

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

World Health Organization (WHO) mendeklarasikan telah terjadi pandemi *Coronavirus Disease* (COVID-19) yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) pada tanggal 11 Maret 2020. Virus ini muncul pertama kali dari negara China yang berasal dari kota Wuhan yang diketahui bahwa virus ini ditularkan dari manusia ke manusia yang di prediksi melalui droplet yang keluar dan kontak erat dengan pasien COVID-19. Pada tanggal 12 Maret 2020, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 ini sebagai pandemik, hal ini dikarenakan virus ini sudah menyebar lebih dari 190 negara di dunia (Sulisworo, Fatimah & Susilo, 2020). Virus COVID-19 ini muncul pertama kali di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 dan terkonfirmasi pada dua orang yang berasal dari daerah Jawa Barat. Dalam kurun waktu sebulan virus ini sudah menyebar ke 34 Provinsi yang ada di Indonesia. Hingga tanggal 5 Maret 2021 menurut data Covid.go.id, sudah tercatat sebanyak 1.361.098 kasus konfirmasi di Indonesia.

Salah satu implikasi dari kondisi pandemi tersebut, adalah sistem pembelajaran bergeser ke metode daring. Moore, Dickson-Deane, & Galyean (dalam Firman & Rahayu, 2020) menjelaskan bahwa pembelajaran *online* atau Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) adalah suatu aktivitas pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas dan kemampuan untuk menciptakan suatu interaksi pembelajaran dengan cara yang lain. PJJ ini dilakukan secara *online* menggunakan jaringan internet sehingga terciptanya interaksi antara dosen dan mahasiswa dalam melakukan aktivitas pembelajaran tetapi tidak bertatap muka satu sama lain. Dosen dapat memanfaatkan media dan teknologi agar dapat terciptanya aktivitas pembelajaran dengan baik. Terdapat berbagai media pembelajaran yang dapat digunakan dalam melaksanakan pembelajaran jarak jauh ini. Menurut data hasil survei Perhimpunan untuk Pendidikan dan Guru Indonesia (P2GI), aplikasi yang sering

digunakan yaitu media sosial seperti Whatsapp, Facebook, Line, dan Instagram, Google Classroom, Zoom Meeting, Google Meet, E-Learning Sekolah, Rumah Belajar, Microsoft Teams, dan lain-lain. Aplikasi-aplikasi yang digunakan ini juga harus didukung dengan penggunaan teknologi seperti menggunakan *handphone*, *tablet*, komputer, laptop, dan sebagainya. Selama PJJ berlangsung, maka para mahasiswa akan terus berhubungan dengan internet. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melakukan survei pengguna internet di Indonesia periode 2019-kurtal II 2020 didapatkan hasil bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia menyentuh 73,7% dari populasi atau sama dengan 196.7000.000 pengguna internet. Jamalul Izza selaku ketua umum APJII, menjelaskan bahwa akibat pembelajaran online merupakan salah satu faktor kenaikan jumlah penggunaan internet.

Salah satu tantangan dalam pelaksanaan PJJ adalah rendahnya kontrol terhadap aktivitas belajar siswa. Mahasiswa dapat menyalahgunakan waktu saat aktivitas PJJ ini berlangsung dengan membuka Instagram, bermain game *online*, dan sebagainya yang tidak ada kaitannya dengan aktivitas pembelajaran dan *e-learning* atau aplikasi pendukung PJJ lainnya dibuka hanya untuk absen saja (Fabrizza & Unisbank.ac.id, 2020). Menurut survei yang dilakukan oleh Anam & Pratomo (2019) pada 30 mahasiswa, diketahui semua subjek mahasiswa pernah bermain *handphone* ketika sedang melakukan aktivitas pembelajaran di kelas untuk membuka yang tidak ada kaitannya dengan pembelajaran. Selain itu Wang, Chen, & Liang (dalam Anam & Pratomo, 2019) menemukan dalam penelitiannya bahwa sebesar 64% mahasiswa mengakses media sosial ketika sedang berada di dalam kelas. Yaşar & Yurdugül (2013) yang menemukan bahwa ternyata mahasiswa mengakses internet yang tidak ada kaitannya dengan pembelajaran seperti mengakses Facebook, Twitter, *game online*, bertukar pesan dan mengakses internet lainnya yang tidak ada kaitannya dengan pelajaran saat jam pembelajaran. Perilaku ini bisa disebut juga dengan perilaku *cyberloafing*.

Perilaku *cyberloafing* yaitu mengakses internet di waktu perkuliahan untuk mengakses hal-hal yang tidak berhubungan dengan akademik (Akbulut dkk., 2016). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lavoie dan Pychyl (dalam Anam & Pratomo, 2019) mengatakan bahwa perilaku *cyberloafing* ini sudah menjadi bagian dari para mahasiswa. Mahasiswa akan melakukan perilaku *cyberloafing* disaat mahasiswa

sudah tidak dapat fokus pada materi pelajaran yang disampaikan oleh dosen. Menurut Doorn (2011) mengatakan alasan individu melakukan perilaku *cyberloafing* diantaranya karena ingin, mengembangkan diri, memulihkan diri melakukan perilaku yang menyimpang, dan melakukan hal yang menyenangkan dan menyebabkan kecanduan. Bentuk-bentuk perilaku *cyberloafing* seperti aktivitas *emailing*, *chatting* dengan orang lain, melihat postingan atau aktivitas lain di media sosial, mengunjungi situs perbelanjaan *online*, membagikan kondisi terkini, membahas isu-isu yang sedang ramai diperbincangkan, mengakses *music* atau *video* secara *online*, dan bermain *game online* (Akbulut, Dursun, Donmez, & Sahin, 2016). Mahasiswa cenderung menjelajahi sesuatu yang lebih disenangi didalam internet (Blanchard & Henle dalam Putri & Sokang, 2017).

Perilaku *cyberloafing* ini memiliki dua sudut pandang dalam penggunaannya yaitu secara positif dan negatif. Dalam dampak yang positif, *cyberloafing* ini bisa menjadi salah satu hal yang dilakukan dalam mengatasi stress belajar dan mengatasinya menghabiskan sumber daya emosional. Stres yang terjadi tidak pandang waktunya apakah berpengaruh di dalam kelas ataupun di luar kelas. Stres akademik pada mahasiswa menyebabkan mereka membutuhkan penenang dari rasa tidak nyaman yaitu *coping*. *Coping* yang dilakukan mahasiswa salah satunya yaitu dengan menggunakan *handphone* (Ismiati, 2015). Menggunakan *handphone* di luar kebutuhan kuliah ini juga termasuk dalam *coping* tersebut sehingga disimpulkan bahwa mahasiswa di Indonesia melakukan *cyberloafing* yaitu sebagai jalan untuk menangani stress yang dialami. Hobfoll (2001) menyarankan bahwa penting bagi siswa untuk beristirahat sejenak setelah membebani aktivitas pembelajaran, seperti tugas yang kompleks atau kelas yang panjang. Dari perspektif itu, perilaku *cyberloafing* yang moderat, di luar waktu kelas yang dijadwalkan, dapat menjadi pereda stres yang efektif dan benar-benar meningkatkan pembelajaran siswa ketika mereka kembali belajar setelah perilaku *cyberloafing*. Namun, jika mahasiswa menghabiskan terlalu banyak waktu dan perhatiannya sepenuhnya di perilaku *cyberloafing*, maka yang akan didapatkan adalah hal yang sebaliknya atau dampak negatif yang ditimbulkan dalam melakukan perilaku *cyberloafing*. Perilaku *cyberloafing* ini pengaksesan internet pada saat jam pelajaran sedang dilaksakana yang memang tidak ada kaitannya dengan

pelajaran atau instruksi sebelumnya dari dosen seperti membuka sosial media, game online, bertukar pesan, atau lain sebagainya (Anam & Pratomo, 2019).

Karena perilaku *cyberloafing* ini merupakan aktivitas yang dimana mahasiswa mengalihkan perhatian dari aktivitas belajar pada saat kelas sedang berlangsung (Gerow, Galluch & Thatcher, 2010) maka dampak negatif akan berhubungan dengan akademik pada mahasiswa. Beberapa penelitian telah melihat dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku *cyberloafing* ini. Menurut Fitriyani, Fauzi, & Sari (2020) telah menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan, secara umum, menyebabkan berkurangnya keterlibatan siswa dan kelelahan belajar, serta gejala depresi, yang pada gilirannya menurunkan kinerja akademik. Selain itu menurut Ravizza, Hambrick, & Fenn (2014) menyatakan bahwa dampak negatif perilaku *cyberloafing* yaitu dapat menurunkan performa belajar pada mahasiswa tersebut. Perilaku *cyberloafing* terlalu lama juga dapat merusak akademis pada mahasiswa serta kesejahteraan mahasiswa secara keseluruhan (Meier, Rinecke, & Meltzer, 2016). Lalu pada jangka panjang yang akan ditimbulkan dari perilaku *cyberloafing* ini yaitu dapat akan beresiko untuk menimbulkan *smartphone addiction* pada mahasiswa (Gökçearslan, Mumcu, Haslaman, & Cevik, 2016)

Hal ini berarti bahwa perilaku *cyberloafing* yang berlebihan oleh siswa secara negatif baik secara akademik maupun secara kondisi psikologis. Kemungkinan terburuk adalah mahasiswa akan mengabaikan sepenuhnya terhadap materi kuliah di kelas pada saat jam perkuliahan sehingga atau mahasiswa tidak memperhatikan materi yang disampaikan baik dari dosen ataupun teman kelompok yang sedang presentasi dan justru akan menyebabkan capaian belajarnya akan menurun. Jika dikaitkan dengan kondisi sekarang yaitu saat PJJ saat ini yang dimana mahasiswa akan selalu terhubung dengan internet selama proses pembelajarannya dan diketahui bahwa tidak adanya kontrol secara langsung dan satu persatu karena terhambatnya oleh jarak, maka tidak adanya jaminan mahasiswa akan memperhatikan materi pada saat pembelajaran sedang berlangsung (Firman & Rahayu, 2020). Maka mahasiswa akan cenderung terdistraksi saat pembelajaran dan akan melakukan pengaksesan internet yang tidak ada kaitannya dengan pembelajaran atau perilaku *cyberloafing* (Pambudi dkk., 2020)

Perilaku *cyberloafing* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor individual, faktor organisasi, dan faktor situasional (Ozler & Polat, 2012) dan *self-regulation*

(Prasad, Lim, & Chen, 2010). Maka dalam melakukan PJJ ini kemampuan individu mahasiswa untuk dapat terlibat dalam kegiatan pembelajaran secara mandiri dan aktif ini diperlukan. Mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri, karena sifat pengaturan PJJ mempromosikan pembelajaran mandiri. Menurut Barnard-brak, Lan, & Paton, (2010), *self-regulated learning* dalam PJJ merupakan perilaku realisasi dari keinginan mahasiswa untuk mencapai pembelajaran yang diinginkannya

Pada saat mahasiswa melaksanakan PJJ ini, kemampuan *self-regulated learning* sangatlah dibutuhkan karena setiap mahasiswa cenderung memiliki banyak fleksibilitas yang bisa dimanfaatkan sebagai sesuatu yang positif maupun negatif sehingga diperlukannya strategi belajar yang tepat (Dewi, Lubis, & Wahidah, 2020). Fleksibilitas waktu yang dimanfaatkan secara negatif ini bisa dilakukan untuk melakukan perilaku *cyberloafing*, karena mahasiswa cenderung menjelajahi sesuatu yang lebih disenangi didalam internet (Blanchard & Henle dalam Putri & Sokang, 2017) atau memilih untuk lebih mengalihkan sesuatu ke yang lebih menyenangkan atau kepuasan yang bersifat sementara (Doorn, 2011) yaitu perilaku *cyberloafing*. Ketika mahasiswa terlibat dalam perilaku *cyberloafing*, kemungkinan besar itu disebabkan oleh ketidakmampuan mereka untuk mengatur sumber daya perhatian mereka terhadap tugas-tugas yang relevan (Prasad dkk., 2010)

Jika mahasiswa memiliki *self-regulated learning* yang baik maka mereka akan bertanggung jawab untuk meregulasi dirinya, lingkungan belajarnya, mengontrol lingkungan disekitarnya untuk membatasi distraksi yang dapat mengganggu kegiatan belajarnya (Zimmerman, 1989) dan dapat menekan untuk tidak melakukan perilaku *cyberloafing*. Begitupun sebaliknya, jika mahasiswa tidak memiliki *self-regulated learning* yang baik, maka mahasiswa akan dengan mudah untuk terdistraksi dan tidak dapat mengatur sumber daya perhatiannya untuk melakukan perilaku *cyberloafing*.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukannya bahwa terdapat hubungan antara *self-regulation* dengan perilaku *cyberloafing*. Walaupun *self-efficacy* juga berhubungan, namun tingginya *self-efficacy*, perilaku *cyberloafing* tidak akan berkurang, karena bergantung pada *self-regulation* individu. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Nastasia, (2018) bahwa *self-regulation* berpengaruh terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa pascasarjana. Penelitian lain dilakukan oleh Simanjuntak dkk., (2019) yang mengemukakan bahwa SRL

berpengaruh sebesar 18% terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa di kelas dimana mereka melakukan hal tersebut karena kebutuhan untuk berkomunikasi dengan teman lain.

Penelitian ini akan dilakukan mahasiswa, karena dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Jatmika, Sudarji, & Argitha, (2017) menyatakan bahwa mahasiswa pada universitas "X" memiliki *self-regulated learning* dalam kategori yang rendah. Selain itu Harahap & Harahap, (2020) juga melakukan penelitian yang menunjukkan bahwa dari 240 mahasiswa, 71,7% menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki *self-regulated learning* dengan kategori sedang pada masa PJJ ini. Hal ini menunjukkan bahwa para mahasiswa harus memiliki *self-regulated learning* yang baik pada diri individu. Berdasarkan hasil survei APJII bahwa Jakarta menyumbang pengguna internet sebesar 85%. Salah satu perguruan tinggi yang ada di Jakarta yaitu Universitas Negeri Jakarta.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Penelitian sebelumnya lebih berfokus pada regulasi diri, dan penelitian lainnya dilakukan sebelum masa pandemi COVID-19. Sementara penelitian ini dilakukan pada konteks PJJ dan berfokus pada regulasi diri dalam belajar. Dengan pelaksanaan PJJ ini, terdapat kemungkinan bahwa mahasiswa lebih sering terdistraksi pada hal-hal yang menyenangkan dan bersifat sementara, dan tidak adanya kontrol secara langsung dari pengajar atau dosen. Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pengaruh *self-regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat pembelajaran jarak jauh (PJJ).

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *self-regulated learning* yang terjadi pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)?
2. Bagaimana gambaran perilaku *cyberloafing* yang terjadi pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)?

3. Bagaimana pengaruh *self-regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah diatas, maka penelitian ini dibatasi pada masalah pengaruh *self-regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat pembelajaran jarak jauh (PJJ).

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini apakah terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat pembelajaran jarak jauh (PJJ).

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini apakah terdapat pengaruh *self-regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta saat pembelajaran jarak jauh (PJJ).

1.6 Manfaat penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kontribusi keilmuan dalam bidang psikologi pendidikan, psikologi sosial dan memperkaya hasil penelitian mengenai perilaku *cyberloafing* dan *self-regulated learning*.

1.6.2 Manfaat Praktis

Terhadap mahasiswa untuk pentingnya meningkatkan *self-regulated learning* dalam melaksanakan pembelajaran dan untuk tidak melakukan tindakan perilaku *cyberloafing* selama pembelajaran berlangsung.