

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pemerintah Indonesia telah berupaya mencegah penyebaran Covid-19 dengan menerapkan beberapa kebijakan. Langkah awal pemerintah untuk mencegah penyebaran virus ini adalah dengan menerapkan kebijakan *social distancing* dan *physical distancing*. *Social distancing* merupakan pengurangan intensitas serta jumlah aktivitas di luar rumah dan interaksi dengan orang lain dengan tujuan untuk mengurangi kontak secara langsung. Sementara *physical distancing* dilakukan dengan menjaga jarak sekitar 1,5 meter dengan orang lain apabila sedang berada di tempat umum (Jelita & Aslamawati, 2020). Melalui kebijakan *physical distancing* dan *social distancing* ini pemerintah telah berusaha untuk mencegah penyebaran Covid-19 dengan membatasi aktivitas masyarakat.

Kebijakan *social distancing* dan *physical distancing* dituangkan pemerintah dengan menerapkan peraturan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Peraturan PSBB ini diatur dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2020. Kebijakan ini menyebabkan penutupan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan yang melibatkan pertemuan massal, pembatasan kegiatan sosial dan budaya, serta pembatasan kegiatan pada fasilitas atau tempat umum (Suraya *et al.*, 2020).

Sutomo *et al.* (2021) menilai meskipun kebijakan PSBB telah diterapkan, namun penyebaran kasus Covid-19 masih belum bisa ditekan. Jumlah kasus aktif akibat Covid-19 semakin mengalami peningkatan dalam periode kebijakan PSBB ini (Suraya *et al.*, 2020). Peningkatan kasus Covid-19 yang terjadi selama periode PSBB ini membuat efektivitas kebijakan PSBB dipertanyakan. Peningkatan kasus Covid-19 pada periode PSBB dapat disebabkan masih tingginya mobilitas harian yang terjadi. Hal ini sejalan dengan laporan yang diberikan oleh Departemen Transportasi Provinsi DKI Jakarta yang menjelaskan bahwa angka kendaraan

yang memasuki Jakarta dari Jawa Barat dan Banten masih tinggi pada periode kedua kebijakan PSBB diterapkan (Rahmawati, 2020).

Pada 11 Januari 2021 pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan lanjutan yaitu Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat atau yang disingkat PPKM (Hanina *et al.*, 2021). Kebijakan PPKM diatur dalam *Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 01 Tahun 2021*. Melalui kebijakan PPKM aktivitas masyarakat pada berbagai sektor menjadi terbatas, termasuk aktivitas pada sektor pendidikan.

Kebijakan PPKM mengharuskan kegiatan belajar mengajar juga harus dilakukan secara daring di rumah. Pada pembelajaran daring selama pandemi, setiap elemen pendidikan dituntut untuk tetap mampu memfasilitasi pembelajaran agar tetap aktif. Guru dan peserta didik selaku elemen utama dalam pendidikan formal dipacu untuk melakukan adaptasi dengan pelaksanaan pembelajaran yang semula menggunakan metode tatap muka konvensional dan beralih ke pembelajaran daring (Setyorini, 2020).

Meskipun pemerintah telah berusaha menetapkan kebijakan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) sebagai sistem pembelajaran alternatif selama pandemi (Abidin *et al.*, 2020), namun ternyata kebijakan tersebut tidak luput dari berbagai kendala yang dialami oleh peserta didik, guru, bahkan orang tua peserta didik (Hutami, 2021). Kendala yang terjadi selama kebijakan PJJ ini dapat menyebabkan pembelajaran menjadi kurang efektif.

Beberapa hal yang menjadi kendala PJJ adalah sinyal internet dan perangkat yang kurang memadai, sehingga membuat para peserta didik tidak dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik (Adi *et al.*, 2021). Hutami (2021) juga menjelaskan bahwa keterbatasan kemampuan guru, terutama guru senior, dalam penguasaan IPTEK menyebabkan pembelajaran menjadi terkendala, sehingga peserta didik sulit menyerap ilmu.

Penerapan sistem PJJ juga memberikan dampak psikologis pada peserta didik. Sistem PJJ menyebabkan berkurangnya interaksi secara langsung para peserta didik dengan teman sebaya dan menjadi lebih sering menggunakan gawai

sebagai alat komunikasi dan mengalami kecanduan internet (Adittyanto *et al.*, 2021; Darmawan, 2020). Peserta didik yang dipaksa untuk berdiam diri di rumah dalam jangka waktu lama cenderung rentan mengalami masalah kesehatan mental seperti stres dan gangguan kecemasan (Sharp & Theiler, 2018).

Kebijakan PPKM juga sering dilanggar selama penerapannya. Penyebab masih terdapatnya kasus pelanggaran PPKM ini disebabkan kurangnya instrumen penegakan hukum (Saputra, 2021). Banyaknya pelanggaran yang terjadi membuat beberapa lonjakan kasus aktif Covid-19, seperti pada bulan Juli 2021 dan November 2022 (CNN Indoneisa, 2022; Farisa, 2022).

Pelanggaran kebijakan PPKM juga dilakukan oleh mahasiswa. Selama kebijakan PPKM diterapkan ternyata mahasiswa masih melakukan aktivitas di luar rumah hanya untuk bertemu dengan teman kampusnya tanpa ada kepentingan yang mendesak (Rochimah, 2020). Ironisnya mahasiswa menjadi pelanggar yang mendominasi pelanggaran kebijakan PPKM ini (Avirisda, 2021). Pelanggaran ini sangat disayangkan karena seharusnya dengan diterapkannya sistem PJJ mahasiswa sudah dapat berkontribusi untuk mencegah penyebaran Covid-19.

Kebijakan PPKM tidak hanya dilanggar oleh masyarakat, namun juga ditolak melalui aksi unjuk rasa. Kasus unjuk rasa ini banyak dilakukan oleh mahasiswa-mahasiswa di berbagai daerah Indonesia (Dimas, 2021; Iskandar, 2021; Patty, 2021; Tim detikcom, 2021; Wahono, 2021). Mahasiswa melakukan aksi penolakan kebijakan PPKM ini karena menilai kebijakan PPKM hanya menyengsarakan masyarakat, terutama dalam perekonomian.

Tuntutan mahasiswa saat melakukan penolakan kebijakan PPKM ini sering berlawanan dengan tujuan pemerintah dan khalayak, seperti tuntutan untuk melakukan *new normal* tanpa melakukan vaksinasi terlebih dahulu (Iskandar, 2021). Iskandar (2021) juga menyampaikan bahwa penolakan kebijakan PPKM yang dilakukan oleh para mahasiswa tersebut juga tidak jarang berlangsung ricuh dan melanggar protokol kesehatan, sehingga para aparat kepolisian harus turun tangan untuk membubarkan aksi unjuk rasa tersebut.

Aksi pelanggaran dan penolakan kebijakan PPKM yang dilakukan mahasiswa seolah mengindikasikan bahwa mahasiswa tidak menjalankan peran dan fungsinya yang melekat dalam kehidupan bermasyarakat. Istichomaharani & Habibah (2016) menjelaskan bahwa dalam hidup bermasyarakat mahasiswa memiliki tiga peran penting yaitu sebagai *agent of change*, *social control*, dan *iron stock*.

Mahasiswa sebagai *agent of change* harus memiliki visi untuk kehidupan yang lebih baik untuk dirinya sendiri dan orang lain. Mahasiswa sebagai *social control* dituntut untuk lebih peka terhadap lingkungan sekitar dan segala permasalahannya. Sedangkan mahasiswa sebagai *iron stock* dianggap sebagai aset masa depan bangsa yang berkarakter serta dapat mengambil keputusan dengan cepat dan tepat. Mahasiswa yang menyandang peran sebagai *agent of change*, *social control*, dan *iron stock* diharapkan dapat lebih kritis, peka, dan dapat mengambil keputusan yang tepat (Rochanah, 2020).

Keberhasilan kebijakan PPKM dalam mencegah penyebaran Covid-19 sangat ditentukan oleh kepatuhan masyarakat, termasuk mahasiswa, yang menjalani kebijakan tersebut. Menurut Gibson (2018), kepatuhan merupakan perubahan perilaku yang dihasilkan dari perintah otoritas. Widiyani *et al.* (2022) menemukan bahwa faktor-faktor yang mendasari kepatuhan mahasiswa terhadap protokol kesehatan meliputi kemampuan fisik, pengetahuan, ketersediaan peralatan, sarana dan prasarana, dukungan sosial dari keluarga dan orang-orang disekitarnya, dukungan dari kebijakan dan peraturan pemerintah atau otoritas kampus, motivasi berupa kesadaran, niat dan rasa tanggung jawab.

Hasil penelitian Hakim (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa telah berusaha mematuhi beberapa protokol kesehatan yang diterapkan oleh pemerintah seperti memakai masker dan mencuci tangan, namun kepatuhan mahasiswa untuk tidak berjabat tangan atau melakukan interaksi secara langsung masih rendah. Mahasiswa juga masih sering terpaksa melanggar kebijakan PPKM dengan keluar rumah karena ingin memperoleh jaringan internet yang baik untuk mengikuti sistem PJJ (Hutauruk & Sidabutar, 2020). Temuan Hakim (2021) serta Hutauruk dan Sidabutar (2020) tersebut mengindikasikan mahasiswa tetap memiliki

kebutuhan interaksi secara langsung selama pembatasan aktivitas diberlakukan, sehingga kepatuhan terhadap kebijakan pembatasan interaksi secara langsung masih rendah, selain itu mahasiswa juga terpaksa melanggar kebijakan PPKM demi dapat mengikuti sistem PJJ.

Ketidakpatuhan mahasiswa terhadap kebijakan PPKM juga dapat disebabkan karena faktor psikologis. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah tingkat kepercayaan terhadap pemerintah (Agustino, 2020), perilaku terhadap Covid-19 (Pumamasari & Raharyani, 2020), termasuk rasa kesepian (Rauschenberg *et al.*, 2020).

Kesepian menjadi salah satu masalah serius yang terjadi saat PPKM diberlakukan. Berbagai penelitian memperkirakan bahwa setidaknya 38% hingga 50% individu berusia 18-24 tahun mengalami tingkat kesepian yang lebih tinggi selama kebijakan untuk tinggal di rumah (Rauschenberg *et al.*, 2021). Cara yang umum dilakukan untuk menghilangkan kesepian adalah dengan bersikap santai terhadap semua hal yang dijalani, bahkan melanggar kebijakan stay at home untuk bertemu dan bercerita tentang masalah yang dialami kepada orang terdekat (Rochimah, 2020).

Kesepian erat kaitannya dengan rasa bosan (Li *et al.*, 2021). Rasa Bosan merupakan salah satu penyebab munculnya kesepian. Perasaan bosan muncul ketika seseorang merasa jenuh, merasa tidak nyaman dengan lingkungan sosial, dan merasa lemah (Bruno, 2000). Individu yang merasa bosan biasanya adalah individu yang tidak pernah menikmati keadaan-keadaan yang ada. Hal ini dapat terjadi ketika kebijakan PPKM yang mengharuskan pembatasan aktivitas diberlakukan.

Boylan *et al.* (2021) menjelaskan kesepian yang diakibatkan oleh rasa bosan diperparah oleh faktor eksternal seperti pemberlakuan pembatasan pada berbagai aktivitas. Hal ini persis seperti skenario yang dihadapi saat kebijakan PPKM diberlakukan. Penelitian yang dilakukan Boylan *et al.* (2021) juga menemukan bahwa individu yang terus menerus merasa bosan dan kesepian ketika pembatasan aktivitas akan cenderung melanggar peraturan yang telah diterapkan oleh pemerintah. Individu akan menghabiskan waktu lebih sedikit

dalam isolasi sosial, individu memiliki kepatuhan yang buruk terhadap *social distancing* yang dibuktikan dengan peningkatan kemungkinan mengadakan pertemuan sosial.

Pada penelitian ini peneliti tidak mengkaji variabel kebosanan seperti Boylan (2021), melainkan mengkaji variabel kesepian. Kesepian merupakan situasi yang dialami oleh individu dimana kualitas hubungan terasa tidak menyenangkan (Gierveld & Van Tilburg, 2006). Noviani dan Sa'adah (2022) menemukan bahwa mahasiswa cenderung mengalami kesulitan berinteraksi selama kebijakan PPKM dan PJJ berlangsung akan merasa kesepian. Lisitsa *et al.* (2020) juga mengemukakan bahwa individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal lebih merasa kesepian dibandingkan dengan individu yang berada pada tahap perkembangan lain. Hasil-hasil temuan tersebut menunjukkan bahwa pembatasan aktivitas yang diterapkan selama PPKM dapat membuat mahasiswa mengalami kesulitan interaksi dan mengalami kesepian.

Melalui penjelasan di atas dapat diketahui bahwa pembatasan aktivitas yang dilakukan selama PPKM membuat mahasiswa merasa interaksi menjadi terbatas, merasa bosan, dan merasa kesepian. Perasaan-perasaan tersebut dapat menjadi alasan seseorang untuk bertindak impulsif dengan tetap ingin keluar rumah dan melanggar kebijakan PPKM. Namun, sebenarnya perasaan-perasaan impulsif tersebut dapat diatasi karena individu memiliki sistem pengaturan diri yang memusatkan perhatian pada pengontrolan diri (DeBono *et al.*, 2010).

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memilih tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini (Averill, 1973). Hunter dan Eastwood (2016) menemukan bahwa Individu yang merasa bosan dan kesepian cenderung memiliki kontrol diri yang buruk. Oleh karena itu, setiap individu perlu mengatasi rasa kesepian mereka agar tidak merasa bosan dan melanggar kebijakan PPKM.

Menurut Baumeister dan Vohs (2007), kontrol diri yang baik dapat membuat individu memiliki cara-cara untuk mengelola konflik antara keinginan egois dan norma budaya (misalnya, norma perilaku prososial). Kontrol diri juga memfasilitasi perilaku yang memperkuat ikatan sosial, seperti kepatuhan norma (DeBono *et al.*, 2010) dan perilaku kooperatif (Kocher *et al.*, 2016). Maka dari itu,

kontrol diri diperlukan mahasiswa untuk mengatasi keinginan egois (keinginan melanggar peraturan karena merasa kesepian) dan norma perilaku sosial (kebijakan PPKM), sehingga mahasiswa dapat lebih patuh terhadap kebijakan yang dibuat pemerintah.

Wolff *et al.* (2020) melakukan penelitian terkait pengaruh kontrol diri terhadap kepatuhan individu yang merasa bosan, yang merupakan penyebab rasa kesepian, terhadap peraturan pencegahan penyebaran Covid-19 di Amerika. Penelitian ini menemukan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh langsung kepada kepatuhan. Melalui hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung mematuhi peraturan *social distancing* meskipun peraturan tersebut dianggap sulit untuk dipatuhi.

Kesepian yang muncul akibat pembatasan aktivitas selama PPKM dapat menyebabkan individu ingin melanggar peraturan yang telah diterapkan, sehingga perasaan kesepian tersebut harus dikontrol, salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan menerapkan kontrol diri. Oleh sebab itu, kontrol diri menjadi penting bagi individu dalam menjalani kebijakan PPKM. Dengan adanya kontrol diri diharapkan individu dapat tetap patuh pada kebijakan PPKM.

Kontrol diri menjadi penting bagi individu dalam menjalani kebijakan PPKM. Melalui kontrol diri individu dapat mengelola perasaan-perasaan negatif yang muncul akibat pembatasan aktivitas yang diterapkan selama kebijakan PPKM, salah satunya perasaan kesepian. Rasa kesepian memberikan keinginan untuk melakukan pelanggaran kebijakan PPKM

Penelitian ini dilakukan setelah kebijakan PPKM diterapkan selama beberapa waktu dengan tujuan untuk mengevaluasi kebijakan tersebut. Melalui penelitian ini peneliti berharap dapat mengetahui peran kontrol diri sebagai mediator kesepian dan kepatuhan mahasiswa dalam menjalani kebijakan PPKM. Peneliti berharap temuan pada penelitian ini dapat menjadi dasar bagi *policy brief* untuk kebijakan-kebijakan terkait bencana yang mengharuskan adanya isolasi atau pembatasan aktivitas bagi masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti menduga bahwa mahasiswa yang mengalami kesepian saat pandemi cenderung melanggar kebijakan PPKM dan menyebabkan pelaksanaan kebijakan PPKM menjadi tidak efektif, sehingga diperlukan kontrol diri yang baik. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh kesepian terhadap kepatuhan mahasiswa yang menjalani kebijakan PPKM yang dimediasi oleh kontrol diri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka adapun identifikasi masalah pada penelitian ini adalah:

1. Masih banyak mahasiswa yang melakukan pelanggaran kebijakan PPKM.
2. Mahasiswa tidak menjalankan peran dan fungsinya sebagai *agent of change* dan *social control*.
3. Mahasiswa cenderung merasa kesepian saat kebijakan PPKM diberlakukan
4. Rasa kesepian yang tidak teratasi dapat membuat mahasiswa melanggar kebijakan PPKM.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini membatasi pembahasan masalah pada pengaruh kesepian terhadap kepatuhan mahasiswa yang menjalani kebijakan PPKM dimediasi oleh kontrol diri. Pembatasan masalah dilakukan agar pembahasan mengenai pengaruh kesepian terhadap kepatuhan mahasiswa yang menjalani kebijakan PPKM dimediasi oleh kontrol diri pada penelitian ini tidak meluas.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini memfokuskan rumusan masalah penelitian yaitu “Apakah terdapat pengaruh kesepian terhadap kepatuhan yang dimediasi oleh kontrol diri pada mahasiswa saat menjalani kebijakan PPKM?”

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris mengenai pengaruh/peran kontrol diri sebagai mediator antara kesepian dan kepatuhan mahasiswa yang menjalani kebijakan PPKM.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah mengenai peran kontrol diri dalam memediasi kesepian dan kepatuhan mahasiswa, khususnya kepatuhan dalam menjalani kebijakan terkait mitigasi bencana seperti PPKM.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Masyarakat

Melalui penelitian ini diharapkan masyarakat dapat mengetahui cara mengatasi rasa kesepian mereka melalui pengontrolan diri yang baik selama kebijakan PPKM atau kebijakan sejenis diterapkan. Dengan mengetahui cara mengatasi kesepian dan memiliki kontrol diri yang baik masyarakat diharapkan dapat lebih patuh dalam menjalani kebijakan PPKM atau kebijakan sejenis.

1.6.2.2 Bagi Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemerintah pertimbangan mengenai faktor psikologis dalam membuat, melaksanakan, serta mengontrol kebijakan-kebijakan sejenis. Jenis kebijakan yang dimaksud adalah kebijakan yang berkaitan dengan mitigasi bencana yang mengharuskan kebijakan pembatasan aktivitas.