dapat memberikan dampak positif terhadap proses pembelajaran, seperti peningkatan kualitas karya tulis, efisiensi penyelesaian tugas, serta kreativitas mahasiswa (Salmi & Setiyanti, 2023). Namun demikian, pemanfaatan AI juga berpotensi menimbulkan dampak negatif, antara lain meningkatnya ketergantungan teknologi, penurunan motivasi belajar, serta risiko berkurangnya kemampuan berpikir kritis (Luthfiah et al., 2024). Kondisi tersebut berpotensi memunculkan perilaku prokrastinasi akademik apabila mahasiswa cenderung menunda peng交rajan tugas karena merasa terbantu oleh kemudahan teknologi.

Prokrastinasi akademik merupakan perilaku menunda peng交rajan tugas akademik secara sengaja meskipun individu menyadari adanya konsekuensi negatif dari penundaan tersebut (Jamila, 2020). Pada mahasiswa, perilaku ini sering dikaitkan dengan rendahnya manajemen waktu, kecenderungan menunda tugas, serta prioritas pada aktivitas lain yang dianggap lebih menyenangkan (Suhadianto & Pratitis, 2019). Prokrastinasi akademik dapat berdampak pada penurunan kualitas hasil belajar, keterlambatan penyelesaian tugas, serta rendahnya prestasi akademik (Nurazizah et al., 2024).

Meskipun AI berpotensi meningkatkan efektivitas pembelajaran, kemudahan akses teknologi tersebut juga dapat memperkuat perilaku prokrastinasi apabila tidak digunakan secara bijak. Penelitian mengenai manfaat AI dalam pendidikan telah banyak dilakukan, namun kajian yang secara khusus menyoroti hubungan antara penggunaan AI dan prokrastinasi akademik mahasiswa masih relatif terbatas. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih

mendalam untuk memahami bagaimana penggunaan teknologi kecerdasan buatan memengaruhi perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa pada era *Society 5.0*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan *Artificial Intelligence* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian pendidikan terkait integrasi teknologi AI dan perilaku belajar mahasiswa, serta menjadi dasar pertimbangan praktis bagi institusi pendidikan dalam merumuskan strategi pemanfaatan AI secara efektif dan bertanggung jawab.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-eksplanatori untuk menganalisis pengaruh penggunaan teknologi *Artificial Intelligence* (AI) terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengukuran fenomena secara objektif melalui data numerik yang selanjutnya dianalisis menggunakan teknik statistik inferensial. Sementara itu, desain deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik penggunaan AI dan tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa, sedangkan pendekatan eksplanatori diarahkan untuk menguji hubungan serta pengaruh antarvariabel yang diteliti. Penelitian deskriptif kuantitatif pada prinsipnya bertujuan menyajikan gambaran empiris yang sistematis, faktual, dan akurat mengenai fenomena berdasarkan data yang diperoleh dari responden (Sugiyono, 2022).

Data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif yang bersumber dari data primer. Data primer diperoleh secara langsung dari

responden melalui penyebaran kuesioner daring. Penggunaan kuesioner berbasis daring dipandang relevan dengan karakteristik responden mahasiswa yang telah terbiasa menggunakan teknologi digital dalam aktivitas akademik, sehingga diharapkan mampu meningkatkan efisiensi distribusi instrumen serta tingkat respons partisipan.

Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa aktif Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Jenderal Soedirman yang telah memanfaatkan teknologi AI dalam aktivitas akademik. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria responden meliputi mahasiswa yang pernah menggunakan teknologi AI dalam kegiatan akademik, seperti penyelesaian tugas, pencarian referensi, pengembangan ide, maupun pendukung proses pembelajaran. Berdasarkan kriteria tersebut, jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 116 responden.

Instrumen penelitian disusun dalam bentuk kuesioner daring menggunakan *Google Form* yang terdiri atas empat bagian utama, yaitu: (1) karakteristik demografis responden serta intensitas penggunaan teknologi AI, (2) skala prokrastinasi akademik mahasiswa, (3) persepsi responden terkait dampak penggunaan AI termasuk peluang dan tantangan pemanfaatannya di masa depan, serta (4) pertanyaan terbuka untuk memperoleh informasi kualitatif pendukung mengenai pengalaman dan pandangan responden terhadap penggunaan AI dalam aktivitas akademik.

Penelitian ini melibatkan dua kelompok variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen (X) mencakup intensitas penggunaan teknologi AI,

persepsi terhadap dampak penggunaan AI, serta pandangan mengenai peluang dan tantangan AI di masa depan. Variabel dependen (Y) adalah prokrastinasi akademik mahasiswa. Pemilihan variabel persepsi dampak penggunaan AI didasarkan pada kerangka teori penerimaan teknologi, khususnya *Technology Acceptance Model* (TAM), yang menekankan bahwa persepsi individu terhadap manfaat, kemudahan, serta risiko suatu teknologi berpengaruh terhadap pola penggunaan dan konsekuensi perilaku yang muncul.

Dalam konteks akademik, persepsi positif terhadap kemudahan teknologi berpotensi meningkatkan efisiensi belajar, namun pada saat yang sama juga dapat memicu ketergantungan yang berimplikasi pada kecenderungan penundaan tugas akademik. Oleh karena itu, analisis persepsi dampak AI dipandang penting untuk memahami hubungan antara penggunaan teknologi dan perilaku prokrastinasi mahasiswa secara lebih komprehensif.

Pengukuran variabel dilakukan menggunakan skala Likert lima tingkat, mulai dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Instrumen penelitian diadaptasi dari berbagai penelitian terdahulu yang relevan dengan konteks prokrastinasi akademik dan pemanfaatan teknologi AI dalam pembelajaran, kemudian disesuaikan dengan karakteristik responden dan tujuan penelitian. Proses adaptasi instrumen dilakukan untuk menjaga validitas konseptual sekaligus memastikan relevansi indikator terhadap fenomena yang diteliti.

Teknik analisis data dilakukan dalam dua tahap. Pertama, analisis statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan profil responden, tingkat penggunaan AI, persepsi dampak AI, serta tingkat prokrastinasi akademik

mahasiswa. Kedua, analisis regresi linear berganda digunakan untuk menguji pengaruh variabel independen terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Analisis regresi dipilih karena mampu menjelaskan hubungan simultan antarvariabel independen terhadap variabel dependen serta mengidentifikasi kontribusi masing-masing variabel. Seluruh proses pengolahan dan analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemanfaatan kecerdasan buatan (AI), persepsi dampak penggunaan AI, serta tantangan dan peluang AI di masa depan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25.

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item instrumen penelitian dinyatakan valid dengan nilai koefisien korelasi berkisar antara 0,292 hingga 0,856, yang lebih tinggi dibandingkan nilai r_{tabel} sebesar 0,181. Selanjutnya, uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* pada masing-masing variabel berada pada rentang 0,865–0,888, sehingga seluruh instrumen dinyatakan reliabel.

Uji yang selanjutnya dilakukan adalah uji normalitas dengan shapiro wilk karena sampel berada di bawah 200. Hasil uji tersaji dalam Tabel 1, di bawah ini:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

		Statistic	df	Sig.
Pemanfaatan AI (X ₁)	.985	116	.217	
Persepsi Dampak AI (X ₂)	.967	116	.006	
Tantangan & Peluang AI di	.967	116	.006	

Masa Depan (X ₁)			
Prokrastinasi Akademik (X ₂)	.968	116	.007
Sumber : diolah oleh Peneliti, (2026)			

Hasil uji di atas menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena hasil signifikansi lebih dari 0,005. Selain itu hasil penelitian ini juga menunjukkan tidak terjadi multikolinieritas, dibuktikan dengan Tabel 2, di bawah ini:

Tabel 2. Uji Multikolinieritas

Model	Toleranc	VIP
Pemanfaatan		
AI (X ₁)	0,765	0,1307
Persepsi Dampak		
AI (X ₂)		0,1307
Tantangan &		
Peluang AI		
di Masa Depan (X ₃)	0,765	0,1307

Sumber : diolah oleh Peneliti, (2026)

Berdasarkan hasil pengujian multikolinieritas, diketahui bahwa seluruh variabel independen, yaitu Pemanfaatan Artificial Intelligence (X₁), Persepsi Dampak Artificial Intelligence (X₂), serta Tantangan dan Peluang Artificial Intelligence di Masa Depan (X₃), memiliki nilai *Tolerance* sebesar 0,765 dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar 1,307. Nilai VIF tersebut berada jauh di bawah batas kritis 10, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat permasalahan multikolinieritas dalam model regresi yang digunakan. Selain itu, nilai *Tolerance* yang relatif tinggi menunjukkan bahwa masing-masing variabel independen mampu menjelaskan variasi variabel dependen secara mandiri tanpa adanya korelasi linear yang kuat antarvariabel bebas.

Selanjutnya, pengujian asumsi klasik dilanjutkan dengan uji heteroskedastisitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi

pada seluruh variabel independen adalah sebesar 1,000, yang lebih besar dari tingkat signifikansi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa model regresi dalam penelitian ini tidak mengalami gejala heteroskedastisitas, sehingga memenuhi salah satu syarat kelayakan penggunaan analisis regresi linier. Dengan demikian, model regresi memenuhi syarat untuk dilakukan pengujian lanjutan.

Hasil analisis regresi linier berganda menghasilkan persamaan sebagai berikut:

$$Y = 4,291 + 0,126X_1 + 0,479X_2 + 0,479X_3$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan AI (X₁), persepsi dampak penggunaan AI (X₂), serta tantangan dan peluang AI di masa depan (X₃) berpengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa (Y). Variabel X₂ dan X₃ memiliki koefisien regresi yang lebih besar dibandingkan X₁ dengan nilai 0,479, yang mengindikasikan bahwa persepsi terhadap dampak AI serta kesiapan menghadapi tantangan dan peluang AI di masa depan memberikan kontribusi yang lebih kuat terhadap peningkatan prokrastinasi akademik.

Hasil uji selanjutnya adalah uji F menunjukkan nilai F sebesar 11,953 dengan tingkat signifikansi 0,000. Temuan ini mengindikasikan bahwa model regresi secara simultan signifikan, sehingga variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini secara bersama-sama berpengaruh terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa.

Selanjutnya, hasil uji koefisien determinasi (R^2) menunjukkan nilai sebesar 0,175. Hal ini berarti bahwa sebesar 17,5% variasi prokrastinasi akademik mahasiswa dapat dijelaskan oleh pemanfaatan AI, persepsi dampak penggunaan AI, serta tantangan dan peluang AI di masa depan, sedangkan

sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar model penelitian.

B. Pembahasan

a. Pengaruh Pemanfaatan Kecerdasan Buatan (AI) terhadap Prokrastinasi Akademik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan AI berpengaruh positif dan signifikan terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Temuan ini mengindikasikan bahwa intensitas penggunaan AI yang semakin tinggi cenderung diikuti peningkatan kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik. Secara konseptual, kemudahan akses informasi dan kemampuan AI dalam membantu penyelesaian tugas dapat menciptakan persepsi efisiensi waktu yang berlebihan, sehingga mahasiswa merasa memiliki kelonggaran waktu untuk menunda pekerjaan akademik.

Namun demikian, hasil angket terbuka menunjukkan adanya variasi pola penggunaan AI. Sebagian mahasiswa menyatakan bahwa AI digunakan sebagai alat bantu awal untuk memahami konsep sebelum mengembangkan ide secara mandiri. Sebaliknya, sebagian responden lain mengakui menggunakan AI sebagai solusi instan, misalnya langsung meminta AI menyusun kerangka atau jawaban tugas tanpa proses refleksi yang memadai. Perbedaan pola penggunaan ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan AI tidak selalu identik dengan prokrastinasi, tetapi sangat dipengaruhi oleh cara mahasiswa memanfaatkan teknologi tersebut.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dari Mukhtar et al. (2025) serta Abbas, Jam, dan Khan (2024) yang menunjukkan bahwa penggunaan AI tanpa regulasi diri yang memadai dapat meningkatkan kecenderungan prokrastinasi akademik karena mahasiswa

mengandalkan teknologi sebagai substitusi usaha belajar.

b. Pengaruh Persepsi Dampak Penggunaan AI Terhadap Prakrastinasi Akademik

Variabel persepsi dampak penggunaan AI menunjukkan kontribusi relatif paling kuat terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa cara mahasiswa memaknai keberadaan AI lebih menentukan perilaku belajar dibandingkan sekadar frekuensi penggunaannya. Persepsi positif yang tidak disertai kesadaran kritis dapat menimbulkan ilusi efisiensi, yaitu keyakinan bahwa tugas akademik dapat diselesaikan dengan cepat melalui bantuan AI.

Hasil *responses* terbuka menunjukkan dua kecenderungan utama. Kelompok pertama memandang AI sebagai alat reflektif yang membantu eksplorasi ide, klarifikasi konsep, serta peningkatan kualitas tulisan. Mahasiswa dalam kelompok ini cenderung tetap mempertahankan kontrol terhadap proses belajar dan menggunakan AI secara selektif.

Sebaliknya, kelompok kedua menunjukkan kecenderungan ketergantungan yang lebih tinggi. Beberapa responden menyatakan bahwa keberadaan AI membuat mereka merasa lebih santai dalam mengatur waktu pengerjaan tugas karena yakin AI dapat membantu menyelesaikan tugas dalam waktu singkat. Persepsi tersebut berpotensi memicu penundaan pengerjaan tugas serta menurunkan keterlibatan kognitif mahasiswa dalam proses pembelajaran.

Temuan ini memperkuat penelitian dari Abbas, Jam, dan Khan (2024) bahwa persepsi terhadap teknologi merupakan faktor psikologis penting yang memengaruhi perilaku akademik,

terutama dalam konteks penggunaan teknologi berbasis kecerdasan buatan.

c. Pengaruh Tantangan dan Peluang AI di Masa Depan Terhadap Prokrastinasi Akademik

Variabel tantangan dan peluang AI di masa depan juga menunjukkan pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Hal ini mengindikasikan bahwa ekspektasi mahasiswa terhadap perkembangan AI turut membentuk perilaku belajar mereka. Harapan terhadap kemudahan teknologi di masa depan dapat menciptakan persepsi bahwa tugas akademik akan semakin mudah diselesaikan, sehingga memicu kecenderungan penundaan.

Respons mahasiswa menunjukkan ambivalensi terhadap perkembangan AI. Sebagian mahasiswa melihat AI sebagai peluang peningkatan efisiensi belajar dan kreativitas akademik. Namun, sebagian lainnya mengkhawatirkan potensi ketergantungan teknologi serta menurunnya motivasi belajar mandiri. Ambivalensi ini menunjukkan bahwa kesiapan literasi digital dan regulasi diri menjadi faktor penting dalam meminimalkan dampak negatif penggunaan AI.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Wang, Cui, dan Yuan (2025) yang menekankan adanya dampak ganda AI dalam pendidikan, yaitu sebagai peluang peningkatan literasi dan efisiensi, sekaligus sebagai tantangan yang berpotensi meningkatkan prokrastinasi apabila tidak diimbangi dengan regulasi diri yang baik.

d. Implikasi Praktis dan Teoretis

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan AI dalam pendidikan memiliki karakter dualistik, yaitu sebagai peluang

peningkatan efektivitas pembelajaran sekaligus potensi risiko terhadap prokrastinasi akademik. Persepsi mahasiswa terhadap AI terbukti menjadi faktor dominan yang memengaruhi kecenderungan prokrastinasi, sehingga pendekatan edukatif yang menekankan literasi AI dan regulasi diri menjadi penting.

Secara praktis, institusi pendidikan perlu merancang strategi pembelajaran yang tidak hanya memanfaatkan AI sebagai alat bantu, tetapi juga mendorong refleksi kritis, integritas akademik, serta kemandirian belajar mahasiswa. Secara teoretis, penelitian ini memperkaya kajian prokrastinasi akademik dengan memasukkan variabel persepsi teknologi AI sebagai faktor psikososial yang relevan dalam konteks pendidikan di era Society 5.0.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) (X_1), persepsi mahasiswa terhadap dampak penggunaan AI (X_2), serta pandangan mengenai tantangan dan peluang AI di masa depan (X_3) secara statistik berpengaruh positif terhadap tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa (Y). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas pemanfaatan AI dan semakin positif persepsi mahasiswa terhadap teknologi tersebut, maka kecenderungan penundaan dalam penyelesaian tugas akademik juga cenderung meningkat. Namun demikian, besarnya kontribusi variabel-variabel tersebut relatif terbatas, yang mengindikasikan bahwa prokrastinasi akademik juga dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian, seperti regulasi diri, motivasi belajar, manajemen waktu, serta kondisi lingkungan akademik.

Secara konseptual, temuan ini menegaskan bahwa kehadiran AI dalam pembelajaran pada era *Society 5.0* memiliki karakter ambivalen. Di satu sisi, AI mampu meningkatkan efisiensi belajar, mempercepat akses informasi, dan mendukung proses akademik mahasiswa. Di sisi lain, kemudahan tersebut berpotensi menimbulkan ketergantungan teknologi yang dapat memperkuat kecenderungan prokrastinasi apabila tidak disertai kemampuan regulasi diri yang memadai. Oleh karena itu, pemanfaatan AI dalam pendidikan perlu ditempatkan secara proporsional melalui pendekatan pedagogis yang terarah serta kebijakan institusi yang adaptif.

Secara praktis, pendidik dapat menerapkan beberapa strategi konkret untuk membantu mahasiswa mengelola penggunaan AI secara lebih sehat dan produktif. Pertama, **penerapan pembelajaran berbasis proses (process-oriented learning)**, misalnya melalui penugasan bertahap, refleksi tertulis, atau log penggunaan AI, sehingga mahasiswa tidak hanya berfokus pada hasil akhir tetapi juga pada proses berpikir dan pembelajaran. Kedua, **integrasi metode metakognitif**, seperti refleksi penggunaan teknologi atau diskusi kritis tentang hasil keluaran AI, untuk mendorong kesadaran mahasiswa terhadap batasan dan potensi bias teknologi. Ketiga, penerapan **time-structured assignment**, yaitu pemberian tenggat waktu bertahap dan monitoring progres tugas, yang terbukti membantu mengurangi kecenderungan penundaan akademik. Strategi tersebut dapat membantu mahasiswa memanfaatkan AI sebagai alat pendukung, bukan sebagai substitusi proses belajar.

Dari sisi kebijakan institusi pendidikan, diperlukan pendekatan yang lebih sistematis dalam mengintegrasikan AI ke dalam ekosistem pembelajaran. Institusi dapat menyusun **pedoman etika**

penggunaan AI akademik, mengembangkan program **literasi AI dan digital self-regulation**, serta merancang kurikulum yang menekankan kompetensi berpikir kritis, kreativitas, dan integritas akademik. Selain itu, pelatihan bagi dosen terkait desain pembelajaran adaptif berbasis AI juga menjadi penting agar pemanfaatan teknologi tidak sekadar bersifat instrumental, tetapi mampu mendukung pembelajaran bermakna tanpa meningkatkan ketergantungan mahasiswa terhadap teknologi.

Adapun dari sisi pengembangan penelitian selanjutnya, disarankan untuk memperluas cakupan populasi penelitian agar tidak terbatas pada satu fakultas atau institusi tertentu. Penelitian dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai fakultas, universitas, atau bahkan lintas wilayah diharapkan dapat meningkatkan keterwakilan temuan serta memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dinamika penggunaan AI dan prokrastinasi akademik di lingkungan pendidikan tinggi. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel tambahan, seperti regulasi diri, motivasi intrinsik, literasi digital, serta faktor psikologis lainnya yang berpotensi memoderasi hubungan antara penggunaan AI dan prokrastinasi akademik.

Dengan demikian, integrasi AI dalam pendidikan tinggi perlu diarahkan tidak hanya pada aspek efisiensi teknologi, tetapi juga pada penguatan kapasitas kognitif, metakognitif, dan karakter belajar mahasiswa agar pemanfaatan teknologi tetap mendukung kualitas pembelajaran secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abbas, F., Jam, M. & Khan, N. 2024. 'AI usage and student procrastination behavior: The dualedged sword of learning technology', *Journal of*

- Educational Psychology and Technology*, 12(2), pp. 55–70.
- Astini, N.K.S. 2022. Pemanfaatan Artificial Intelligence dalam pembelajaran di era digital', *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Teknologi Pembelajaran*, 9(1), pp. 45–56.
- Deguchi, A., Hirai, C., Matsuoka, H., Nakano, T. & Oshima, K. 2020. *Society 5.0: A people-centric super-smart society*. Singapore: Springer Nature.
- Hartanto, A.Y. & Rohmah, F.N. 2024. *Makin marak siswa pakai AI untuk mengerjakan tugas*. Tirto.id.
- Jamila. 2020. Prokrastinasi akademik mahasiswa ditinjau dari regulasi diri', *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 6(1), pp. 22–30.
- Luthfiah, A., Salminawati & Dahlan, R. 2024. Pengaruh penggunaan Artificial Intelligence terhadap integritas akademik mahasiswa', *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Digital*, 5(2), pp. 98–110.
- Mukhtar, S., Rahmadani, A. & Yusuf, F. 2025. Dependensi terhadap AI dan perilaku prokrastinasi akademik mahasiswa', *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 11(1), pp. 65–78.
- Nastiti, A.S., Wicaksono, B. & Nugroho, A. 2020. Era Society 5.0 dan dampaknya terhadap berbagai bidang kehidupan', *Jurnal Sosial Humaniora dan Teknologi*, 4(3), pp. 155–166.
- Nurazizah, N., Apsari, N. & Santoso, T. 2024. Faktor-faktor penyebab prokrastinasi akademik pada mahasiswa di era digital', *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling Indonesia*, 8(2), pp. 120–133.
- Salmi, N. & Setiyanti, R. 2023. Pemanfaatan ChatGPT dalam meningkatkan kualitas dan kreativitas mahasiswa', *Jurnal Inovasi Pembelajaran Digital*, 3(1), pp. 33–47.
- Sugiyono. 2022. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Wang, H., Cui, J. & Yuan, L. 2025. Artificial Intelligence in education: Opportunities, challenges, and procrastination behavior among learners', *Computers in Human Behavior Reports*, 14