

Lorem Ipsum



PROSIDING

Temu Ilmiah Nasional

Volume 1, Tahun 2021

“Mengelola Ke-Bhinneka Tunggal Ika-an:
Tantangan Psikologi di Era New Normal”



Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

11-12 Agustus 2021

Jakarta

ISSN 2807-8128



PROSIDING

Temu Ilmiah Nasional

Volume 1, Tahun 2021

DEWAN REDAKSI

Penanggung Jawab

Dr. Silverius Y Soeharso, S.E., MM., Psikolog

Pengarah I

Aully Grashinta, M.Si., Psi.

Pengarah II

Yusuf Hadi Yudha, M.Si

Ketua Dewan Editor

Aisyah Syihab, M.Si

Sekretaris

Astri Aulia

Bendahara

Aliarachma Nurul Wardhiani

Dewan Editor

Khairul Ahmad, S.I.Pus

Auliannisa Nastiti Ayuningtyas, S.Psi

Hany Ismah, S.Psi

Lisa Dwi Ningtyas, M.Pd

Taufik Hidayat

Brian Langi

Reviewer

Dr. Ade Iva Murty, M.Si

Dr. Charyna Ayu Rizkyanti, M.A

Vinaya, M.Si

Evanytha, M.Si., Psi.

Anindya Dewi Paramita, M.Psi., Psikolog

Endro Puspo Wiroko, M.Psi., Psikolog

Muhammad Akhyar, M.Si

Editor Teknik

Erwan Gustiawan, S.Kom

Penerbit

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

PROSIDING
Temu Ilmiah Nasional
Volume 1, Tahun 2021

DAFTAR ISI

Daftar Isi	1
Kata Pengantar.....	4
Hubungan Proactive Coping dengan Kecemasan Menghadapi Pandemi COVID-19 Pada Dewasa Awal Di Dusun Besole	6
Eksplorasi Kebahagiaan Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19	17
Psychological Well-Being Pada Perempuan Jawa Yang Memilih Berkarir	30
Representasi Kesehatan Mental Siswa pada Masa Pandemic COVID-19.....	45
Resilience And Psychological Well-Being Among Medical Doctors During COVID-19 Pandemic	54
Konsep Syukur Pada Orang Indonesia Dan Pengaruhnya Terhadap Kesejahteraan Psikologis.	61
Hubungan Sosial Remaja di Nusa Tenggara Timur Selama Pandemi COVID-19.....	84
Menakar Kapasitas Sosial dan Psikologis pada Komunitas Saat Menghadapi Pandemi.....	97
Persepsi Mahasiswa terhadap Vaksin COVID-19	108
Aspek-Aspek Psikologis dalam Budaya Mapalus pada Masyarakat Minahasa.....	125
Proses Pembentukan Identitas Diri pada Anak dalam Keluarga Beda Budaya	135
Perbedaan Generasi Baby Boomers dan Generasi X Dalam Menghadapi Society 5.0	143
Gambaran Empati pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran	148
Mental Inlander, Kata Siapa?	157
Pemaknaan Siri Na Pacce Ditinjau Dari Aspek Psikologis	169
Motivasi Kerja Guru Pns Selama Pandemi COVID-19	180
Readines For Change Ditinjau Dari Work Engagement Pada Karyawan Millenial	189
Gambaran Kepastian Implementasi Kebijakan Rotasi/Mutasi, dan Promosi Pada Organisasi X	206

Peran Job Crafting & Intrapreneurship terhadap Work Performance pada Karyawan Bank	220
Gambaran Motivasi Kerja Pegawai Telkom Kota Tangerang Selatan.....	233
Pemilihan Karir Pada Pegawai Generasi Millenial (Studi Kasus : Pegawai di Unit Jawa Timur PT XYZ).....	240
Kecerdasan Emosional Pegawai Baru Di Era New Normal Ditinjau Dari Jenis Kelamin	248
Akankah Profesi Praktisi Psikologi Mengalami Disrupsi di Era Pandemi?.....	258
Gambaran Psychological Capital Mahasiswa di Universitas Swasta Jakarta: Tinjauan Pengetahuan dan Gender.....	267
Hubungan Motivasi Hedonis dengan Perilaku Konsumsi Sesuai Protokol Kesehatan pada Masa Pandemi	280
Strategi Coping Stres Mahasiswa Yang Tinggal Didaerah Sulit Internet Dalam Menghadapi Perkuliahana	292
Emotion-focused Coping sebagai Strategi Koping Mahasiswa selama Pembelajaran Daring di masa Pandemi	309
Regulasi Emosi Mahasiswa Pada Masa Pandemi COVID-19	321
Growth Mindset Sebagai Mediator Antara Komunikasi Guru Terhadap School Well Being Siswa Di Kota Bekasi.....	332
Eksplorasi Dinamika Ibu Dalam Mendampingi Anak (Siswa SD) Belajar Dari Rumah	344
Hubungan Motivasi Berprestasi Dengan Minat Membaca Siswa	353
Persepsi Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19.....	362
Beragamkah Kosa Laku Berdasar Nilai Nasional? Studi Awal terhadap Mahasiswa	376
Pengaruh Dukungan Sosial dan Adversity Quotient pada Mahasiswa Psikologi yang Melaksanakan Perkuliahana Daring	388
Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan InternetDalam Proses Belajar Daring	396
Analisis Tingkat Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Kelas R3e UNINDRA PGRI Jakarta	

dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling.....	407
Distraksi Digital: Studi Korelasional Antara Stres Akademik Dengan Cyberslacking.....	421
Peran Growth Mindset terhadap Grit pada Guru Honorer di Indonesia.....	436
Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Manajemen Konflik pada Siswa di SMA Bekasi	455
Pembelajaran Daring atau School From Home Berdampak Pada Kesehatan Mental.....	467
Pengaruh Konfigurasi Ruang Terhadap Rasa Aman Penghuni Pada Rusunawa Penjaringan Jakarta Utara.....	481
Pendekatan Healing Environment Dalam Arsitektur Terhadap Dampak Psikologis di Era Pandemi.....	491
The Truth : Kebenaran Berita Berita Platform Twitter Mencegah Berita Hoax.....	507
Studi Perilaku Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Di Masa Pandemi... <td>515</td>	515
Problematic Social Media Use pada Ibu Rumah Tangga di Masa Pandemi COVID-19: Peran Fearof Missing Out.....	528
Analisis Profil Kepribadian Aktivitas Pengguna Sosial Media.....	538
Hubungan Kepribadian Ekstraversi dengan Perilaku Kecenderungan Cyberbullying pada Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tiktok.....	555
Benarkah Selama Pembelajaran Daring Mahasiswa Mengakses Internet Untuk Kepentingan Non Akademik?.....	573
Hubungan antara Empati dengan Problematic InternetUse Pada Remaja Dimasa Pandemi COVID-19.....	584
Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Keyakinan Teori Konspirasi.....	597
Peran Harga Diri Terhadap Perilaku Narsistik pada Siswa Pengguna Instagram.....	609
Bagaimana IBSA Mempengaruhi Subjeknya: Studi Fenomenologi.....	622

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kekuatan, ketekunan serta kesabaran sehingga Fakultas Psikologi Pancasila dapat menyelenggarakan acara Temu Ilmiah Nasional pada tahun 2021. Temu Ilmiah Nasional 2021 bertemakan “Mengelola ke-Bhinneka Tunggal Ika-an: Tantangan Psikologi di Era *New Normal*”. Diharapkan dapat memperkuat rasa ke-Bhinneka Tunggal Ika-an bangsa dan negara Indonesia melalui karya ilmiah penelitian serta semangat berkarya pada dosen dan mahasiswa untuk masa depan bangsa dan negara.

Proceeding ini memuat kumpulan naskah dari hasil-hasil penelitian para ilmuan dari berbagai macam bidang dengan latar belakang psikologi, humaniora dan bisnis, kesehatan masyarakat, ilmu sosial dan ilmu politik, kedokteran, ilmu pendidikan dan pengetahuan sosial, ilmu budaya, teknik, serta manajemen lingkungan. Keberagaman ini diharapkan dapat memberikan sudut pandang baru yang akan menyumbang perkembangan keilmuan di Indonesia.

Dengan selesai dan terbitnya buku *proceeding* ini, kami mengucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Bapak Johnny Gerard Plate sebagai Menteri Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia,
2. Prof. Dr. Agus Setyo Budi, M.Sc sebagai Kepala LLDIKTI Wilayah III.
3. Prof. Dr. Edie Toet Hendratno, S.H., M.Si., FCBarb selaku Rektor Universitas Pancasila.
4. Prof. Dr. Sri Widayastuti, S.E., M.M., M.Si. sebagai Wakil Rektor Universitas Pancasila di Bidang Akademik.
5. Dr. Novi Yantih, M.Si., Apt. sebagai Wakil Rektor Universitas Pancasila di Bidang Administrasi Umum dan Keuangan.
6. Dr. Drs. Joko Hartanto, SH., M.Si. selaku Wakil Rektor Universitas Pancasila di Bidang Kemahasiswaan dan Alumni.
7. Dr. Syamsurizal, S.E., M.M. selaku Wakil Rektor Universitas Pancasila di Bidang Humas, Kerjasama dan Ventura.
8. Seluruh Dekan perguruan tinggi di Indonesia.
9. Seluruh Juri, Moderator, Reviewer dalam acara Temu Ilmiah Nasional 2021.

10. Seluruh peserta, pemakalah serta panitia yang terlibat pada acara Temu Ilmiah Nasional 2021.

Besar harapan kami bahwa buku *proceeding* ini dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak, pemerintah, universitas (dosen serta mahasiswa) dalam membangun Indonesia yang lebih Bhineka Tunggal Ika. Sampai bertemu kembali di Temu Ilmiah Nasional tahun 2023. Satu biru, biru Pancasila.

Jakarta, 31 Agustus 2021

Dr. Silverius Y Soeharso, SE., MM., Psi

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

Hubungan *Proactive Coping* dengan Kecemasan Menghadapi Pandemi COVID-19 Pada Dewasa Awal Di Dusun Besole

The Relation of Proactive Coping with Pandemic COVID-19 anxiety in Early Adulthood

BERLIANA HENU CAHYANI¹, PRAPANCHA HARY², JATU ANGGRAENI³

Fakultas Psikologi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa

Email: beriana.henucahyani@ustjogja.ac.id

Abstrak. Kecemasan masa pandemi COVID-19 di era *new normal* masih terjadi pada masyarakat yang berusia dewasa awal. Ketakutan tertular COVID-19 dan kurang tertibnya masyarakat dalam menerapkan protokol kesehatan berdampak terhadap kecemasan yang dialami. Masyarakat membutuhkan upaya dalam mengatasi permasalahan berkaitan dengan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris keterkaitan *proactive coping* dengan kecemasan menghadapi pandemi COVID-19 pada dewasa awal. Partisipan penelitian ini adalah 100 warga Dusun Besole, Kabupaten Bantul. Teknik pengambilan sampel penelitian ini dengan *purposive sampling*. Kriteria partisipan penelitian adalah berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 20-40 tahun, berpendidikan minimal SMP. Instrumen pengukuran yang digunakan adalah skala kecemasan dan *Proactive Coping Inventory* (PCI). Analisis data dengan Spearman rho menunjukkan ada keterkaitan *proactive coping* dengan kecemasan menghadapi pandemi COVID-19 pada dewasa awal.

Kata kunci: *Kecemasan, Proactive coping, Dewasa Awal*

Abstract. Anxiety during the COVID-19 pandemic in the new normal era still occurs in early adulthood communities. The fear of contracting COVID-19 and the lack of discipline of the community in implementing the health protocol have an impact on the anxiety experienced. The community needs efforts in overcoming problems related to anxiety. This study aims to empirically examine the relationship between proactive coping and anxiety in dealing with the COVID-19 pandemic in early adulthood. The research subjects were 100 citizens of Dusun Besole, Bantul Regency. The sampling technique of the research was used purposive sampling. The criteria for the research subjects were male and female, aged 20-40 years, with a minimum education of junior high school. The measurement instruments used are anxiety scale and Proactive Coping Inventory (PCI). Data analysis with Spearman rho showed that there was a relationship between proactive coping and anxiety pandemic COVID-19 in early adulthood.

Key words: *Anxiety, Proactive Coping, Early Adulthood*

PENDAHULUAN

Kondisi pandemi COVID-19 berdampak terhadap tingkat kecemasan di masyarakat. Setiap individu dapat mengalami kecemasan, namun belum semua dapat mengelola kondisi tersebut. Situasi pandemi yang terjadi di seluruh dunia, berita dari media dan adanya berita hoaks yang beredar dapat semakin menimbulkan rasa cemas.

Virus *corona* yang dikenal dengan nama COVID-19 sangat berdampak terhadap kehidupan di seluruh dunia. Virus *corona* dapat menginfeksi orang dewasa, anak-anak, orangtua. Virus tersebut menyebabkan flu biasa dan beberapa turunannya dapat menyebabkan diare pada orang dewasa (Zhou, 2020).

Data kasus COVID-19 di Indonesia pada awal maret 2020 tercatat sebanyak 104 kasus. Jumlah tersebut mengalami kenaikan sampai awal tahun 2021. Berdasarkan data tanggal 31 Januari 2021 diketahui bahwa 1.078.314 terinfeksi, kasus aktif 75.095.873.221 sembuh dan terkonfirmasi dan 29.998 terkonfirmasi meninggal

(<https://covid19.go.id/p/berita/analisis-data-covid-19-indonesia-update-31-januari-2021>, 2021). Adanya peningkatan kasus tersebut kemudian ditetapkan Keputusan Presiden (Keppres) Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non-alam Penyebaran *Coronavirus Disease* 2019 (COVID-19) sebagai Bencana Nasional. Penerapan kebijakan yang dilakukan yaitu dengan pembatasan berskala besar dan isolasi bagi pasien yang terinfeksi virus COVID-19.

Isolasi dan pembatasan sosial berskala besar berdampak terhadap kondisi psikososial masyarakat dan pendapatan untuk kebutuhan

sehari hari. Dampak terhadap kondisi kecemasan, seperti cemas berkunjung ke pelayanan kesehatan dan memilih tidak memeriksakan diri (Livana, Khoreina, Sofiyan, Ningsih & Kandar, 2020); cemas terinfeksi, berkurangnya penghasilan dan kebutuhan pokok, kebangkrutan dan PHK (Setiawan, Atikno & Suratno 2020); cemas mendengarkan berita hoaks (Rayani & Purqotri, 2020).

Dampak kondisi pandemi COVID-19 terjadi pula di Dusun Besole. Awal kondisi pandemi terdapat warga yang isolasi mandiri karena terinfeksi virus COVID-19. Selain itu beberapa warga ada yang tetap pulang ke dusun untuk bertemu dengan keluarganya, namun belum optimal melakukan isolasi mandiri. Adanya warga yang terinfeksi dan warga yang pulang dusun tersebut berdampak terhadap kecemasan. Berdasarkan hasil observasi tanggal 3 Desember 2020, diketahui bahwa masih ditemukan masyarakat yang takut untuk keluar rumah dan takut berinteraksi dengan orang banyak serta resah karena aktivitas keagamaan dinonaktifkan karena untuk memutus penularan virus COVID-19. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Ashri (dalam Tobroni, 2020) yang menyatakan bahwa kebijakan pembatasan sosial berskala besar yang berimplikasi pada pembatasan keagamaan merupakan hal pertama di Indonesia, sehingga dihadapkan pada dua kondisi antara memberikan kebebasan beragama dengan tanggung jawab pemerintah untuk melindungi keselamatan dan kesehatan masyarakat.

Kecemasan dapat dialami setiap individu, demikian halnya pada usia dewasa awal, karena belum sepenuhnya paham dalam mengelola kecemasan yang dialami. Respon terhadap kecemasan, seperti: mudah panik, menjadi mudah

marah dan takut dalam menghadapi situasi. (Lovibond & Lovibond, 1995). Masa dewasa awal dimulai pada usia 18-40 tahun. Masa dewasa awal adalah masa ketegangan emosional yang dapat berdampak terhadap perasaan khawatir tidak mampu menghadapi permasalahan (Hurlock, 2004). Peralihan menjadi dewasa menuntut individu berkomitmen, pengambilan keputusan, menjalankan peran dan tanggung jawab (Papalia, Feldman, & Martorell, 2015). Bentuk-bentuk tugas perkembangan masa dewasa awal adalah menjalin relasi teman sebaya, menyesuaikan dengan lingkungan sosial, mulai bekerja, memilih pasangan hidup dan berkeluarga, mencari kelompok sosial (Soetjiningsih, 2018).

Faktor usia dapat berpengaruh terhadap kecemasan pada usia dewasa ketika menghadapi pandemi COVID-19 (Sitohang, Rosyad & Rias, 2021). Kondisi pandemi berdampak pula terhadap kecemasan usia dewasa awal di Dusun Besole. Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 18 Mei 2021 dengan salah satu warga yang berusia 31 tahun yang pernah terkena COVID-19, diketahui bahwa merasa cemas karena dijauhi warga dan didesak melakukan isolasi mandiri ke rumah sakit. Berdasarkan wawancara tanggal 23 Februari 2021 dengan tokoh masyarakat diketahui bahwa kecemasan yang dialami warga pada umumnya karena takut tertular oleh virus COVID-19 dan kondisi yang kurang tertib dalam menerapkan protokol kesehatan.

Kecemasan merupakan kondisi ketika menghadapi situasi yang tidak jelas dan tidak diketahui kepastiannya (Sadock, Sadock & Belkin, 2010). Kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan, kekhawatiran, ketegangan, cemas dan emosi (Ghufron & Risnawita, 2020). Kecemasan meliputi aspek fisik

yang berkaitan dengan dampak kondisi tubuh, aspek emosional yang menimbulkan rasa panik dan ketakutan dan aspek mental atau kognitif yang berdampak terhadap peran memori serta pikiran (shah dalam Ghufron & Risnawita, 2020).

Kecemasan adalah kondisi khawatir karena sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor yang berasal dalam diri dan perasaan takut yang berlebihan, cara berpikir yang irasional, sensitif yang berlebihan karena adanya ancaman serta faktor biologis (Nevid, Rathus & Greene, 2005). Studi literatur yang dilakukan Hardiyati, Widianiti & Hernawaty (2020) diketahui beberapa faktor yang menyebabkan kecemasan menghadapi pandemi COVID-19 adalah waktu yang banyak dihabiskan di rumah lebih dari 9 jam, informasi yang dicari berlebihan secara online, masalah jaringan internet dengan lingkungan belajar, mempunyai bayi, kondisi status ekonomi, status mahasiswa dan juga status pernikahan.

Perasaan takut yang ditekan ketika mengalami kecemasan berdampak terhadap kesadaran diri dalam melakukan tindakan tertentu (Corey, 2013). Kecemasan ketika menghadapi pandemi COVID-19 apabila tidak terkelola dengan baik dapat berdampak beresiko terhadap gangguan kondisi psikologis. Dampak yang dapat dialami, seperti *obsessive compulsive disorder*, gangguan tidur, resiko tinggi untuk melakukan bunuh diri, perasaan gelisah, nafas yang terasa sesak, ketegangan pada otot dan munculnya kepanikan (Sari, 2020)

Proactive coping merupakan salah satu faktor dalam diri yang berkaitan dengan kecemasan.. (Griva & Anagnostopoulos, 2010). Individu yang mampu melakukan *coping* dengan baik maka akan menyelesaikan permasalahannya. *Coping*

merupakan proses yang dilakukan individu dalam mengatasi kondisi yang mengancam (Carver & Sheier, 1989). *Coping* dilakukan individu untuk mengurangi ketegangan dan mengembalikan keseimbangan dalam penyelesaian masalah (Folkman & Lazarus, 1980). Proses kognitif dan perilaku saling berkaitan ketika individu melakukan *coping* dalam penyelesaian masalah. *Coping* merupakan penguatan dalam mengatasi kecemasan ketika menghadapi pandemi (Hardiyati, Widianti & Hernawaty, 2020).

Proactive coping merupakan konsep yang berfokus pada orientasi tujuan dan perilaku yang adaptif, sehingga individu akan tergerak untuk menyelesaikan permasalahan dengan kemampuan yang dimiliki (Schwarzer, 2015). *Proactive coping* berorientasi pada masa depan, mengatasi tantangan dan pengelolaan tujuan, sehingga individu ter dorong melakukan tindakan yang lebih positif (Greenglass & Fiksenbaum, 2009). Keberhasilan *coping* dapat tergantung dari keberhasilan dari tugas yang dilakukan ketika berada di lingkungannya, mau menerima kondisi diri secara lebih positif (Rubbyana dalam Yovanca, 2019).

METODE

Responden Penelitian. Responden penelitian adalah 100 warga Dusun Besole, Kabupaten Bantul yang bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian. Pengambilan sampel dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria responden penelitian yang ditentukan adalah berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, berusia 20-40 tahun, berpendidikan minimal SMP.

Desain penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menguji keterkaitan antara variabel *proactive coping* dengan

kecemasan menghadapi pandemi COVID-19.

Instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kecemasan dan Skala *Proactive Coping*. Model skala yang digunakan untuk penelitian ini adalah model skala perilaku (*summated rating*). Alternatif pilihan jawaban terdiri dari empat pilihan yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pilihan jawaban Sangat Sesuai untuk item *favorabel* diberikan skor 4, Sesuai diberikan skor 3, Tidak Sesuai diberikan skor 2 dan Sangat Tidak Sesuai diberikan skor 1. Pilihan jawaban Sangat Sesuai untuk item *unfavorable* diberikan skor 1, Sesuai diberikan skor 2, Tidak Sesuai diberikan skor 3 dan Sangat Tidak Sesuai diberikan skor 4.

Skala Kecemasan disusun oleh peneliti berdasarkan aspek aspek yang mengacu dari (Shah dalam Ghufron & Risnawita, 2020) yaitu aspek fisik, emosional, dan mental atau kognitif. Total item sebanyak 46 yang terdiri dari aspek fisik 18 item, emosional 12 item, dan mental atau kognitif 16 item. Contoh-contoh item skala kecemasan dari masing-masing aspek ditunjukkan pada Tabel 1.

Tabel 1.Kecemasan

Kecemasan	Contoh Item
Fisik	Saya merasa mual ketika mendengar virus COVID-19 yang semakin meningkat.
Emosional	Saya mudah marah apabila diingatkan untuk ikuti protokol Kesehatan

	COVID-19.	
Mental atau kognitif	Saya merasa lebih sulit mengatasi setiap permasalahan hidup selama pandemi COVID-19.	<i>Reflective coping</i> Saya menyelesaikan masalah setelah mempertimbangkan terlebih dahulu dengan hati-hati.
	Instrumen berikutnya yang digunakan peneliti adalah Skala <i>Proactive Coping</i> . Skala tersebut mengacu dari instrument <i>Proactive Coping Inventory (PCI)</i> yang disusun oleh Greenglass, Schwarzer, Jacobiec, Fiksenbaum, & Taubert (1999). Instrumen tersebut mengungkap perilaku <i>proactive coping</i> dari sisi kognitif perilaku, cara mengatasi permasalahan, tanggung jawab, dan pandangan terhadap masa depan.	<i>Strategic planning</i> Saya membuat daftar, kemudian mengutamakan mengerjakan hal yang paling penting terlebih dahulu.
	Skala <i>Proactive Coping</i> secara keseluruhan terdiri dari 52 item. Aspek-aspek Skala <i>proactive coping</i> yang diacu terdiri dari aspek pencapaian tujuan <i>proactive coping</i> terdiri dari 14 item, <i>reflective coping</i> terdiri dari 11 item, <i>strategic planning</i> terdiri dari 4 item, <i>preventive coping</i> terdiri dari 10 item, <i>instrumental support seeking</i> terdiri dari 8 item, <i>emotional support seeking</i> terdiri dari 5 item. Contoh-contoh item dari skala <i>proactive coping</i> yang mewakili masing-masing aspek disajikan pada Tabel 2.	<i>Preventive coping</i> Saya mempersiapkan diri ketika menghadapi situasi yang buruk.
		<i>Instrumental support</i> Ketika saya memiliki masalah, saya biasanya membutuhkan bantuan orang lain dalam mengerjakan sesuatu.
		<i>Emotional support seeking</i> Orang lain membantu saya dengan memberikan perhatian.

Item-item skala kecemasan dan skala *proactive coping* diseleksi berdasarkan kriteria korelasi item total dengan batas seleksi indeks daya beda $\geq 0,30$. Uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach. Hasil seleksi item skala kecemasan berkisar antara 0,326-0,774 dengan total 27 item dan koefisien reliabilitas 0,929. Hasil uji skala *proactive coping* menghasilkan daya beda berkisar 0,291 – 0,729 dengan reliabilitas 0,915. Total jumlah item berdasarkan hasil seleksi terdiri dari 30 item.

Prosedur penelitian. Pelaksanaan penelitian dilakukan di Dusun Besole yang berlokasi di

Tabel 2. Proactive Coping

Proactive Coping	Contoh Item
Pencapaian tujuan <i>proactive coping</i>	Ketika banyak masalah, saya berinisiatif untuk menyelesaiannya.

wilayah Kabupaten Bantul. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 9-13 Maret 2021. Skala dibagikan kepada warga Dusun Besole yang bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian.

Sebelum skala dibagikan, responden penelitian diberikan penjelasan terlebih dahulu mengenai maksud dari penelitian. Proses pengisian skala dilakukan secara langsung dengan menemui masing-masing responden penelitian sesuai dengan protokol kesehatan.

Analisis data. Peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi normalitas dan linieritas untuk memenuhi ketentuan parametrik. Analisis uji hipotesis dilakukan dengan spearman rho, karena asumsi normalitas belum terpenuhi. Proses analisis dengan bantuan SPSS 25.

HASIL

Deskripsi Responden

Responden penelitian ini terdiri dari 35 berjenis kelamin laki-laki dan 65 berjenis kelamin perempuan. Deskripsi subjek penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Deskripsi Responden Penelitian

Jenis Kelamin	Total
Laki-laki	35
Perempuan	65
Total	100

Tabel 4. Kategorisasi Variabel Kecemasan

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	95	95%
Tinggi	5	5%
Sedang	0	0
Rendah	0	0
Sangat Rendah	0	0
Total	100	100%

Berdasarkan Tabel 4 diatas, hasil kategorisasi untuk variabel kecemasan berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebesar 95% (95 dari 100 subjek penelitian). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat Dusun Besole memiliki tingkat kecemasan pada kategori sangat tinggi.

**Tabel 5.Kategorisasi variabel
proactive coping**

Kategorisasi	Frekuensi	Persentase
Sangat Tinggi	2	2%
Tinggi	53	53%
Sedang	38	38%
Rendah	7	7%
Sangat Rendah	0	0%
Total	100	100%

Hasil kategorisasi untuk variabel *proactive coping* pada Tabel 5 berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 53% (53 dari 100 subjek penelitian). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masyarakat Dusun Besole memiliki tingkat kecemasan pada kategori sangat tinggi.

Uji Normalitas. Uji normalitas untuk melihat normal atau tidaknya sebaran data dari masing-masing variabel penelitian menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan yaitu $p>0,05$ maka sebaran data tersebut normal, sedangkan jika $p<0,05$ maka sebaran data tidak normal.

Hasil analisis data kecemasan menghasilkan K-SZ sebesar 0,145 dengan $p=0,00$ dan variabel *proactive coping* K-SZ sebesar 0,095 dengan $p = 0,026$ ($p<0,05$). Berdasarkan hasil analisis ini dapat disimpulkan bahwa sebaran data kedua variabel tersebut tidak normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 6.

Tabel 6.Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Nilai	P	Keterangan
.		K-SZ		
1.	Kecemasan	0,145	0,000	$P<0,05$ (tidak normal)
2.	<i>Proactive coping</i>	0,095	0,026	$P<0,05$ (tidak normal)

Uji Linieritas. Uji linieritas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas (*proactive coping*) dengan variabel tergantung (kecemasan). Hasil analisis uji linieritas dari variabel kecemasan dengan *proactive coping* menghasilkan $F= 34,917$ dengan $p= 0,000$ ($p<0,05$). Berdasarkan hasil uji linieritas dapat dapat disimpulkan bahwa hubungan antara

kecemasan dengan *proactive coping* adalah linier.

Uji Hipotesis. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *Spearman Rho* karena data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis uji hipotesis menunjukkan koefisien korelasi $r=-0,560$ dengan taraf signifikan $p= 0,000$ ($p<0,05$). Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *proactive coping* dengan kecemasan dalam menghadapi pandemi COVID-19 pada dewasa awal di Dusun Besole.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *proactive coping* dengan kecemasan masyarakat dalam menghadapi pandemi COVID-19 pada dewasa awal yang berusia 20-40 tahun.

Tingkat kecemasan pada dewasa awal di dusun Besole yang berlokasi di Kabupaten Bantul secara umum berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan *proactive coping* pada kategori tinggi.

DISKUSI

Penelitian yang telah dilakukan membuktikan bahwa terdapat keterkaitan antara *proactive coping* dengan kecemasan menghadapi pandemi COVID-19 pada dewasa awal. Hasil korelasi menunjukkan nilai negatif, yang berarti semakin tinggi *proactive coping* maka akan semakin tinggi kecemasan,

namun sebaliknya semakin rendah *proactive coping* maka akan semakin tinggi kecemasan.

Data penelitian menunjukkan bahwa masyarakat dewasa awal di Dusun Besole mengalami kecemasan yang sangat tinggi dalam menghadapi pandemi COVID-19, sedangkan tingkat *proactive coping* dalam kategori tinggi. Responden penelitian ini melibatkan warga Dusun Besole yang berusia 20-40 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Megatsari, et al., 2020) yang menjelaskan bahwa usia dewasa awal dapat mengalami kecemasan yang tinggi ketika menghadapi pandemi COVID-19.

Kecemasan merupakan respon individu ketika menghadapi ancaman yang dianggap berbahaya ketika masa pandemi. Strategi *coping* dapat dilakukan individu ketika menghadapi COVID-19 (Dyah, 2021., Cholilah, Deyon & Nurmaidah, 2020). Vibriyanti (2020) menjelaskan bahwa terdapat beberapa proses yang terjadi ketika mengalami kecemasan, pada tahapan akhir setiap individu akan melakukan *coping*. Lebih lanjut dijelaskan bahwa tahap awal ketika mendengarkan informasi tentang COVID-19, maka akan dipersepsi berdasarkan sikap pengetahuan dan pengalaman masa lalu. Respon setelah dipersepsi dapat muncul kecemasan sesaat yang dapat ditandai dengan reaksi fisiologis. Kondisi tersebut kemudian akan dilakukan *cognitive appraisal*, yaitu memberikan penilaian kembali terkait kondisi yang mengancam dan berusaha untuk mengatasinya serta menghilangkannya. Upaya berikutnya untuk mengatasinya tersebut adalah

dilakukan *coping* untuk menemukan solusi (Vibriyanti, 2020).

Ketika dihadapkan pada suatu permasalahan kondisi yang mengancam, pada usia dewasa awal kemampuan *coping* berkembang dan berperan ketika menghadapi penyesuaian situasi yang baru (Ram & Gerstorf, 2009). Salah satu bentuk upaya dalam menghadapi pandemi adalah memperhatikan protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah. Namun, belum semua warga Dusun Besole dapat tertib memperhatikan protokol kesehatan.

Coping merupakan strategi yang dapat dilakukan ketika menghadapi kondisi pandemi COVID-19 (Baloran, 2020). Hasil penelitian Chang, Chien & Sen (2021) menjelaskan bahwa *proactive coping* merupakan kapasitas yang ada pada diri individu dan berorientasi pada masa depan, sehingga dapat diterapkan ketika menghadapi kondisi pandemi COVID-19.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diharapkan dengan strategi *coping proactive* masyarakat dapat berusaha mengelola kecemasan dan lebih adaptif dalam menghadapi pandemi COVID-19. Bagi pihak padukuhan dapat membantu permasalahan yang dialami warga sesuai dengan sumberdaya dan kemampuan yang dimiliki, sehingga dapat meminimalisir kecemasan dalam menghadapi pandemi COVID-19.

DAFTAR PUSTAKA

Baloran, E. T. (2020). *Knowledge, attitudes, anxiety, and coping strategies of students*

- during covid-19 pandemic. *Journal of Loss and Trauma*, 25(8), 635–642.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). *Assessing coping strategies: A theoretically based approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Chang, Y., Chien, C., & Shen, L. F. (2021). *Telecommuting during the coronavirus pandemic: Future time orientation as a mediator between proactive coping and perceived work productivity in two cultural samples*. *Personality and Individual Differences*, 171, 110508.
- Cholilah, I. R., Deyon, A. A. Z., & Nurmaidah, S. (2020). *Gambaran kecemasan dan strategi coping pada mahasiswa dalam menghadapi pandemi COVID-19*. *Jurnal Al-Tatwir*, 7(1), 43–64.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Belmont: Cengage Learning.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21(4), 219–239.
- Ghufron, M.N., Risnawita, R. N. (2020). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.
- Greenglass, E. R., & Fiksenbaum, L. (2009). *Testing for mediation using path analysis*.
- Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L., & Taubert, S. (1999). *The proactive coping inventory (pci): A multidimensional research instrument*. *20th International Conference of the Stress and Anxiety Research Society*, 1–18.
- Griva, F., & Anagnostopoulos, F. (2010). *Positive psychological states and anxiety: The mediating effect of proactive coping*. *Psychological Reports*, 107(3), 795–804.
- Hardiyati, Widiani, E., & Hernawaty, T. (2020). *Kecemasan saat pandemi COVID-19*. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6, 27–40.
- Bidang Data & IT Satuan Tugas Penanganan COVID-19. (02 Februari 2021). *Analisis Data COVID-19 Indonesia (Update Per 31 Januari 2021)*. Retrieved from <https://covid19.go.id/p/berita/analisis-data-covid-19-indonesia-update-31-januari-2021>.
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Livana P.H., Khoerina, A., Sofiyan, E., Ningsih., D.K., Kandar., S. (2020). *Gambaran kecemasan masyarakat dalam berkunjung ke pelayanan kesehatan pada masa pandemi COVID-19*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 2(3), 129–134.
- Lovibond, P.F., Lovibond, S. H. (1995). *The*

- structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories.* *Journal Behavior Research and Therapy*, 33(3), 335–343.
- Megatsari, H., Laksono, A. D., Ibad, M., Herwanto, Y. T., Sarweni, K. P., Geno, R. A. P., & Nugraheni, E. (2020). *The community psychosocial burden during the COVID-19 pandemic in Indonesia.* *Heliyon*, 6(10), 1–5.
- Nevid, S. J., Rathus, A. S., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal Jilid 1.* Yogyakarta: Penerbit Erlangga.
- Papalia, D.E., Feldman, R.D., Martorell, G. (2015). *Menyelami perkembangan manusia.* Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Ram, N., & Gerstorf, D. (2009). *Time-structured and net intraindividual variability: Tools for examining the development of dynamic characteristics and processes.* *Psychology and Aging*, 24(4), 778–791.
- Rayani, D., & Purqotri, D. N. S. (2020). *Kecemasan keluarga lansia terhadap berita hoax di masa pandemi covid-19.* *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 906–912.
- Sadock, B.J., Sadock, V.A., Belkin, G. S. (2010). *Kaplan and Sadock pocket handbook of clinical psychiatry.* Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins.
- Sari, I. (2020). *Analisis dampak pandemi COVID-19 terhadap kecemasan masyarakat: Literature review.* *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 69–76.
- Schwarzer, R. (2015). *Tenacious goal pursuits and striving toward personal growth: Proactive coping .* London: Oxford University Pers.
- Setiawan., Atikno, W., & Suratno. (2020). *Analisis diskriminan faktor kecemasan karyawan menghadapi dampak Pandemi COVID-19: Kasus perusahaan manufacturing dan jasa survey.* *Operations Excellence: Journal of Applied Industrial Engineering*, 12(2), 198–208.
- Sitohang, T. R., Rosyad, Y. S., & Rias, Y. A. (2021). *Analisa faktor kecemasan pada masyarakat Indonesia bagian barat selama pandemi COVID-19 tahun 2020.* *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(2), 279–289.
- Soetjiningsih, T. H. (2018). *Seri psikologi perkembangan: perkembangan anak sejak pembuahan sampai kanak-kanak akhir.* (cetakan ketiga). Jakarta: Penerbit Kencana.

Tobroni, F. (2020). *Pembatasan kegiatan keagamaan dalam penanganan COVID-19*. *Jurnal Komunikasi Hukum (JKH) Universitas Pendidikan Ganesha*, 6(2), 369-375.

Vibriyanti, D. (2020). *Kesehatan mental masyarakat: mengelola kecemasan di tengah pandemi covid-19*. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 6, 69–74.

Yovanca, N., Evanytha, & Febrayosi, P. (2019). *Hubungan antara strategi Koping dengan kesejahteraan subjektif pada perawat di rumah sakit kanker dharmais jakarta*. *Mind Set*, 10(2), 78–86.

Zhou, E. W. (2020). *Buku panduan pencegahan coronavirus: 101 tips Sains yang dapat menyelamatkan kehidupan anda*. Wuhan: Chief Physician Of Wuhan Center For Disease Control And Prevention.

EKSPLORASI KEBAHAGIAAN REMAJA PADA MASA PANDEMI COVID-19

EXPLORATION OF ADOLESCENTS' HAPPINESS IN COVID-19 PANDEMIC

Indra Yohanes Kiling¹, Tesalonika Bani², Fitri Ayuninggi Hagi Wila³, Elenita Kristalia Seda⁴, Tesa Lolia Mita⁵, Melvin Takoy⁶

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email: thslnkbni9@gmail.com

Abstrak. Tekanan pada sistem kesehatan selama masa pandemi memberikan ancaman yang cukup besar terhadap kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dan remaja. Upaya penanggulangan pandemi, seperti penutupan sekolah, pembatasan pertemuan sosial, peningkatan isolasi sosial dan bentuk penanggulangan lainnya mengharuskan anak-anak dan remaja untuk menghadapi kecemasan yang signifikan, seperti stres, dan gangguan dalam keseharian mereka yang memberikan dampak jangka panjang terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan anak-anak dan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan remaja di saat pandemi COVID-19. Penelitian ini juga difokuskan pada daerah Nusa Tenggara Timur. Data diambil dari 12 partisipan yang merupakan remaja dengan rentang usia 14-18 tahun melalui metode photovoice dan wawancara. Dengan menggunakan analisis tematik didapatkan 3 tema utama, yaitu alasan kebahagiaan, emosi remaja selama masa pandemi, dan perilaku untuk mendapatkan kebahagiaan. Penelitian ini menunjukkan bahwa setiap remaja memiliki alasan untuk kebahagiaan mereka sendiri, namun remaja cenderung memfokuskan kebahagiaan pada kepuasan dan pencapaian yang dicapai. Peningkatan kebahagiaan dan kesejahteraan remaja ini dapat ditinjau terlebih dahulu melalui keluarga, khususnya orang tua sebagai pendukung utama. Peningkatan layanan kesehatan mental khusus remaja juga sangat perlu dilakukan agar dalam kondisi pandemi pun remaja mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan diluar dirinya dan menciptakan serta mendapatkan kebahagiaan lain dari luar dirinya.

Kata Kunci: Remaja, Kebahagiaan, Pandemi, Photovoice, COVID-19

Abstract. The strain on the health system caused by this pandemic causes considerable threats to children's and adolescents' health and well-being. Pandemic response efforts, including school closures, lack social gatherings, increased social isolation, and other forms tackling effort require children and adolescents to face significant anxiety, such as stress, and disruptions in their daily lives that impact theirs for long-term mental health and well-being children and adolescents. This study aims to explore the happiness of adolescents during the COVID-19 pandemic. Research also focuses on the East Nusa Tenggara area. Data was gathered from 12 teenagers aged 14-18, through photovoice and interview sessions. Thematic analysis reveals three main themes, namely reasons for happiness, adolescents' emotions during the pandemic, and behavior to get happiness. This research shows that every adolescents has reasons for their own happiness, however adolescents tend to focus their happiness on satisfaction and achievement. This increase in happiness and welfare adolescents can be reviewed first through the family, especially parents as main support. It is also very necessary to improve mental health services for adolescents so that even in a pandemic condition, adolescents are able to adapt environment outside themselves and create and get other happiness from outside

themselves.

Key words: *Hedonic Motivation, Consumer Behaviour, Covid-19 Health Protocols.*

PENDAHULUAN

Penyebaran Virus COVID-19 yang semenjak tanggal 11 Maret 2020 ditetapkan menjadi pandemi global oleh World Health Organization (WHO) memberikan dampak di berbagai aspek kehidupan, terutama di kehidupan remaja. Menurut WHO, remaja merupakan fase kehidupan di antara masa kanak-kanak dan dewasa, dengan rentang usia 10-19 tahun. UNICEF (2020) menyatakan bahwa tekanan pada sistem kesehatan selama masa pandemi memberikan ancaman yang cukup besar terhadap kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dan remaja. Upaya penanggulangan pandemi, termasuk penutupan sekolah, pembatasan pertemuan sosial, peningkatan isolasi sosial dan bentuk penanggulangan lainnya mengharuskan anak-anak dan remaja untuk menghadapi kecemasan yang signifikan, seperti stres, dan gangguan dalam keseharian mereka yang memberikan dampak selama berbulan-bulan bahkan tahun terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan anak-anak dan remaja (UNICEF, 2020).

Pada 2 maret 2020, teridentifikasi kasus positif COVID-19 pertama di Indonesia dan semenjak saat itu penyebaran virus COVID-19 (SARS-CoV-2) semakin

meningkat di Indonesia. Berdasarkan data terbaru yang diakses pada 1 Maret 2021, kasus positif yang terkonfirmasi di Indonesia sebesar 1,334,634 jiwa dan kasus kematian sebesar 36,166 jiwa (KPC PEN, 2021). Provinsi Nusa Tenggara Timur merupakan salah satu provinsi yang masuk dalam zona merah terpapar virus COVID-19. Pemerintah NTT kemudian memberlakukan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang memuat pembatasan aktivitas sosial, sekolah daring, dan WFH (Work From Home). Dalam studi penelitian yang dilakukan oleh (Linda & Ifdil, 2020) didapatkan hasil penelitian bahwa kesehatan mental remaja di saat pandemi sangat menurun. Banyak remaja yang memiliki kecemasan berlebihan sehingga mempengaruhi waktu istirahat, kesulitan untuk fokus, sering lupa, meningkatnya iritabilitas dan mudah marah.

Dampak-dampak negatif ini tentu memberikan pengaruh yang sangat besar terhadap kebahagiaan remaja selama masa pandemi. Konsep kebahagiaan menurut Martin Seligman dalam studi penelitian (Jusmiati, 2017) dituliskan bahwa ada dua sudut pandang dalam mendefinisikan kebahagiaan. Definisi moral-laden menekankan tolak ukur dari kebahagiaan adalah dari nilai-nilai moral dan berpusat pada perbuatan kebaikan (virtue); dan

definisi morally-neutral menekankan kebahagiaan pada kesejahteraan subjektif dalam bentuk kepuasan penuh terhadap hidup atau pencapaian yang tinggi. Dari konsep kebahagiaan Marthin Seligman ini dapat diketahui bahwa kebahagiaan dapat hadir dari berbagai situasi. Dalam studi penelitian oleh (Diana, Yuliana, Adfa, Ricca, & Syorga, 2014) menunjukkan bahwa kebahagiaan remaja dapat hadir dari relasi sosial yang baik dengan lingkungannya, seperti orang tua, sahabat, dan juga teman-temannya. Pemberlakuan PPKM sangat membatasi ruang gerak dan perkembangan dari remaja. Perkembangan emosi dari remaja pun tidak mampu berkembang karena faktor-faktor lain yang mempengaruhi dan mendukung perkembangan emosi tersebut tidak mampu untuk diikutsertakan. Karena hal inilah, timbul hambatan-hambatan yang membuat remaja tidak mampu menciptakan kebahagiaan dalam diri di masa pandemi. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih berfokus pada kesehatan mental pada masa pandemi, penelitian mengenai kebahagiaan remaja di masa pandemi masih sangat minim. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan remaja di saat pandemi COVID- 19 dan difokuskan pada daerah Nusa Tenggara Timur yang merupakan salah satu daerah dengan kasus penyebaran COVID-19 yang cukup tinggi. Pertanyaan penelitian ini: Bagaimana kebahagiaan remaja saat pandemi COVID-19?

Hasil dari penelitian ini diharapkan

dapat memberikan dorongan bagi pemerintah Nusa Tenggara Timur untuk lebih meningkatkan dan mengoptimalkan pelayanan kesehatan mental pada remaja selama masa pandemi COVID-19.

METODE

Responden Penelitian. Penelitian ini dilakukan di Provinsi Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Kasus perdana COVID-19 yang terjadi di NTT tepatnya pada tanggal 9 April 2020. Pemerintah Nusa Tenggara Timur memberlakukan PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat). Pemberlakuan upaya preventif penyebaran COVID-19 dari pemerintah ini memberikan tekanan bagi remaja dan mempengaruhi kebahagiaan remaja selama masa pandemi (UNICEF, 2020). Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 12 orang yang merupakan remaja dengan rentang usia 14-18 tahun. Dengan jumlah partisipan laki-laki sebanyak 2 orang dan partisipan perempuan sebanyak 10 orang. Partisipan direkrut secara sengaja (*purposive sampling*), dengan menggunakan dua kriteria utama yaitu: (1) Harus berdomisili di Nusa Tenggara Timur, (2) merupakan remaja yaitu dengan rentang usia 10-19 Tahun. Data demografi partisipan dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini :

Tabel 1. Tabel Demografik Partisipan

Samaran	Usia	P/L	Pendidikan
Irmala	14	P	SMP
Kirana	18	P	PT
Putri	17	P	SMA
Yani	11	P	SD
Sandra	15	P	SMA
Lia	16	P	SMA
Puspa	16	P	SMA
Tio	16	L	SMA
Nanda	16	P	SMA
Kayla	18	P	SMA
Akhi	18	L	PT
Yeni	18	P	PT

Desain Penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif digunakan karena efektif untuk memperoleh informasi spesifik tentang nilai, pendapat, perilaku dan konteks sosial dari populasi tertentu.

Instrumen Penelitian. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode photovoice dan wawancara. Tujuan dari metode photovoice adalah untuk memungkinkan individu mengidentifikasi, merepresentasikan dan memperkuat komunitas melalui teknik fotografi. (Wang & Burris, 1997). Metode photovoice digunakan karena partisipan dapat lebih mudah mengekspresikan pendapat dan pengalaman mereka melalui foto. Dilanjutkan dengan menggunakan metode wawancara. Wawancara ini dilakukan dengan beberapa pertanyaan utama yang meliputi : “Apa itu kebahagiaan?”, “Apakah pencapaian dapat menjadi alasan kebahagiaan?”, “Apakah kebahagiaan didapatkan setelah melakukan kebaikan?” dan “Bagaimana caramu mempertahankan kebahagiaan itu?”. Peneliti berfokus pada keadaan partisipan dan meminta partisipan untuk mendeskripsikan keadaannya

dengan menggunakan metode photovoice, kemudian dilanjutkan dengan metode wawancara menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang. Kelima peneliti dapat berkomunikasi menggunakan menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang dengan baik.

Prosedur Penelitian. Di awal penelitian, peneliti menghubungi partisipan dan menjelaskan setiap sesi dalam prosedur penelitian yang akan dilakukan. Kemudian peneliti meminta partisipan untuk memberikan satu foto yang dapat menggambarkan keadaan yang mereka rasakan saat itu. Setelah itu peneliti dan partisipan berdiskusi untuk menjadwalkan sesi wawancara. Wawancara terhadap partisipan dilakukan pada bulan Maret 2021. Karena pandemi COVID-19 yang masih berlangsung maka wawancara dilakukan via chat melalui aplikasi whatsapp. Kelima peneliti bertanggung jawab menjadi pewawancara. Dua Belas narasumber diwawancarai via chat whatsapp dan dilakukan dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang. Untuk menjamin kepercayaan terhadap penelitian ini, peneliti menyimpan jejak audit dalam bentuk file bukti chat whatsapp.

Analisis Data. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan tematik Braun dan Clarke (2006). Analisis data dimulai dengan membaca transkrip wawancara. Berikutnya, 5 anggota tim peneliti memberi kode pada 12 transkrip. Semua anggota tim peneliti kemudian berdiskusi untuk mengembangkan tema-tema dari kode tersebut. Tema tersebut kemudian ditinjau kembali

dengan melihat relevansi dengan data. Proses terakhir adalah memilih foto dan kutipan-kutipan partisipan yang tepat untuk merepresentasikan tema-tema.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 12 partisipan, diperoleh beberapa tema utama, sebagai berikut:

Tema 1 : Alasan Bahagia

Kebahagiaan yang hadir dalam diri seseorang meliputi alasan yang berbeda-beda. Pada umumnya kebahagiaan berkaitan dengan sesuatu yang menyenangkan dan mampu membuat seseorang merasa lebih baik.

Kebahagiaan Yang Hadir Dari Dalam Diri. Konsep kebahagiaan ini berpusat pada kesejahteraan dalam diri dan bentuk kepuasan penuh terhadap pencapaian yang dicapai. Beberapa partisipan mendefinisikan arti dari bahagia :

“Saya juga tidak begitu tahu jawaban pastinya, tapi kayaknya(sepertinya) kalau untuk sekarang, saya hanya ingin berdamai dengan diri sendiri, saya ingin merasa tenang. Itu saja sudah lebih dari cukup” (P7)

“Bahagia adalah ketika saya baik-baik saja”(P9)

Definisi lainnya juga disampaikan oleh P11:

“Saat beta(saya) bisa hadapi masalah dengan selalu tersenyum

dan hanya berharap pi(kepada) Tuhan”

Beberapa partisipan juga mengatakan bahwa kebahagiaan dari hal yang didapatkan juga dapat menimbulkan rasa bahagia. Seperti yang diungkapkan P4:

“Bahagia itu saat dapat apa yang beta (saya) mau” (P4)

Kebahagiaan Yang Hadir Dari Luar Diri.

Tolak ukur dari kebahagiaan ini berpusat pada nilai-nilai moral dan pelaksanaan kebaikan kepada orang lain. Kebahagiaan ini menumpukan alasan pada hal-hal di luar diri seorang individu. Sumber kebahagiaan yang berasal dari luar diri ini biasanya berasal dari lingkungan sekitar, mulai dari orang-orang terdekat hingga hal- hal yang digemari. Seperti yang diungkapkan P10 :

“Bahagia itu di saat beta(saya) lihat orang-orang yang beta(saya) sayang dan cintai tersenyum dengan bahagia ke beta(saya) punya arah”

Perasaan bahagia muncul dari orang-orang terdekat seperti keluarga, kerabat, sahabat, dan juga kekasih. Tidak hanya itu beberapa partisipan juga menunjukkan bahwa selain orang-orang terdekat, hal-hal sederhana juga dapat menjadi sumber kebahagiaan. Seperti yang diungkapkan oleh beberapa partisipan :

“Hal kecil yang bisa membuat saya tertawa atau tersenyum dengan rasa nyaman” (P2)

“Perasaan senang karena hal-hal tertentu” (P5)

“Bahagia itu perasaan senang ketika kita melihat, memikirkan, dan di sekitar, terutama orang-orang melakukan sesuatu yang disukai” (P6).



Gambar 1. Foto ini diambil oleh P6 yang menggambarkan perasaan bahagiannya melihat banyak bunganya yang mekar.

Tema 2: Emosi Remaja Selama Masa Pandemi

Masa pandemi ini, memengaruhi keadaan dan reaksi psikologis remaja. Reaksi psikologis dilakukan melalui emosi. Fokus dari emosi remaja selama masa pandemi ini yaitu emosi negatif dan emosi positif.

Emosi Negatif. Sebagian besar remaja pada penelitian ini merasakan emosi negatif seperti kemarahan dan merasa kesepian yang ditimbulkan dari masalah-masalah yang dihadapi selama masa pandemi. P3 menjelaskan bahwa masalah-masalah didalam rumah membuatnya menyerah dengan keadaan. P3 mengatakan “*Banyak sih, masalah dalam rumah, lingkungan dan diri sendiri, keadaan memaksa untuk takluk dan menyerah*”

Bentuk emosi negatif lain juga ditunjukkan oleh P7. P7 menjelaskan bahwa keadaan keluarga yang tidak mendukung

membuatnya sering marah dan merasa kesepian. Hal ini dijelaskan oleh P7 melalui pernyataan berikut:

“Saya semakin kesini jadi gampang marah akan hal hal kecil, padahal saya sadar, saya tidak seharusnya marah, tapi saya tidak bisa mengontrol diri sendiri. Lanjutnya “saya kadang merasa kesepian, saya merasa tidak punya siapa siapa, tapi saya tau, saya masih punya teman teman disekitar saya, hanya saja, saya masih punya pemikiran seperti itu”

Disisi lain, adapun bentuk emosi negatif lainnya yaitu *Overthinking*. P8 menjelaskan bahwa selama masa pandemi, lebih banyak menghabiskan waktu dirumah sendirian dan tidak dapat bersosialisasi secara langsung dengan teman- teman menyebabkan P8 sering memikirkan sesuatu secara berlebihan.

Emosi Positif. Selain emosi negatif, ada pula pola emosi positif yang dirasakan partisipan remaja dalam penelitian ini. P3, P8, P10 dan P12 menjelaskan bahwa dalam menghadapi setiap masalah, mereka selalu berusaha untuk tetap bersyukur dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan berdoa. Dengan cara tersebut, partisipan dapat melewati masalah yang dihadapi dengan baik dan bersyukur merupakan kunci kebahagiaan. Sebagaimana dijelaskan oleh P3:

“Berfokus pada Tuhan jangan berfokus pada diri sendiri, jika punya masalah jangan merasa

masalah paling besar, kalau ingin menyelesaikan masalah minta hikmat dari Tuhan”

Bersyukur dan berdoa merupakan bentuk emosi positif yang dapat mendorong remaja untuk mengerti makna hidup dan memperoleh kebahagiaan. P6 menggambarkan rasa bersyukur dan kebahagiaan melalui sebuah foto yang diambil sewaktu ibadah bersama keluarganya (gambar 2).



Gambar 2. Diambil oleh P6 yang menunjukkan kebahagiaan saat beribadah bersama keluarga.

Emosi positif dalam bentuk yang lain ditunjukan oleh beberapa partisipan lainnya. P1, P2, P4, P7, dan P11 menjelaskan bahwa memberi waktu untuk fokus kepada diri sendiri dengan menenangkan diri dan selalu berusaha untuk berpikiran positif dapat membantu untuk menghindari emosi-emosi negatif dan memperoleh kebahagiaan. P1 menjelaskan:

“Yakinkan kepada diri sendiri bahwa kita mempunyai hak untuk bahagia. Hilangkan pikiran yang membuat kita down(jatuh), tetap berpikir positif apapun keadaan saat

ini”

Hal yang sama juga disampaikan oleh P7 mengenai caranya meredam dan mengatasi emosi negatif. P7 menjelaskan :

“kalau saya sedang emosi, saya menyendiri tanpa chatan(membangun komunikasi) ke orang lain dulu sampai mood(suasana hati) saya kembali. Kalau soal kesepian, saya membiarkannya saja, karena saya juga bingung dengan diri saya sendiri sebenarnya”

Perasaan tenang juga merupakan emosi positif yang mendorong remaja untuk dapat mengatasi masalah, meredakan emosi negatif dan memperoleh kebahagiaan di masa pandemi. Rasa tenang muncul dari reaksi diri terhadap lingkungan dan juga didukung oleh peran orang-orang terdekat yang selalu mendorong dan memberikan motivasi. P8 mengekspresikan perasaannya melalui foto yang menunjukan kebahagiaannya bersama keluarga (Gambar 3). Dalam wawancara P8 menjelaskan foto tersebut sebagai berikut :

“Merekalah orang-orang yang bisa membuat saya bahagia, dan mereka adalah orang-orang yang sangat saya cintai dan mendukung saya dalam segala situasi”



Gambar 3. Diambil oleh P8, menunjukkan kebahagiaan bersama keluarga yang selalu mendukung untuk tetap positif.

Tema 3: Perilaku Untuk Mendapatkan Kebahagiaan

Perilaku untuk mendapatkan kebahagiaan dipengaruhi oleh konsep kebahagiaan masing-masing individu dan juga nilai-nilai yang dipegang. Perilaku untuk mendapatkan kebahagiaan ini digambarkan P4 melalui foto rambut jagung di kebun yang dipintalnya saat bekebun (Gambar 4).



Gambar 4. Foto diambil oleh P4 untuk menggambarkan kebahagiannya saat berkebun.

Perilaku lain untuk mendapatkan kebahagiaan di masa pandemi juga dilakukan oleh P2, P5, P6 dan P10. Mereka

menjelaskan bahwa untuk memperoleh kebahagiaan mereka melakukan hal-hal yang disukai, seperti menonton dan bermain bersama hewan peliharaan.

“Saat melakukan hal-hal yang disukai”, lanjutnya “seperti pergi ke pantai, menonton drama korea, menggambar dan sebagainya” (P5)

“Tidak memikirkan hal yang tidak penting, tetapi nonton BTS, bermain bersama Holly di tambah keadaan rumah yang menurut saya sangat nyaman”. (P2)



Gambar 5. Diambil oleh P10 yang menggambarkan kasih sayangnya kepada binatang peliharaannya.

SIMPULAN

Konsep kebahagiaan remaja di Nusa Tenggara Timur sebelum dan selama pandemi COVID-19 tidak berubah, namun yang berubah adalah cara, motivasi, dorongan, serta hambatan untuk mendapatkan kebahagiaan tersebut. Remaja banyak mengalami hambatan untuk memperoleh kebahagiaan selama masa pandemi karena tekanan-tekanan dari lingkungan terutama keluarga. Beberapa

remaja mampu untuk menghindari emosi negatif selama pandemi dengan cara bersyukur dan memfokuskan diri pada Tuhan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa setiap remaja memiliki cara untuk mendapatkan kebahagiaan, namun remaja cenderung memfokuskan kebahagiaan pada pencapaian dan kepuasan yang dicapai. Saran berdasarkan hasil penelitian ini, Pemerintah Nusa Tenggara Timur harus berupaya mengoptimalkan pelayanan kesehatan mental selama masa pandemi dengan cara memberi edukasi kepada orang tua sebagai lingkungan sosial utama agar dapat mendukung dan menyediakan lingkungan yang baik dan tepat bagi remaja dalam masa perkembangannya.

DISKUSI

Dari hasil penelitian ini didapatkan beberapa tema yang berhubungan dengan eksplorasi kebahagiaan remaja di Nusa Tenggara Timur selama masa pandemi COVID-19. Peningkatan penyebaran virus COVID-19 yang tinggi menyebabkan pemerintah harus melaksanakan upaya-upaya preventif penyebaran virus COVID-19 sehingga mengubah struktur sosial masyarakat. Remaja yang merupakan bagian dari masyarakat berada pada fase perkembangan kognitif dan psikososial yang mempengaruhi perasaan, pemikiran, cara membuat keputusan dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka (WHO, 2021). Ini menunjukkan bahwa remaja mampu untuk mendefinisikan kebahagiaan

mereka sendiri sebagai salah satu bagian dari masyarakat. Definisi bahagia menurut Marthin Seligman dalam studi penelitian (Jusmiati, 2017) menunjukkan bahwa ada dua sudut pandang dalam mendefinisikan kebahagiaan. Definisi moral-laden menghendaki bahwa tolak ukur kebahagiaan adalah dari nilai-nilai moral dan berpusat pada perbuatan kebaikan (*virtue*); dan definisi *morally-neutral* menekankan kebahagiaan pada kesejahteraan subjektif dalam bentuk kepuasan penuh terhadap hidup atau pencapaian yang tinggi.

Beberapa partisipan menjelaskan bahwa definisi bahagia adalah ketika mereka bisa berdamai dengan diri sendiri. Definisi dari partisipan ini memiliki pemahaman yang sama dengan definisi kebahagiaan *morally-neutral* dari Martin Seligman, dimana kebahagiaan hadir dari dalam diri lewat kepuasan atau kenikmatan pencapaian yang tinggi dalam hidup. Remaja berada pada masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa sehingga remaja cenderung untuk mencoba mencari identitas diri mereka. Tidak jarang banyak remaja yang mengalami masalah saat mencari jati dirinya, yang membuat mereka tidak dapat menerima atau berdamai dengan diri sendiri. Di sisi lain ada juga partisipan yang mendefinisikan kebahagiaan sebagai pencapaian dari apa yang mereka inginkan. Konsep kebahagiaan ini dapat menunjukkan bahwa sebagian remaja memiliki konsep kebahagiaan

hedonisme dan eudemonisme dengan berfokus pada pemenuhan kebutuhan untuk dapat mengaktualisasikan diri. Konsep kebahagiaan ini dipengaruhi oleh kehidupan masa remaja dimana remaja cenderung lebih banyak bersosialisasi dengan dunia luar yang menyebabkan remaja memiliki pandangan yang idealis terhadap konsep kebahagiaan. Studi yang dilakukan oleh Imarodewi (2018) mengenai gaya hidup hedonisme pada remaja putri menunjukkan persamaan dengan kelima subyek penelitian, semuanya menunjukkan bahwa gaya hidup hedonisme memberikan kebahagiaan dan kesenangan. Dari hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa tidak ada perubahan pandangan terhadap konsep kebahagiaan pada remaja sebelum dan saat pandemi berlangsung, namun kebahagiaan remaja terpengaruh oleh perasaan dan emosi remaja selama masa pandemi dengan adanya struktur sosial yang baru.

Tema lainnya yang didapatkan dari penelitian ini adalah emosi pada remaja selama masa pandemi. Emosi yang muncul dalam diri remaja, merupakan bentuk ekspresi perasaan dari dalam diri remaja tersebut. Bentuk emosi yang diungkapkan pun ada emosi positif dan juga emosi negatif. Tiga remaja dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa keadaan rumah dan pikiran yang berlebihan menjadi penyebab timbulnya emosi negatif. Emosi negatif merupakan suatu bentuk reaksi terhadap situasi dan keadaan yang menyebabkan remaja tidak bahagia. Dalam studi

penelitian oleh (Diana, Yuliana, Adfa, Ricca, & Syorga, 2014) menunjukkan bahwa hubungan baik yang dibangun dengan orang lain dapat mempengaruhi kebahagiaan remaja. Hal ini menunjukkan bahwa, seharusnya di masa pandemi seperti ini keluarga harus mampu menjadi tempat ternyaman dan terdekat yang mampu menjangkau remaja, karena lingkungan terdekat yang berpengaruh terhadap perkembangan remaja adalah lingkungan keluarga (Diana & dkk, 2014). Pada masa pandemi ini, kemunculan emosi negatif seperti mudah marah, merasa kesepian dan overthinking terutama pada remaja merupakan hal yang wajar mengingat remaja masih dalam tahap perkembangan psikososial dan dengan adanya pembatasan aktivitas sosial serta penutupan sekolah menyebabkan remaja mengalami rasa takut, kekhawatiran dan kesepian karena tidak bisa bertemu dan bersosialisasi dengan orang lain. Ini dibuktikan dengan Penelitian (Yuwono, 2020) yang mengambil sampel sebanyak 40 orang dari kalangan remaja (mahasiswa) menunjukkan bahwa sebanyak 65% responden mengalami stres pada kategori sedang, 30% pada kategori rendah dan 5% pada kategori tinggi di masa pandemi.

Selain emosi negatif, ada juga beberapa remaja yang menunjukkan emosi positif selama masa pandemi ini. Beberapa remaja menunjukkan emosi positifnya dengan bentuk rasa syukur dan pendekatan diri kepada Tuhan. Studi Penelitian yang

dilakukan oleh (Ragil & Hermien, 2020) mengungkapkan bahwa rasa syukur dapat membentuk emosi positif dalam diri seorang remaja. Tidak hanya itu, rasa syukur juga dapat menumbuhkan cara berpikir, berperilaku, dan cara menilai sesuatu dari sisi positif sehingga individu dapat melihat masalah dalam pandangan positif dan mampu menyelesaikan masalah tersebut dengan baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sativa dan Helmi (2013) tentang syukur dan harga diri dengan kebahagiaan remaja menunjukkan bahwa syukur dan harga diri memberikan sumbangsih sebesar 59,7% terhadap kebahagiaan remaja. Rasa syukur termasuk emosi positif yang dapat meningkatkan kebahagiaan remaja dan membantu remaja untuk menghindari emosi negatif di masa pandemi ini.

Dari hasil penelitian ini juga didapatkan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu pendorong yang menimbulkan emosi positif pada remaja untuk tetap menjalani kehidupan di masa pandemi dengan bahagia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Erniati, Purwadi, dan Sari (2018) tentang peran resiliensi dan dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan remaja menunjukkan bahwa dukungan sosial keluarga terhadap remaja memberikan kontribusi sebesar 33,94% terhadap kebahagiaan remaja yang berarti bahwa dukungan sosial keluarga memberikan pengaruh yang besar terhadap kebahagiaan remaja. Selama masa pandemi,

remaja cenderung menghabiskan banyak waktu di rumah sehingga kondisi lingkungan keluarga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kebahagiaan remaja selama masa pandemi.

Timbulnya perasaan bahagia juga dapat bersumber dari perilaku yang dilakukan oleh remaja itu sendiri. Beberapa remaja dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mereka merasa bahagia saat mereka melakukan hal yang mereka suka. Namun dalam penelitian yang dilakukan oleh (Gde & I Ketut, 2019) mengungkapkan bahwa bagi individu yang memiliki prinsip seperti ini (merasa bahagia karena melakukan hal yang mereka sukai) tidak akan mencapai kebahagiaan yang berkelanjutan. Hal ini disebabkan karena individu hanya akan berfokus pada satu hal yang dapat menjadi pusat kebahagiaannya dan tidak mencoba hal baru untuk mendapatkan pengalaman dan dapat memberikan kebahagiaan lebih dari hal baru tersebut. Gde dan I Ketut (2019) mengungkapkan bahwa beberapa hal yang dapat mempengaruhi kebahagiaan, yaitu: 1) Penghasilan; 2) Harapan; 3) Hubungan; 4) Iman; 5) Bersyukur; 6) Perilaku Pro Lingkungan; 7) Kesehatan; 8) Modal Sosial; dan 9) Budaya.

Keterbatasan dalam penelitian ini terkait dengan jumlah partisipan. Dalam penelitian ini berfokus pada remaja yang berdomisili di NTT dan terkhusus di daerah Kota Kupang yang membuat penelitian ini hanya berfokus pada satu daerah saja.

Kesulitan dalam menjangkau remaja lain di luar Kota Kupang membuat penelitian ini menjadi sempit jangkaunya.

Semua tema yang didapat dari penelitian ini menunjukkan eksplorasi kebahagiaan remaja selama masa pandemi. Hal yang paling utama untuk meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan remaja di masa pandemi yaitu keadaan keluarga terutama dukungan orang tua. Peningkatan pelayanan kesehatan mental terutama untuk remaja dimasa pandemi perlu untuk ditingkatkan agar remaja mampu beradaptasi dan memperoleh kebahagiaannya. Beberapa upaya untuk memberikan pelayanan kesehatan mental selama masa pandemi telah dilakukan oleh pemerintah namun mengingat fakta bahwa kesehatan mental merupakan salah satu hal yang tidak terlalu diperhatikan di masyarakat Indonesia, maka pemerintah perlu untuk mengoptimalkan pelayanan kesehatan mental lagi melalui lembaga-lembaga kesehatan dan memberikan edukasi kepada masyarakat terutama para orang tua untuk dapat menciptakan lingkungan yang sehat bagi perkembangan psikologis remaja di masa pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Braun, V., & Clarke V. (2006). *Using thematic analysis in psychology. Qualitative research in psychology Journal*, 3(2), 77-101.
- Elfida, D., & dkk. (2014). *Hubungan Baik*

Dengan Orang yang Signifikan dan Kontribusinya Terhadap Kebahagiaan Remaja Indonesia. Jurnal Psikologi, 10(2), 66-73.

Erniati, S., Purwadi., & Sari, E. Y. D. (2018). *Peran Resiliensi dan Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kebahagiaan Remaja. KNAPPPTMA* ke-7, 78-85.

Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). *Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)*, 6(1), 1-4.

Imarodewi, H. (2018). *Gaya Hidup Hedonisme Pada Remaja Putri*. eprints.umc.ac.id.

Jusmiati. (2017). *KONSEP KEBAHAGIAAN MARTIN SELIGMAN: SEBUAH PENELITIAN AWAL. RAUSYAN FIKR*, 13(2), 359-374.

Putra, G. B. B., & Subidia, I. K. (2019). *Faktor-Faktor Penentu Kebahagiaan Sesuai Dengan Kearifan Lokal Di Bali. E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*, 8(1), 79-94.

Sativa, A. R., & Helmi, A. F. (2013). *Syukur dan Harga Diri dengan Kebahagiaan Remaja. Jurnal Wacana Psikologi* fk.uns.ac.id.

Yuwono, S. D. (2020). *Profil Kondisi Stres di Masa Pandemi Covid-19 Sebagai Dasar Intervensi Dalam Praktek Mikrokonseling*. *Ristikdik (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 5(1), 132- 138.

Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPC PEN). (2021). *Peta sebaran Covid-19*. Retrieved from <https://covid19.go.id/peta-sebaran>

UNICEF. (2020). *Child & adolescent*

health and COVID-19, UNICEF Data: Monitoring the situation of children and women. Retrieved from <https://data.unicef.org/topic/child-health/child-health-and-covid-19/>.

WHO (World Health Organization). (2021). *Adolescent health, Health topics, WHO int.* Retrieved from https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Psychological Well-Being Pada Perempuan Jawa Yang Memilih Berkarir

Psychological Well-being in Javanese Career-Woman

NADHIRAH MAULIDYA¹, MARY PHILIA ELISABETH²

Fakultas Magister Psikologi Sains, Universitas Surabaya

Email : ¹nadhirahmaulidya@gmail.com

Abstrak : Sebagai perempuan Jawa terutama di lingkungan urban modern, bekerja bukan menjadi hal utama. Dalam hal ini budaya jawa memegang konsep patriarki sehingga laki-laki dan perempuan memiliki perannya masing-masing, termasuk persoalan karir. Selain itu, faktor sosial terkait stereotip yang berkembang dalam lingkungan sosial menjadikan perempuan dan laki-laki mendefinisikan dirinya menggunakan atribut yang mencirikan kelompok gendernya. Tetapi, di masa modern banyak perempuan Jawa memilih berkarir karena ingin mengembangkan *skill* yang telah dimiliki, dan mengaplikasikan kemampuannya. Seringkali para perempuan yang bekerja cenderung mengalami kondisi psikis yang tidak baik, diantaranya mengalami stress seperti mengganggu *psychological well beingnya*. Penelitian dengan metode *literature review* ini bertujuan untuk mengetahui *psychological well being* pada perempuan Jawa yang memilih berkarir dengan berlandaskan adanya *gap generation* terkait pandangan perempuan karir, mendobrak nilai tradisional perempuan Jawa yang sudah tidak relevan dengan era modern. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan bahwa kondisi *psychological well being* pada perempuan Jawa yang memilih berkarir bisa ditingkatkan berdasarkan dimensi adalah *aspek self acceptance, personal growth, purpose in life, environmental master, autonomy, positive relation with others*.

Kata Kunci: Berkarir, Perempuan Jawa, *Psychological Well-being*

Abstract : As a Javanese woman, especially in a modern urban environment, work is not the main thing. In this case, Javanese culture holds the concept of patriarchy so that men and women have their respective roles, including career issues. In addition, social factors related to stereotypes that develop in the social environment make women and men define themselves using attributes that characterize their gender group. However, in modern times many Javanese women choose careers because they want to develop the skills they already have, and apply their abilities. Often women who work tend to experience psychological conditions that are not good, including experiencing stress such as disturbing their psychological well being. This research using the literature review method purpose to determine the psychological well being of Javanese women who choose a career based on the generation gap related to the views of career women, breaking the traditional values of Javanese women which are no longer relevant to the modern era. Based on the results of research conducted, the psychological well-being of Javanese women who choose a career can be improved based on the dimensions is namely aspects of self-acceptance, personal growth, purpose in life, environmental master, autonomy, positive relations with others.

Key words: Career, Covid-19, Javanese Woman, Psychological Well-Being

PENDAHULUAN

Kehidupan modern dan dalam era pembangunan saat ini, banyak perempuan yang tidak puas jika hanya di rumah menjalankan tugas-tugas rumah tangga. Banyak perempuan yang telah memasuki dunia kerja. Seperti dilansir CNN Indonesia, dikatakan bahwa Indonesia pada tahun 2016 menduduki peringkat ke 6 dengan persentase 36% posisi senior dalam sebuah perusahaan dibawah Rusia (45%), Filipina & Lithuania (39%), Estonia & Thailand (37%). Hal ini menunjukkan dimasa modern banyak perempuan memilih berkarir karena ingin mengembangkan bakat maupun *skill* yang telah dimiliki, mengaplikasikan kemampuan dan berkeinginan maju. Khususnya pada perempuan Jawa. Arti dari istilah “Perempuan Jawa” adalah orang Jawa asli yang dibesarkan dengan nilai-nilai budaya Jawa. Perempuan Jawa menurut tradisi adalah perempuan yang bertutur kata halus, tenang, diam/*kalem*, dan tidak boleh melebihi laki-laki (Handayani, 2008) hal tersebut berkaitan dengan perempuan Jawa jika memilih berkarir akan terkesan kurang *kalem* dan bisa saja melebihi laki-laki dalam beberapa hal seperti pemasukan, rasa tanggung jawab, atau bahkan menjadi tulang punggung keluarga. Stereotip tersebut yang sudah dikenal sejak kecil oleh masyarakat tidak akan mudah hilang seiring waktu karena sudah ditanamkan dalam diri oleh keluarga walaupun budaya yang bersifat dinamis yang memiliki potensi berubah seiring waktu dan kepribadian atau identitas seseorang juga dapat berubah mengikuti budaya dimana orang tersebut tinggal agar dapat bertahan

hidup. Kedudukan perempuan Jawa dewasa ini menjadi perhatian dari berbagai kalangan pekerja sosial khususnya yang memiliki ketertarikan terhadap kajian perempuan dan berbagai persoalan yang melibatkan perempuan. Persoalan seputar kehidupan perempuan, seperti kesetaraan hak, pembedaan perlakuan, kekerasan dalam rumah tangga, tenaga kerja perempuan, dan perdagangan.

Maslow dan Rogers (2012) mengatakan berfokus pada aktualisasi diri dan pandangan tentang orang yang berfungsi sepenuhnya masing-masing, sebagai cara untuk mencapai *psychological well being* dan kepuasan pribadi, dalam kasus ini terdapat pula perempuan Jawa yang tidak bisa terus menerus terkukung dalam pemikiran dan stereotip yang “masak, manak, macak” maka dari itu, terdapat perempuan Jawa yang memilih berkarir untuk mencapai *well being* dan mencapai aktualisasi . Menurut Ryff (1989), *well-being* itu sendiri terkait dengan fungsi psikologi positif yang selanjutnya disebut sebagai *psychological well-being*. Maslow dan Rogers (2012) memberikan teori pada fokus pengaktualisasian diri dan pandangan tentang seseorang yang memiliki fungsinya masing-masing sebagai cara untuk mencapai *psychological well being* dan kepuasan diri. Jika dalam teori Ryff (1989), pemaknaan *well being* yakni terkait dengan fungsi psikologi positif yang selanjutnya disebut sebagai *psychological well being*. *Psychological well being* merupakan realisasi dan pencapaian dari potensi individu, dimana individu dapat menerima masa lalunya dengan segala kelebihan dan kekurangannya (*self acceptance*), menunjukan sikap independen

atau mandiri (*autonomy*), mampu membina hubungan yang positif dengan orang lain (*positive relation with other*), dapat menguasai lingkungannya (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), serta mampu mengembangkan pribadinya (*personal growth*). Semua teori dasar yang telah dikemukakan diatas, manusia akan selalu mencari dan menggali potensi diri untuk mencapai tahapan *well-being* tersebut, dari sana manusia akan mampu menemukan jati diri dan merasa hidup, dalam hal ini perempuan Jawa yang memilih berkarir.

Adanya paham yang memberikan perspektif bahwa peran perempuan adalah untuk melayani, mengurus serta bertanggung jawab dalam urusan keluarga (macak, manak dan masak), sedangkan laki-laki diberi tugas sebagai sumber nafkah yang utama dan bertanggungjawab terhadap kebutuhan keluarga telah mengakibatkan terjadinya pembagian tugas di sektor domestik yaitu dalam kehidupan rumah tangga dan sektor publik diluar kehidupan rumah tangga. Sistem budaya patriarki inilah yang kemudian diduga dapat mendorong munculnya *fear of success* pada perempuan, terutama pada perempuan Jawa (Ningrum, 2006; Realyta, 2007). Hal itu dapat dimengerti karena dengan kesuksesannya, akan muncul kecemasan tersendiri bahwa dia akan ditolak masyarakat karena budaya yang berkembang kurang mengizinkan perempuan sukses di sektor publik.

Menurut Barker (2000), Indonesia merupakan negara yang kental akan sistem patriarki, dimana laki-laki dianggap kedudukannya lebih tinggi dari perempuan,

bahkan ditempatkan sebagai sosok otoritas utama yang sentral dalam sebuah organisasi sosial. Seorang laki-laki bisa bekerja, melanjutkan pendidikan ke mana pun, sedangkan perempuan tidak boleh melanjutkan pendidikan, tidak boleh bekerja keluar rumah karena ujung-ujungnya dapur, mengurus anak, mengurus keluarga, sehingga perempuan kurang mendapatkan Pendidikan. Tetapi, stereotip tentang itu telah terbantahkan semenjak munculnya gerakan emansipasi perempuan yang digagas oleh Raden Ajeng Kartini, (Nata, 1997: 11-13). Dalam hal ini sebenarnya menuntut hak perempuan dalam dunia pendidikan, bagaimana perempuan menjadi role model dalam sosialisasi primer di keluarga, jika perempuan tidak mampu memberikan pemahaman mengenai pembelajaran pendidikan, sehingga penting perempuan dalam menempuh Pendidikan.

Perempuan hanya bertugas di rumah, sebagai istri yang baik dan sebagai ibu yang baik tanpa adanya kebebasan apapun bahkan perempuan pun tidak memperoleh kebebasan dalam berpikir atau menuangkan pemikirannya. Dengan melihat isu atau permasalahan di atas, maka tergugahlah hati beberapa tokoh perempuan salah satunya adalah Raden Ajeng Kartini untuk mengubah pola pikir masyarakat tentang perempuan, dan mengubah kedudukannya sejajar dengan laki-laki, terlebih dalam hal perjuangan dan pemikiran R.A. Kartini tentang pendidikan perempuan di Indonesia. Kemudian persamaan derajat yang digagas oleh R.A. Kartini adalah sebuah bentuk emansipasi wanita. Salah satunya bidang pendidikan, dimana perempuan juga seharusnya

mendapatkan haknya untuk memperoleh pendidikan, hak dalam menuangkan pemikirannya, dan haknya dalam berinteraksi atau bersosialisasi dengan masyarakat, karena sejatinya manusia adalah makhluk sosial yang harus saling berinteraksi kepada sesama masyarakat. Cita-cita yang diinginkan R.A. Kartini adalah membangun Sekolah wanita agar wanita mendapatkan pendidikan dengan baik dan layak (Nata, 1997: 9-10). Menurut Kartini pendidikan merupakan salah satu alat yang digunakan untuk membuka pikiran masyarakat ke arah modern. Pendidikan merupakan suatu langkah menuju peradaban yang maju, dimana laki-laki dan perempuan saling bekerjasama untuk membangun sebuah bangsa. Persamaan pendidikan adalah salah satu bentuk kebebasan kepada kaum perempuan. kebebasan untuk berdiri sendiri, dan menjadi perempuan yang mandiri, menjadi perempuan yang tidak bergantung pada orang lain atau laki-laki (Pane, 2008: 34).

Semakin berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi informasi serta komunikasi, semua mengalami perubahan. Bahkan banyak ditemui perempuan bukan hanya menempuh pendidikan formal layaknya laki-laki, tetapi juga bisa mengembangkan potensi yang dimilikinya, memunculkan kreatifitas, berkarya, dan berkarir di arena publik, layaknya seorang laki-laki. Demi meraih hak sama di segala bidang, perempuan mengharapkan kesetaraan gender. Kesetaraan disini bukan berarti tuntutan perempuan untuk menyamakan fungsi perempuan dan laki-laki. Kesetaraan disini, dimana perempuan ingin memiliki akses dan kesempatan yang sama

sesuai dengan kompetensinya, hal itu termasuk juga profesi di dunia kerja (Wani & Dastiar, 2018). Selain itu, *women empowerment* yakni pemberdayaan perempuan adalah sebuah gerakan yang melibatkan rasa hormat, kemuliaan, dan pengakuan terhadap semua perempuan. Perempuan bekerja di latar belakangi bukan hanya dikarenakan alasan ekonomi, tetapi juga adanya keterampilan pengetahuan dan pengaktualisasian diri maupun ingin memperoleh kepuasan batin, yang disebabkan adanya anggapan umum bahwa dunia pekerjaan merupakan dunia pria, sehingga dengan demikian perempuan akan merasa telah mampu duduk sejajar dengan kaum pria dengan cara mengaktualisasikan diri melalui bekerja, namun demikian perempuan tidak terlepas dari kodratnya (Mangkuprawira & Vitalaya, 2007). Berkaitan dengan *women empowerment* ada juga perempuan modern seperti Maudy Ayunda, memberikan pandangannya tentang *women empowerment* pada acara Fimela Fest 2018.

“Kalau buat aku, women empowerment itu penting banget. Kita sebagai perempuan yang lahir di banyak situasi-situasi dunia pekerjaan, dunia digital dan yang lainnya, sudah seharusnya perempuan memiliki kepercayaan diri dan kebebasan untuk membuat pilihan sendiri dengan kemampuannya, Kadang-kadang itu ada beberapa hal yang membuat kita tidak bisa bergerak, atau ide-ide yang menyempitkan jalan kita ke depan, atau ada yang membuat tidak percaya pada diri kita sendiri. We are develop to

achieve what we want to.”

Women empowerment bagi Maudy adalah sebuah cara mendapatkan kesetaraan dan pengakuan bahwa perempuan juga bisa dalam melakukan apapun. Ditambahkan kembali dengan statementnya :

“Sekali lagi kenapa ini penting, karena dunia sometimes moves, we have to stand for our self to believe thing more than that dan kita sebagai perempuan harus saling mengingatkan karena kadang dunia and all of this pressure, all of this expectation are bigger than we are, kita bisa sangat mudah untuk terbawa dan mudah percaya. Karena ada arus-arus yang harus kita lawan bersama.”

Tidak hanya Maudy Ayunda, tetapi ada juga Dian Sastro salah satu yang membanggakan adalah, Dian sangat concern di dunia pendidikan. Berkaitan dengan pandangannya tentang *women empowerment*, Dian juga berstatement sebagai berikut :

“Buat saya pemberdayaan perempuan adalah saat kita mampu dan berguna untuk orang lain. Saya selalu percaya bahwa perempuan terdidik pasti akan menghasilkan generasi selanjutnya yang terdidik juga sehingga bangsa tersebut akan maju. Salah satu hal agar sebuah bangsa menjadi maju sangat tergantung dari seberapa terdidik bangsa tersebut dan perempuan adalah kuncinya. Dan berani bermimpi besar. Karena kalau kita bermimpi kecil ya kita akan dapat yang kecil juga. Tapi yang penting

bangun dan kejar mimpi kita.”

Seiring dengan perkembangan zaman, mulai tampak adanya pergeseran peran para perempuan. Banyak kaum perempuan yang telah memasuki dunia kerja. Dari situlah, seringkali para perempuan yang bekerja cenderung mengalami kondisi psikis yang tidak baik, diantaranya mengalami stres, sebagaimana terdapat dalam sebuah jurnal dari Rini (2002) yang mengatakan bahwa, para perempuan yang bekerja dikabarkan sebagai pihak yang mengalami stress lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Masalahnya, perempuan bekerja menghadapi konflik peran sebagai perempuan karir sekaligus ibu rumah tangga. Hal ini disebut *work family conflict* yang didefinisikan sebagai ketidakcocokan timbal balik antara tuntutan peran pekerjaan dan tuntutan peran keluarga sehingga menimbulkan kecemasan, terutama ibu rumah tangga (dalam Jamadin, et al., 2015). Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungannya. Karyawan dapat menanggapi kondisi tekanan tersebut konstruktif maupun destruktif. Nilai-nilai tersebut dapat diterapkan dan berharap dapat membuat gambaran kerangka ditempat kerja masa depan yang akan menjadi ruang bagi perempuan agar dapat berkembang sebagai diri kita sendiri tanpa mengorbankan kepribadian atau tujuan pribadi kita.

Apa itu *well being*? *Well being* atau kesejahteraan adalah hasil positif yang berarti bagi orang-orang dan bagi banyak sektor masyarakat, karena hal itu memberitahu kita bahwa orang-orang merasa bahwa hidup

mereka berjalan dengan baik. Selain itu, ada banyak deskripsi tentang kesejahteraan, fakta bahwa kesejahteraan itu penting bagi semua orang tidak dapat disangkal. Kesejahteraan memiliki banyak komponen, seperti mental, psikologis, sosial, emosional, dan spiritual. *The World Health Organization* menggambarkan “kesejahteraan” sebagai sumber daya untuk hidup sehat dan keadaan kesehatan yang positif yang lebih dari tidak adanya penyakit dan memungkinkan kita berfungsi dengan baik secara psikologis, fisik, emosional, dan sosial. Dengan kata lain, kesejahteraan digambarkan sebagai memungkinkan orang untuk mengembangkan potensi mereka, bekerja secara produktif dan kreatif, membentuk hubungan positif dengan orang lain dan memberikan kontribusi yang berarti bagi masyarakat (*Foresight Mental Capital and Wellbeing Project* 2008). Namun, banyak indikator yang mengukur kondisi kehidupan gagal untuk mengukur apa yang orang pikirkan dan rasakan tentang kehidupan mereka, seperti kualitas hubungan mereka, emosi dan ketahanan positif mereka, realisasi potensi mereka, atau kepuasan mereka secara keseluruhan dengan kehidupan yaitu, “kesejahteraan”. Kesejahteraan umumnya mencakup penilaian global tentang kepuasan hidup dan perasaan mulai dari depresi hingga kegembiraan.

Persoalan kesetaraan hak dan pembedaan perlakuan antara laki-laki dan perempuan yang terjadi di Indonesia hampir di berbagai aspek kehidupan. Aspek tersebut di antaranya adalah di bidang, politik, ekonomi, sosial, dan budaya. Kedudukan perempuan di berbagai aspek

tersebut selalu mendapatkan diskriminasi atau perlakuan berbeda jika dibandingkan dengan laki-laki.

Salah satu yang perlu mendapatkan perhatian lebih adalah pada aspek budaya yakni dalam berkarir. Terutama di dunia kerja, banyak posisi strategis yang aksesnya tertutup bagi perempuan. Perempuan dianggap tidak pantas memimpin dalam pekerjaan karena dinilai sebagai makhluk yang terlalu menggunakan perasaan dan sulit mengambil keputusan dengan bijak. Pelekatan pembagian pekerjaan antara perempuan dan laki-laki sudah sejak lama diyakini kebenarannya. Karena itu perempuan yang berkarya di ranah publik terus saja dibebani dengan tanggung jawab seperti mengasuh anak, mengurus rumah, memasak, menyiapkan kebutuhan keluarga, membayar tagihan-tagihan dan masih banyak pekerjaan domestik lainnya. Serta harus mempertimbangkan berbagai persoalan keuangan, pendidikan, serta sosial maupun keharmonisan keluarga. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mengetahui pengaruh *psychological well being* pada perempuan jawa dalam memilih berkarir. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui *psychological well being* pada perempuan Jawa yang memilih berkarir, dengan memberikan manfaat dalam penelitian ini dapat memberikan manfaat dalam pendeskripsian adanya generation gap yang merasa bahwa perempuan bekerja mampu membangun *well being* pada dirinya. Tidak hanya terkukung dalam pemikiran bahwa perempuan yang “macak, manak, masak”.

METODE

Penelitian dengan metode literature review ini bertujuan untuk mengetahui *psychological well being* pada perempuan Jawa yang memilih berkarir, mendobrak nilai tradisional perempuan Jawa yang sudah tidak relevan dengan era modern.

HASIL

Adanya stigma sosial budaya yang berkembang atas nilai-nilai sosial pada perempuan terkait pemilihannya untuk berkarir. Hal ini disebabkan karena adanya pandangan masyarakat yang muncul bahwa seorang perempuan akan menjadi pembicaraan public apabila memilih berkarir sehingga berkaitan dengan prinsip hormat maka sebisa mungkin seorang perempuan Jawa tidak tampil dalam sektor public karena secara normative istri tidak boleh melebihi suami (susanti, 2012). Selain itu adanya stigma bahwa seorang perempuan harus pandai macak, masak, manak, bila ketiga hal ini gagal dijalankan, ia dianggap tidak ada nilainya lagi baik dalam keluarga maupun masyarakat. Seorang perempuan yang tidak dapat masak atau mempunyai anak dianggap tidak sesuai dengan budaya Jawa karena stereotype yang terbentuk dalam masyarakat budaya jawa. Konsep yang berkembang dalam masyarakat jawa tersebut sangat jelas menggambarkan sistem nilai masyarakat patriarkisme dalam budaya Jawa yang memberikan pemaparan soal kedudukan dan peranan perempuan dalam masyarakat jawa (Geertz, Clifford 2013).

Berikut 5 literatur review dengan

masing-masing jurnal yang menjelaskan hal yang berbeda, namun tetap membahas *psychological well being* pada Perempuan berkarir secara umum pada era modern, dikarenakan literatur penelitian perempuan Jawa berkarir yang ada pada saat ini belum banyak dibahas.

Judul	Penulis	Teori Yang Berkaitan	Kondisi Perempuan Berkarir
<i>Psychology of Work and Well-being among Working Women</i>	Sundar Madhu Sudana	<i>1. Psychological well-being; 2. Stress; 3. Discrimination of working women</i>	Banyaknya diskriminasi dan menciptakan perasaan stress yang disebabkan oleh lingkungan, namun perempuan tetap bekerja untuk mencapai kondisi well-being
<i>Women in the Workplace: The Impact of Work Status on Well-being</i>	Lenno, Mary Clare	<i>1. Psychological Well-being; 2. Employment Status</i>	Posisi dalam pekerjaan mempengaruhi kondisi well-being perempuan di dalam

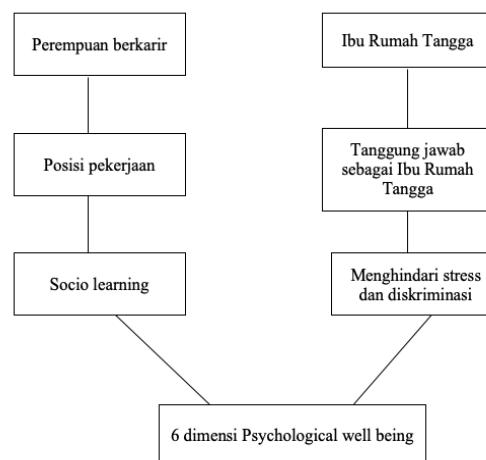
<i>ance</i>		dan di luar	<i>Psych</i>	Paul,	<i>I.</i>	Kondisi
<i>of</i>		kantor	<i>ologic</i>	Rose	<i>Psychologi</i>	dalam
<i>Work</i>			<i>al</i>	K.I	<i>cal well-</i>	pekerjaan
<i>Condit</i>			<i>well-</i>		<i>being; 2.</i>	dan
<i>ions.</i>			<i>being</i>		<i>Woman</i>	pengembangan
Perbedaan	Ni Luh Koma	1. <i>Psycholog</i> i	Perempuan yang	<i>among</i>	<i>Empowerm</i>	perempuan
Tingkat	ng & Lestari	<i>cal Well-being; 2.</i>	bekerja akan	<i>adoles</i>	<i>ent; 3.</i>	dalam
<i>Psych</i> ; Made	Ibu Rumah Diah	<i>Ibu Rumah Tangga; 3.</i>	memiliki kesempatan	<i>cents</i>	<i>Employmen</i>	bekerja
<i>ologic</i>		<i>Tangga; 3.</i>	untuk	<i>with</i>	<i>t Status</i>	pula, dapat
<i>al</i>		<i>Perempuan</i>	belajar dari	<i>workin</i>		mengembara
<i>Well-</i>		<i>Karir; 4.</i>	berbagai	<i>g and</i>		ngkan
<i>Being</i>		<i>Socio-</i>	situasi yang	<i>non</i>		kemampuan
Pada		<i>learning</i>	harus	<i>workin</i>		nnya dalam
Ibu			dihadapi,	<i>g</i>		kehidupan
Ruma			termasuk	<i>mother</i>		nyata,
h			adanya	<i>s</i>		seperti
Tangga			tantangan-			membantu
a			tantangan			anak dalam
Denga			dalam			perkembangan
n Ibu			pekerjaann			gannya,
Bekerja			ya dan akan			relasi
a Di			memperole			dengan
Kabupaten			h			sesama,
Gianyar			kesenangan			dan
ar			saat mampu			memiliki
Apsar			mencapai			kondisi
yanthi			tujuan			pikiran
			jangka			yang selalu
			panjang			positif
			dalam			
			pekerjaan			

Pemiki	Hudai	<i>1. Woman Empowerment; 2. Employment Status; 3. Education, Pemikiran</i>	R.A.
ran	dah,	<i>Empowerment; 2. Employment Status; 3. Education, Pemikiran</i>	Kartini
Pendid	Karlin	<i>memandan</i>	
ikan	a	<i>g bahwa</i>	
dan		<i>Pendidikan</i>	
Perjua		<i>adalah</i>	
ngan		<i>suatu hal</i>	
Raden		<i>yang sangat</i>	
Ayu		<i>penting</i>	
Kartini		<i>dengan</i>	
Untuk		<i>pendidikan</i>	
Perem		<i>mampu</i>	
puan		<i>mengangka</i>	
Indone		<i>t derajat</i>	
sia		<i>dan mampu</i>	
		<i>mengangka</i>	
		<i>t martabat</i>	
		<i>bangsa</i>	
		<i>Indonesia</i>	
		<i>baik itu</i>	
		<i>pendidikan</i>	
		<i>untuk laki-</i>	
		<i>laki</i>	
		<i>maupun</i>	
		<i>untuk</i>	
		<i>perempuan</i>	
		<i>dan cita-</i>	
		<i>cita yang</i>	
		<i>diinginkan</i>	

Berdasar tabel diatas dapat disimpulkan bahwa proses Ibu rumah tangga dan Perempuan berkarir berbeda dalam mencapai kondisi *well being*nya. Perempuan yang bekerja akan memiliki kesempatan untuk belajar dari berbagai situasi yang harus dihadapi, termasuk adanya tantangan-tantangan dalam pekerjaannya dan akan memperoleh kesenangan saat mampu

mencapai tujuan jangka panjang dalam pekerjaan yang dapat diterapkan dalam dan di luar kantor. Perempuan berkarir juga bisa melihat dan turut mengambil andil dalam perkembangan anaknya dan juga merawat suami serta kondisi rumah. Perempuan karir juga cenderung acuh dengan adanya rasa diskriminasi namun tetap merasakan stress dikarenakan tuntutan pekerjaan dan juga dituntut supaya selalu siap sedia untuk mengatasi berbagai kondisi dirumah, terutama memposisikan diri sebagai ibu rumah tangga ketika interaksi dengan suami dan anak.

Skema 1. Pembentukan *Psychological well being*



Pada skema diatas dapat ditunjukkan bahwa terdapat dua golongan perempuan dalam lima literatur yang ditemukan peneliti, yaitu Ibu rumah tangga dan Perempuan Berkarir. Dalam mencapai kondisi *well being* terhadap dua proses yang berbeda pada perempuan berkarir untuk mencapai kondisi *well-being* diperlukan posisi pekerjaan yang memadai, hal ini dikarenakan apabila perempuan dengan kondisi dalam pekerjaan

yang baik, perempuan akan selalu mempelajari hal baru sehingga dapat memuaskan dirinya dan mencapai kondisi *well being*. Ibu rumah tangga memiliki rasa tanggung jawab dalam mengurus keluarga, terutama dalam aspek *parenting*. Selain karena rasa tanggung jawab tersebut, perempuan juga merasa ingin menghindari rasa stress dan diskriminasi terhadap dirinya. Dari semua hal tersebut merupakan cara ibu rumah tangga mencapai kondisi *well being* nya.

Sebagai perempuan yang lahir dari rahim budaya Jawa, bekerja tidak menjadi hal pokok bagi perempuan. Hal ini terjadi karena budaya Jawa memegang erat konsep patriarki sehingga kedudukan antara laki-laki dan perempuan memiliki tugas dan perannya masing-masing termasuk masalah pekerjaan. Bentuk pengekspresian dari perempuan Jawa yang membuat terlihat berbeda konsep dirinya. Hal ini terlihat dari perempuan Jawa dahulu kalem tetapi sesungguhnya dibalik sifat kalem itu ada kekuatan. Kekuatan perempuan Jawa dahulu terlihat dari perempuan Jawa pada zaman dahulu lebih banyak yang melakukan diam ketika menunjukkan ekspresi marahnya sehingga membuat orang lain dengan sendirinya merasa terhukum oleh sikap diam itu. Konsep perempuan Jawa yang lain tertuang dalam Serat Candrarini (Murniati, dalam Budiati, 2012) yang dapat dirinci menjadi antara lain ada beberapa butir : 1) Setia pada laki-laki, 2) Rela dimadu, 3) Mencintai sesama, 4) Menguasai pekerjaan perempuan, 5) Pandai berdandan dan

merawat diri, 6) Sederhana, 7) Pandai melayani laki-laki, 8) Menaruh perhatian pada mertua, 9) Gemar membaca buku tentang nasehat bagi perempuan.

Upaya meningkatkan pengetahuan dan prestasi perempuan Jawa, salah satunya dilakukan oleh Kartini. Pada mulanya, sekolah hanya khusus untuk orang Belanda dan juga bangsawan pribumi. Pembatasan akses ke sekolah itu secara mental memberikan makna bagi sekolah dalam struktur sekolah Jawa. Perempuan baru boleh masuk sekolah pada awal abad 20. Tetapi yang perlu dipertimbangkan adalah bahwa kesempatan itu tidak bergeser untuk memajukan perempuan sebagaimana pengertian pendidikan di Barat. Artinya, sekolah tidak difungsikan secara sosial sebagai alat untuk membuat perempuan bisa duduk pada meja yang sama dengan laki-laki, melainkan semata-mata dipahami sebagai suatu ruang yang berbeda dari ruang rumah tangga (Permanadeli, 2015).

Sebagaimana kutipan dari Kartini:

“Jika kita meminta pendidikan dan pengajaran untuk anak perempuan, itu bukan maksud untuk membuat mereka menjadi saingan bagi laki-laki, tetapi agar perempuan mampu melakukan tugas besar yang diberikan kepadanya oleh Ibu Alam; ibu adalah pendidik pertama, ibu adalah pusat keluarga dan dia bertanggungjawab untuk memelihara anaknya bagi keluarga besar, sebab suatu hari anak itu akan menjadi bagian dari keluarga besar itu, dan

bagian dari keluarga yang lebih besar lagi, yaitu masyarakat. Dengan maksud itulah kita meminta pendidikan dan pengajaran bagi anak perempuan.”

Kutipan di atas seakan mendukung pendapat bahwa perempuan Jawa adalah kanca wingking, karena tempatnya bukan di depan sejajar dengan laki-laki, tetapi di belakang, di dapur karena dalam konsep budaya Jawa wilayah kegiatan istri adalah seputar dapur, sumur, dan kasur. Jika ada yang melanggar tata aturan yang berlaku, maka harus bersiap menerima sanksi dari masyarakat. Paradoks kedudukan perempuan dan tuntutan sosial budaya terhadap kaum perempuan untuk selalu bersikap dan berperilaku yang berpusat pada keluarga inilah yang sering menimbulkan konflik pada diri perempuan yang berkarir, yaitu konflik antara ideal budaya (*cultural ideal*) dan perempuan sebagai sumber daya manusia (Karpicke, 1980; Suratijah, 1991, dalam Sahrah, 2011).

Kehidupan modern dan dalam era pembangunan saat ini, banyak perempuan yang tidak puas jika hanya di rumah menjalankan tugas-tugas rumah tangga. Banyak kaum perempuan yang telah memasuki dunia kerja. Dalam hal ini, Penelitian juga menunjukkan bahwa orang yang melaporkan tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi cenderung lebih terlibat dalam kegiatan sosial dan kelompok masyarakat, Bertanggung jawab terhadap lingkungan, Mengalami hubungan keluarga dan sosial

yang lebih baik di rumah, Lebih produktif dalam bekerja, Lebih cenderung bekerja atau belajar penuh waktu dan lebih mungkin untuk pulih lebih cepat dari berbagai penyakit kronis (misalnya diabetes). Adanya pengaruh pada kesejahteraan sekarang dipahami secara luas bahwa pengaruh terbesar pada kualitas dan kapasitas kita untuk kesejahteraan yang optimal sebagian besar berkaitan dengan kondisi sosial dan ekonomi di mana kehidupan kita berlangsung (Organisasi Kesehatan Dunia 2004).

Setelah dilakukan analisis terhadap literatur review, ditemukan bahwa ke enam dimensi *psychological well being* berkaitan dan berhubungan dengan bagaimana karir dalam perempuan jawa memengaruhi kondisi dirinya dan juga memberikan gambaran bahwa perempuan berkarir memiliki keuntungan dalam hal pengembangan *psychological well-being*, yaitu :

1. *Self acceptance*, dengan perempuan jawa yang berkarir, dirinya akan mampu mengembangkan harga diri perempuan. Sehingga kesetaraan gender antara laki-laki dan perempuan akan lebih terasa dibandingkan perempuan yang memilih untuk tidak berkarir.
2. *Personal growth*, mengembangkan kemampuannya sehingga tidak hanya stuck dengan mentalitas “masak, manak, macak”. Tetapi keluar dan mencari hal yang

mampu mengembangkan kemampuan-kemampuannya.

3. *Purpose in life*, dengan berkarir, perempuan akan lebih memiliki tujuan hidupnya. Seperti mendapatkan penghargaan, mendapat pemasukan sendiri, menggapai mimpi-mimpinya dengan usaha sendiri.
4. *Environmental mastery*, mampu mengatasi dan menghadapi apapun permasalahan yang ada di lingkungannya dan menjadikan tiap permasalahan menjadi hal yang bisa dipelajari. Mengembangkan kemampuan juga mampu berujung pada kemampuannya dalam mengatasi permasalahan yang ada dalam lingkungan sekitarnya dalam hal berkarir.
5. *Autonomy*, kemandirian adalah hal yang paling menonjol dalam hal perempuan berkarir, tujuan utama dari para perempuan berkarir adalah supaya mandiri dan mengapa mereka ingin mandiri adalah tidak inginnya selalu bergantung kepada sosok laki-laki, suamu, atau ayah.
6. *Positive relation with others*, dengan bekerja akan lebih membuka hubungan dengan orang lain. Hubungan apabila dipelihara dengan baik akan menumbuhkan hubungan yang baik pula.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan ditemukan bahwa Perempuan Jawa yang berkarir akan mencapai *psychological well being* terutama dalam dimensi *autonomy, personal growth*, dan *positive relation with others*. Selain itu, yang terjadi pada perempuan Jawa yang memiliki kesempatan untuk mengenyam pendidikan lebih tinggi. Permanadeli (2015) menyebutkan bahwa kerja dan rumah tangga bukan dunia yang saling berlawanan. Keterlibatan perempuan bekerja pada masa modern dalam kehidupan sehari-hari tidak membuat mereka dijauhkan dari sistem kultural yang membuat perempuan harus memikul tanggung jawab dan harus menata waktu dengan lebih baik untuk seluruh aktivitas yang dilakukan. Sehingga seringkali para perempuan yang bekerja cenderung mengalami kondisi psikis yang tidak baik, diantaranya mengalami stres, sebagaimana terdapat dalam sebuah jurnal dari Rini (2002) yang mengatakan bahwa, para perempuan yang bekerja dikabarkan sebagai pihak yang mengalami stress lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Demikian perempuan tidak bisa jika hanya dirumah atau diam saja yang berakhiran mengganggu kondisi *psychological well being* pada perempuan Jawa yang memilih berkarir sehingga bisa ditingkatkan berdasarkan dimensi *psychological well being* yaitu aspek *Self acceptance, Personal Growth, Purpose in Life, Environmental master, Autonomy, Positive relation with others*.

DISKUSI

Mindset dan *stereotype* bahwa perempuan, dalam kasus ini adalah perempuan Jawa yang seharusnya menjadi ibu rumah tangga, berfokus pada kehidupan di dalam rumah, dan tidak keluar rumah mulai perlahan berubah karena adanya *gap generation*. Disini berarti bahwa, perempuan masa sekarang lebih mencari bagaimana cara memenuhi dan mengembangkan kondisi *well-beingnya* dibandingkan dengan menyerah kepada *stereotype* tersebut. Hal ini tidaklah buruk, dikarenakan ketika perempuan bekerja, mereka mampu membantu perekonomian keluarga, dan bahkan banyak kasus seorang ibu masih mampu membagi perannya didalam dan diluar rumah. Terutama perempuan Jawa yang banyak mendapatkan diskriminasi ketika mereka memilih bekerja dibandingkan mengurus rumah tangga. Semua pemparan diatas merupakan pertimbangan adanya *gap generation* antara perempuan dulu dan sekarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akat, M., & Karatas, K. (2020). *Psychological effects of COVID-19 pandemic on society and Its reflections on education*. *Turkish Studies*, 1-13.
- Antazo, B. G. (2020). *Psychometric evaluation of the differentiation of self inventory-revised and mental health inventory-18 for filipinos*. *PsyArXiv*, 1-10.
- Ayuningtyas, D., Misnaminarti, & Rayhani, M. (2018). *Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di indonesia dan strategi penanggulangannya*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1-10.

Baety, D. N., & Munandar, D. R. (2021). *Analisis efektifitas pembelajaran daring dalam menghadapi wabah pandemi covid-19*. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 880-889.

Bahasoan, A., Ayuandiani, W., Mukhram, M., & Rahmat, A. (2020). *Effectiveness of online learning in pandemic covid-19*. *International Journal Of Science, Technology & Management*, 100-107.

Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). *2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society*. *The Lancet*, 37-38.

Berardelli, I., Sarubbi, S., Rogante, E., Gifrodelli, M., Erbuto, D., Innamorati, M., . . . Pompili, M. (2021). *The impact of the COVID-19 pandemic on suicide ideation and suicide attempts in a sample of psychiatric inpatients*. *Psychiatry Research*, 1-5.

Brewin, C. R. (2020). *Why we need to integrate mental health into pandemic planning*. *Perspectives in Public Health*, 309-310.

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence*. *The Lancet*, 912-920.

- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, M., Xu, X., . . . Zheng, J. (2020). *The psychological impact of the covid-19 epidemic on college students in china. Psychiatry Research*, 1-6.
- Cullen, W., Gulati, G., & Kelly, B. (2020). *Mental health in the COVID-19 pandemic. An International Journal of Medicine*, 311-312.
- Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. M. (2020). *Student mental health in the midst of the covid-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions. International Journal of Social Psychiatry*, 517-518.
- Kusuma, W. S., & Sutapa, P. (2021). *Dampak pembelajaran daring terhadap perilaku sosial emosional anak. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1635-1643.
- Li, L., & Wang, S. (2020). *Prevalence and predictors of general psychiatric disorders and loneliness during covid-19 in the united kingdom. Psychiatry Research*, 1-6.
- Liu, Q., & Wang, Z. (2021). *Perceived stress of the COVID-19 pandemic and adolescents' depression symptoms: The moderating role of character strengths. Personality and Individual Differences*, 1-6.
- Masyah, B. (2020). *Pandemi covid 19 terhadap kesehatan mental dan psikososial. Mahakam Nursing Jurnal*, 353-362.
- Megatsari, H., Laksono, A. D., Ibad, M., Herwanto, Y. T., Sarweni, K. P., Geno, R. A., & Nugraheni, E. (2020). *The community psychosocial burden during the covid-19 pandemic in indonesia. Heliyon*, 1-5.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode-metode baru*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Nambiar, D. (2020). *The impact of online learning during covid-19: Students' and teachers' perspective. The International Journal of Indian Psychology*, 783-793.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. (2020). *'Pandemic fear' and covid-19: Mental health burden and strategies. Brazilian Journal of Psychiatry*, 232-235.
- Rajkumar, R. P. (2020). *COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. Asian Journal of Psychiatry*, 1-5.
- Redinger, J. W., Cornia, P. B., & Albert, T. J. (2020). *Teaching during a pandemic. Journal of Graduate Medical Education*, 403-405.
- Rofingatul M, Putri I.Y.S, dan Tjandrarini. D.H, (2017). *Determinan gejala mental*

- emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia tahun 2015. Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 2, Juni 2017: 103 – 112.*
- Sancho, N. B., Mondragon, N. I., Santamaria, M. D., & Munitis, A. E. (2021). *The Well-being of children in lock-down: Physical, emotional, social and academic impact. Children and Youth Services Review*, 1-9.
- Santos, A. M., & Novo, R. F. (2019). *Mental health inventory: Sensitivity and specificity of the portuguese version of the mhi-38 and mhi-5. Psychological Reports*, 1-18.
- Scarpellini, F., Segre, G., Cartabia, M., Zanetti, M., Campi, R., Clavenna, A., & Bonati, M. (2021). *Distance learning in Italian primary and middle school children during the covid-19 pandemic: A national survey. BMC Public Health*, 1-13.
- Ursachi, G., Horodnic, I. A., & Zait, A. (2015). *How reliable are measurement scales? External factors with indirect influence on reliability estimators. 7th International Conference on Globalization and Higher Education in Economics and Business* (pp. 679-686). Romania: Elsevier.
- Veit, C.T. & Ware, J.E. (1983). *The structure of psychological distress and well-being in general populations. Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol. 51, No. 5: 730-742.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). *Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (covid-19) epidemic among the general population in china. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1-25.
- WHO. (2020, March 27). *Coronavirus disease 2019 (covid-19). WHO Indonesia Situation Report - 1*, pp. 1-8.
- Wiguna T. (2009). *Masalah kesehatan mental remaja di era globalisasi. Dalam : The 2nd adolescent health national symposia: current challenges in management. Jakarta: Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM; 2009. h . 62-71.*
- Zhou, L., & Li, F. (2020). *A review of the largest online teaching in china for elementary and middle school students during the covid-19 pandemic. Institute of Psychological Education*, 549-567.

Representasi Kesehatan Mental Siswa pada Masa Pandemic Covid-19

Representation of Student Mental Health During the Covid-19 Pandemic

SUMI LESTARI¹, PURNAMA MIFTAQHUL RISQI²

Fakultas Psikologi, Universitas Brawijaya

Email : lestari.sumi@ub.ac.id

Abstrak : Ketidakpastian berakhirnya pandemic dan munculnya beberapa varian virus baru membuat masyarakat dilanda kebosanan, ketidakpastian dalam menjalani kehidupan sehari-hari serta permasalahan hidup yang berkepanjangan. Tujuan penelitian adalah mengetahui representasi kesehatan mental remaja di masa pandemi. Sampel penelitian adalah siswa SMP dan SMA yang menjalani proses belajar di masa pandemi, metode pengambilan data menggunakan kuesioner terbuka dan *Mental Health Inventory*. Analisis data menggunakan analisis kualitatif dan analisis kuantitatif deskriptif kesehatan mental siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertama, *psychological distress* pada subyek mengalami kebosanan, jemu, merasa capek, tidak nyaman, tidak dapat berkonsentrasi, mudah cemas, khawatir, merasa tidak berharga, frustasi, mencaci maki diri sendiri, berdiam diri dan tidak tahu apa yang harus dilakukan, eksistensi diri menghilang, merasa tertekan dan tidak mampu melakukan aktivitas positif serta merasa pesimis menyongsong masa depan. Kedua, *psychological well-being* digambarkan dengan belajar menerima situasi yang ada karena banyak teman yang mengalami hal serupa, *I think I can*, berusaha menyenangkan hati karena dikelilingi orang baik, menikmati kondisi pandemi karena mendapat dukungan dari keluarga, belajar menerima dan berpikir positif serta menyalurkan hobi di rumah.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Kesejahteraan Psikologis, Pandemi Covid-19

Abstract : The uncertainty of the end of the pandemic and the emergence of several new virus variants have made people feel bored, uncertain in living their daily lives and protracted life problems. The purpose of the study to find out the representation of adolescent mental health during the pandemic. Sample research is junior high and high school students who undergo the learning process during the pandemic, the method of data collection using an open questionnaire and *Mental Health Inventory*. Data analysis used qualitative analysis and descriptive quantitative analysis on students' mental health. The results of the study show that, first, psychological distress in the subjects experienced boredom, boredom, felt tired, uncomfortable, unable to concentrate, easily anxious, worried, felt worthless, frustrated, berated oneself, kept quiet and did not know what to do, self-existence disappears, feeling depressed and unable to carry out positive activities and feeling pessimistic about facing the future. Second, psychological well-being is described by learning to accept the existing situation because many friends experienced the same thing, *I think I can*, trying to please because they are surrounded by good people, enjoying pandemic conditions because they get support from family, learn accept and "think positive" and channel hobbies at home.

Key words: Covid-19 Pandemic, Mental Health, Psychological Well-Being

PENDAHULUAN

Awal Maret 2020 Indonesia pertama kali melaporkan kasus Coronavirus disease 2019 (Covid-19). Pertengahan Maret, konferensi pers dilakukan di Jawa Barat oleh Presiden Indonesia yang mengumumkan pembatasan sosial secara nasional dengan menjaga jarak, bekerja, belajar, dan beribadah di rumah, serta menunda setiap kegiatan yang melibatkan banyak peserta (WHO, 2020). Dampak yang terjadi pada masa pandemi tersebut belum pernah terjadi pada masyarakat sebelumnya. Banyak negara menutup akses pendidikan demi memutus rantai penyebaran covid-19 (Sancho, Mondragon, Santamaria, & Munitis, 2021; Akat & Karatas, 2020). Pendidikan merupakan hal penting dan menjadi pusat aktivitas di semua lapisan masyarakat. Dunia pendidikan saat ini memiliki tantangan tersendiri (Bahasoan, Ayu Andiani, Mukhram, dkk, 2020).

Tantangan tersebut dikarenakan dampak Covid-19 yang mempengaruhi sekitar 91.3% siswa di seluruh dunia. Penyebaran virus yang berkelanjutan membuat dunia pendidikan memakai *system online learning* (pembelajaran online) (Zhou & Li, 2020). Pembelajaran online dilakukan karena untuk menjamin hak pendidikan dan menjaga kelangsungan proses pendidikan (Scarpellini, et al., 2021). Namun, pembelajaran online membuat para siswa tidak bisa fokus karena terlalu banyak gangguan di rumah masing-masing. Selain itu, pembelajaran online juga menghambat interaksi sosial dan tidak adanya komunikasi diantara para siswa (Nambiar, 2020).

Pembelajaran *online* memiliki

kerentanan terkait kondisi mental (Redinger, Cornia, & Albert, 2020) dan mempengaruhi secara psikologis dikarenakan penyebaran masih berlanjut, tingkat kematian meningkat, dan tidak dapat diprediksi (Akat & Karatas, 2020; Bao, Sun, Meng, dkk, 2020; Rajkumar, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Wang, dkk., (2020) dari 1210 responden, menemukan bahwa 54% memiliki dampak psikologis sedang hingga berat selama pandemi, 29% memiliki gejala kecemasan dan 17% memiliki gejala depresi. Menurut Cullen, Gulati, & Kelly, (2020) orang dengan kondisi kesehatan mental yang buruk rentan terinfeksi covid-19. Kondisi tersebut terus diperparah oleh dampak negatif fisik dan psikologis selama pandemi.

Dampak psikologis selama pandemic yaitu, ketakutan akan terinfeksi covid-19, frustasi, kebosanan, kebingungan, dan kemarahan (Brooks, dkk, 2020). Depresi, kecemasan, dan stress juga meningkat selama pandemic yang disebabkan oleh pembatasan sosial (Li & Wang, 2020). Meningkatnya kasus Covid-19 menyebabkan remaja mengalami tekanan psikologis dan memperburuk kondisi Kesehatan mental mereka (Liu & Wang, 2021). Selama pandemi, orang dengan Kesehatan mental buruk memiliki jumlah yang lebih besar daripada orang yang terinfeksi Covid-19 (Ornell, Schuch, Sordi, dkk, 2020).

Informasi terkait bagaimana cara melindungi kesehatan mental memiliki berbagai dampak positif jangka panjang sebagai dukungan psikososial selama pandemi (Brewin, 2020). Cara yang bisa dilakukan dengan menciptakan lingkungan keluarga yang membantu anak-anak dapat mengekspresikan

perasaan dan pikiran mereka selama pandemi (Akat & Karatas, 2020).

Aspek atau komponen konstruk kesehatan mental yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada teori kesehatan mental oleh Veit dan Ware (1983). Menurut Veit dan Ware (1983) kesehatan mental terdiri dari dua aspek yakni, *psychological distress* dan *psychological well-being*.

Psychological distress menggambarkan situasi atau kondisi seseorang berada pada rentang kesehatan mental yang negatif. Keadaan kesehatan mental negatif dapat diukur berdasarkan pada beberapa simptom-simptom klinis yang muncul dan dirasakan oleh individu. Simptom-simptom yang dirasakan dan muncul pada individu tersebut dapat berdampak pada kehidupan personal maupun sosial seseorang. Simptom klinis yang pertama yaitu kecemasan atau anxiety yang dapat termanifestasikan dalam kondisi fisik maupun psikis individu. Simptom yang kedua yaitu depresi atau depression yang muncul dalam bentuk perasaan sedih yang terlalu berlebihan. Simptom ketiga yaitu *loss of behavioural* atau emotional control dimana bahwa individu mengalami ketidakmampuan dalam mengontrol emosi maupun perilakunya karena beratnya tekanan yang dirasakan.

Psychological Well-Being. Kesehatan mental merupakan konsep atau konstruk yang bersifat kontinum karena posisinya berada pada dua titik ekstrim yang berlawanan yaitu negative states dan positive states. Negative states dideskripsikan dengan adanya *psychological distress* sedangkan positive states direpresentasikan dengan kondisi *psychological well-being* individu. *Psychological well-being*

mendeskripsikan keadaan individu yang memiliki kesehatan mental yang baik atau positif. Hal tersebut dapat diukur berdasarkan pada indikator-indikator yang muncul dan dirasakan individu seperti kepuasan dalam hidup atau *life satisfaction*, *emotional ties*, dan *general positive affect*.

Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan memiliki kepuasan terhadap dirinya sendiri, keterikatan emosi dengan orang-orang yang disekitarnya, dan selalu memiliki tujuan atau pencapaian-pencapaian yang realistik serta kualitas hidup yang baik.

Konstruk Veit and Ware (1983) di atas telah disempurnakan dan masih dipakai hingga saat ini (Antazo, 2020; Santos & Novo, 2019). Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk melihat dan memahami problematika kesehatan mental yang terjadi pada siswa selama proses pembelajaran online.

METODE

Tahap pertama penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Pendekatan kuantitatif deskriptif digunakan untuk melakukan pengujian terhadap instrumen penelitian untuk mengukur reliabilitas, daya diskriminasi aitem, serta kategorisasi data penelitian. Pengukuran kesehatan mental dalam penelitian ini menggunakan skala *Mental Health Inventory* (MHI) yang dikembangkan oleh Veit dan Ware (1983) yang berjumlah 33 aitem. Skala MHI mengukur *psychological distress* dan *psychological well-being*. Skor tinggi pada skala ini menggambarkan siswa memiliki kesehatan

mental yang baik. Jumlah responden dalam pengukuran MHI sebanyak 204 subyek.

Tahap kedua menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi dengan memberikan sepuluh pertanyaan terbuka terkait kesehatan mental yang dirasakan oleh siswa-siswi. Kuesioner disebarluaskan melalui *google form* dengan jumlah 34 informan. Karakteristik responden penelitian ini merupakan remaja SMP-SMA yang melakukan pembelajaran *online* selama pandemi. Alasan pemilihan responden tersebut adalah usia remaja dianggap lebih mandiri dibandingkan anak-anak pada saat mengikuti pembelajaran *online* di masa pandemic covid-19.

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan *google form* yang disebarluaskan secara online kepada remaja yang tersebar di Indonesia. Analisis data kualitatif menggunakan analisis reduksi Miles dan Huberman (2014), dengan menggunakan tahapan coding dan pengorganisasian tema. Sedangkan analisis kuantitatif dilakukan dengan menggunakan SPSS 20.

HASIL

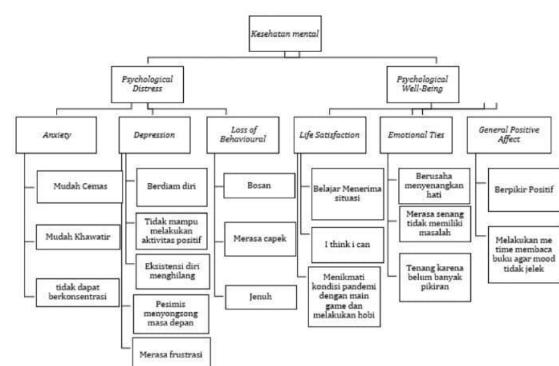
Pengukuran skala MHI dalam penelitian ini menggunakan cronbach's alpha. Reliabilitas skala MHI sebesar $\alpha = 0.890$. Ursachi, Horodnic, & Zait, (2015) menjelaskan bahwa reliabilitas yang baik dan direkomendasikan memiliki besaran alpha sebesar 0.80.

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	35	17.2%
Sedang	135	66.1%
Tinggi	34	16.7%

Total	204	100%
Table 1. Kategorisasi Data		

Tabel 1 menjelaskan bahwa rata-rata kategori Kesehatan mental berada pada level sedang dengan jumlah 135 siswa atau sebesar 66,1%. Sedangkan 34 siswa berada pada kategori tinggi atau sebesar 16,7%. Efek pandemi Covid-19 bagi Pendidikan adalah diberlakukannya proses belajar mengajar melalui daring atau secara online. Namun jika semua aktivitas dilakukan di rumah, maka akan menimbulkan psikosomatis seperti kecemasan dan stress (Kusuma & Sutapa, 2021). Hasil pengamatan dari efek pandemi menemukan bahwa 65% orang menunjukkan tanda-tanda delirium (kebingungan) dan 69% mengalami agitasi (perasaan gelisah) (Masyah, 2020).

Hasil analisis data menggunakan kuesioner terbuka dengan contoh pertanyaan “Apa yang anda rasakan selama menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi Covid-19?” pada 34 siswa-siswi SMP dan SMA, menghasilkan bahwa kondisi kesehatan mental siswa dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1 Coding Tema Kesehatan Mental Siswa SMP-SMA pada Masa Pandemi Covid-19

Sebelum menyajikan data, peneliti melakukan reduksi data yang meliputi proses; (a) meringkas data; (b) pengkodean data; (c) menelusuri tema; (d) membuat gugus-gugus (Miles dan Huberman, 2014).

Berdasarkan gambar 1. di atas dapat dideskripsikan bahwa teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori kesehatan mental Veit dan Ware (1983). Menurut Veit dan Ware *mental health* terdiri dari dua aspek yakni;

1. Aspek *Psychological Distress.* Mendeskripsikan terkait dengan situasi atau kondisi seseorang berada pada rentang kesehatan mental yang negatif. Keadaan kesehatan mental negatif dapat diukur berdasarkan pada beberapa simptom-simptom klinis yang muncul dan dirasakan oleh individu. Simptom-simptom yang dirasakan dan muncul pada individu tersebut dapat berdampak pada kehidupan personal maupun sosial seseorang. Simptom klinis yang *pertama* yaitu kecemasan atau *anxiety* yang dapat termanifestasikan dalam kondisi fisik maupun psikis individu antara lain siswa mudah cemas, mudah khawatir dan merasa tidak dapat berkonsentrasi karena kecemasan dan kekhawatiran kondisi pandemi Covid-19. Simptom yang *kedua* yaitu depresi atau *depression* yang muncul dalam bentuk perasaan sedih yang terlalu berlebihan diantaranya adalah siswa berdiam diri dirumah tanpa melakukan aktivitas yang bermanfaat, ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas positif, beberapa siswa merasa eksistensi diri menghilang setelah terjadinya pandemi Covid-19, sebagian besar

merasa pesimis menyongsong masa depan sehingga mereka merasa frustasi. Simptom *ketiga* yaitu *loss of behavioural* atau *emotional control* dimana bahwa individu mengalami ketidakmampuan dalam mengontrol emosi maupun perilakunya karena beratnya tekanan yang dirasakan diantaranya adalah siswa merasa bosan dengan situasi pandemi Covid-19 dengan keterbatasan aktivitas dan kegiatan mereka, merasa lebih mudah capek mengikuti pelajaran di masa pandemic Covid-19 dan mudah jemu karena aktivitas yang dilakukan setiap hari monoton.

2. Aspek *Psychological Well-Being.* Mendeskripsikan keadaan individu yang memiliki kesehatan mental yang baik atau positif. Hal tersebut dapat diukur berdasarkan pada indikator-indikator yang muncul dan dirasakan individu *pertama* adalah kepuasan dalam hidup atau *life satisfaction*, diantaranya adalah beberapa siswa-siswi merasa mampu mengambil hikmah atau belajar dari situasi pandemi Covid-19, memiliki motivasi bahwa *I think I can* dan menikmati kondisi pandemic covid-19 dengan bermain *game* dan melakukan aktivitas-aktivitas yang disenangi atau hobi. *kedua emotional ties*, diantaranya adalah berusaha menyenangkan hati karena memiliki keluarga yang mensupport dirinya dalam situasi apapun, merasa senang karena masalah yang dihadapi tidak sekomples yang dihadapi oleh orang tuanya serta merasa tenang karena tidak banyak hal yang dipikirkan dan *ketiga* adalah *general positive*

affect diantaranya adalah berusaha berpikir positif terhadap situasi dan kondisi wabah Covid-19, menyediakan waktu untuk melakukan aktivitas *me time* berupa membaca buku, olahraga, ataupun hal-hal lain yang membuat mood menjadi stabil.

SIMPULAN

Potret kesehatan mental pada siswa di masa pandemi covid-19 dapat disimpulkan sebagai berikut ini;

- a) *Psychological Distress* merupakan situasi atau kondisi seseorang berada pada rentang kesehatan mental yang negatif beberapa bentuk yang muncul pada subjek antara lain mengalami kebosanan, jemu, merasa capek, tidak nyaman, tidak dapat berkonsentrasi, mudah cemas dan khawatir, merasa tidak berharga, frustasi, mencaci maki diri sendiri, berdiam diri dan tidak tahu apa yang harus dilakukan, eksistensi diri menghilang, merasa tertekan dan tidak mampu melakukan aktivitas positif serta merasa pesimis menyongsong masa depan.
- b) *Psychological Well-Being* merupakan keadaan subyek yang memiliki kesehatan mental yang baik atau positif antara lain belajar menerima situasi yang ada karena banyak teman yang senasib, *I think I can* berusaha menyenangkan hati karena dikelilingi orang baik, menikmati kondisi pandemic karena mendapat *support* dari keluarga, belajar menerima dan berpikir positif serta menyalurkan hobi di rumah agar kebosanan hilang.

DISKUSI

Kesehatan mental merupakan konsep atau konstruk yang bersifat kontinum karena posisinya berada pada dua titik ekstrim yang berlawanan yaitu *negative states* dan *positive states*. *Negative states* dideskripsikan dengan adanya *psychological distress* sedangkan *positive states* direpresentasikan dengan kondisi *psychological well-being* individu (Veit dan Ware, 1983). Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan memiliki kepuasan terhadap dirinya sendiri, mampu beradaptasi mengatasi masalah, keterikatan emosi dengan orang-orang yang berada disekitarnya, dan selalu memiliki tujuan atau pencapaian yang realistik serta kualitas hidup yang baik (Masyah, 2020).

Tidak dapat dipungkiri bahwa pandemi Covid-19 menyebabkan kepanikan, kekhawatiran terinfeksi, dan mengganggu Kesehatan mental (Bao, Sun, Meng, Shi, Lu, 2020). Keadaan seperti ini memaksa Pendidikan di Indonesia mengharuskan siswa untuk belajar secara online (Baety & Munandar, 2021). Efek nyata dari pembelajaran secara online adalah prestasi akademik siswa yang menurun. Hal tersebut dikarenakan siswa mengalami hilangnya motivasi belajar, meningkatnya tekanan beban akademik, serta kejemuhan karena tidak melakukan kegiatan (Grubic, Badovinac, & Johri, 2020).

Dampak Covid-19 pada Pendidikan telah diteliti oleh Cao, et al., (2020), sekitar 25% dari responden mereka mengalami gejala kecemasan dan diikuti dengan kekhawatiran terkait buruknya hasil akademik. Dampak lain

yang dialami oleh siswa adalah kurangnya anak bersosialisasi dengan temannya karena terisolasi di rumah, munculnya perasaan sedih dan bosan akibat merindukan aktifitas sekolah, serta anak mengalami kekerasan verbal saat belajar di rumah (Kusuma & Sutapa, 2021).

Meski demikian, proses belajar harus terus berlanjut walaupun masih dalam keadaan online dan memiliki beberapa kendala. Pendidikan bisa menjadi sarana individu untuk mengeksplor informasi dengan tepat. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi juga mampu membuat seseorang menjadi lebih baik dan bijaksana untuk menghadapi pandemi dari berbagai perspektif (Megatsari, et al., 2020). Penting halnya pada saat pandemi memiliki strategi yang optimal dan perlu menggunakan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitasi yang dapat dilakukan untuk membantu individu, keluarga dan masyarakat dalam menghadapi situasi yang sulit (Ayuningtyas, Misnaminarti, & Rayhani, 2018).

DAFTAR PUSTAKA

- Akat, M., & Karatas, K. (2020). *Psychological effects of COVID-19 pandemic on society and Its reflections on education*. *Turkish Studies*, 1-13.
- Antazo, B. G. (2020). *Psychometric evaluation of the differentiation of self inventory-revised and mental health inventory-18 for filipinos*. *PsyArXiv*, 1-10.
- Ayuningtyas, D., Misnaminarti, & Rayhani, M. (2018). *Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di indonesia dan strategi penanggulangannya*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1-10.
- Baety, D. N., & Munandar, D. R. (2021).
- Analisis efektifitas pembelajaran daring dalam menghadapi wabah pandemi covid-19. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 880-889.
- Bahasoan, A., Ayuandiani, W., Mukhram, M., & Rahmat, A. (2020). *Effectiveness of online learning in pandemic covid-19*. *International Journal Of Science, Technology & Management*, 100-107.
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). *2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society*. *The Lancet*, 37-38.
- Berardelli, I., Sarubbi, S., Rogante, E., Gifrodelli, M., Erbuto, D., Innamorati, M., . . . Pompili, M. (2021). *The impact of the COVID-19 pandemic on suicide ideation and suicide attempts in a sample of psychiatric inpatients*. *Psychiatry Research*, 1-5.
- Brewin, C. R. (2020). *Why we need to integrate mental health into pandemic planning*. *Perspectives in Public Health*, 309-310.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). *The psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence*. *The Lancet*, 912-920.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, M., Xu, X., . . . Zheng, J. (2020). *The psychological impact of the covid-19 epidemic on college students in china*. *Psychiatry Research*, 1-6.
- Cullen, W., Gulati, G., & Kelly, B. (2020). *Mental health in the COVID-19 pandemic*. *An International Journal of Medicine*, 311-312.
- Grubic, N., Badovinac, S., & Johri, A. M. (2020). *Student mental health in the midst of the covid-19 pandemic: A call for further research and immediate solutions*. *International Journal of Social Psychiatry*, 517-518.
- Kusuma, W. S., & Sutapa, P. (2021). *Dampak pembelajaran daring terhadap perilaku*

- sosial emosional anak. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1635-1643.
- Li, L., & Wang, S. (2020). *Prevalence and predictors of general psychiatric disorders and loneliness during covid-19 in the United Kingdom. Psychiatry Research*, 1-6.
- Liu, Q., & Wang, Z. (2021). *Perceived stress of the COVID-19 pandemic and adolescents' depression symptoms: The moderating role of character strengths. Personality and Individual Differences*, 1-6.
- Masyah, B. (2020). *Pandemi covid 19 terhadap kesehatan mental dan psikososial. Mahakam Nursing Jurnal*, 353-362.
- Megatsari, H., Laksono, A. D., Ibad, M., Herwanto, Y. T., Sarweni, K. P., Geno, R. A., & Nugraheni, E. (2020). The community psychosocial burden during the covid-19 pandemic in indonesia. *Heliyon*, 1-5.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). *Analisis data kualitatif: Buku sumber tentang metode-metode baru*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia (UI-Press).
- Nambiar, D. (2020). *The impact of online learning during covid-19: Students' and teachers' perspective. The International Journal of Indian Psychology*, 783-793.
- Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. (2020). "Pandemic fear" and covid-19: Mental health burden and strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 232-235.
- Rajkumar, R. P. (2020). *COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. Asian Journal of Psychiatry*, 1-5.
- Redinger, J. W., Cornia, P. B., & Albert, T. J. (2020). *Teaching during a pandemic. Journal of Graduate Medical Education*, 403-405.
- Rofingatul M, Putri I.Y.S, dan Tjandrarini. D.H, (2017). *Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia tahun 2015. Buletin Penelitian Kesehatan*, Vol. 45, No. 2, Juni 2017: 103 – 112.
- Sancho, N. B., Mondragon, N. I., Santamaria, M. D., & Munitis, A. E. (2021). *The Well-being of children in lock-down: Physical, emotional, social and academic impact. Children and Youth Services Review*, 1-9.
- Santos, A. M., & Novo, R. F. (2019). *Mental health inventory: Sensitivity and specificity of the portuguese version of the mhi-38 and mhi-5. Psychological Reports*, 1-18.
- Scarpellini, F., Segre, G., Cartabia, M., Zanetti, M., Campi, R., Clavenna, A., & Bonati, M. (2021). *Distance learning in Italian primary and middle school children during the covid-19 pandemic: A national survey. BMC Public Health*, 1-13.
- Ursachi, G., Horodnic, I. A., & Zait, A. (2015). *How reliable are measurement scales? External factors with indirect influence on reliability estimators. 7th International Conference on Globalization and Higher Education in Economics and Business* (pp. 679-686). Romania: Elsevier.
- Veit, C.T. & Ware, J.E. (1983). *The structure of psychological distress and well-being in general populations. Journal of Consulting and Clinical Psychology*. Vol. 51, No. 5: 730-742.
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). *Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (covid-19) epidemic among the general population in china. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 1-25.
- WHO. (2020, March 27). *Coronavirus disease 2019 (covid-19). WHO Indonesia*

Situation Report - 1, pp. 1-8.

Wiguna T. (2009). *Masalah kesehatan mental remaja di era globalisasi*. Dalam : *The 2nd adolescent health national symposia: current challenges in management*. Jakarta: Departemen Ilmu Kesehatan Anak FKUI-RSCM; 2009. h . 62-71.

Zhou, L., & Li, F. (2020). *A review of the largest online teaching in china for elementary and middle school students during the covid-19 pandemic*. Institute of Psychological Education, 549-567.

RESILIENCE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG MEDICAL DOCTORS DURING COVID-19 PANDEMIC

Fatmawati¹, Muhammad Taufik²

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

Email: fatmawati@ar-raniry.ac.id

Abstract. The COVID-19 pandemic has had some personal repercussions for doctors. They reported increased stress and anxiety, especially health-related anxiety, which in turn contributed to their mental health and psychological well-being. To maintain their health, doctors must be more resilient. Therefore, this study aims to measure the relationship between resilience and the psychological well-being of doctors during the COVID-19 pandemic. The study was conducted in Aceh Province and there were 338 doctors who participated. Sampling of snowballs was used to obtain participants. Data resilience was measured using the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (Connor & Davidson, 2003), while well-being was measured using the Ryff Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989). Cronbach's alpha for the 25-item CD-RISC and 42-item Ryff Psychological Well-being Scale were 0.93 and 0.89, respectively. To test the hypothesis, the Pearson Correlation Test was carried out. From this study it can be said that resilience has a significant impact on the psychological well-being of doctors, therefore there must be proper support for all health practitioners because they are frontline professionals who directly treat patients during this COVID-19 pandemic.

Keywords: *resilience, psychological well-being, doctor, and covid-19*

Abstrak. Pandemi COVID-19 memberikan beberapa dampak pribadi bagi para dokter. Mereka melaporkan peningkatan stres dan kecemasan, terutama kecemasan yang berkaitan dengan kesehatan, yang kemudian berkontribusi pada kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis mereka. Untuk menjaga kesehatan mereka, dokter harus lebih tangguh. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan antara resiliensi dengan kesejahteraan psikologis para dokter di masa pandemi COVID-19. Penelitian dilakukan di Provinsi Aceh dan ada 338 dokter yang berpartisipasi. Pengambilan sampel bola salju digunakan untuk mendapatkan peserta. Data resiliensi dilakukan melalui Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) (Connor & Davidson, 2003), sedangkan kesejahteraan psikologis diukur melalui Ryff's Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989). Alpha Cronbach untuk 25 item CD-RISC dan 42 item Skala Kesejahteraan Psikologis Ryff masing-masing adalah 0,93 dan 0,89. Untuk menguji hipotesis dilakukan Uji Korelasi Pearson. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa resiliensi memiliki dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis dokter, oleh karena itu harus ada dukungan yang tepat untuk semua praktisi kesehatan (tidak hanya dokter) karena mereka adalah profesional garis depan yang langsung menangani dengan pasien selama pandemi COVID-19 ini.

Kata kunci: resiliensi, kesejahteraan psikologis, dokter, dan covid-19

BACKGROUND

During the COVID-19 pandemic, medical practitioners especially doctors experienced a high prevalence of anxiety. Their presence at the forefront in dealing with patients exposed to the coronavirus, makes the vigilance of doctors at critical alarm. It is undeniable that this condition affects their psychological well-being, if it does not get serious attention it will affect their capacity to treat patients (Asmundson & Taylor, 2020). Moreover, the Mitigation Team for the Indonesian Doctors Association noted that there were 640 doctors who died after being exposed to Covid-19 during the pandemic in Indonesia (Sari, 2021).

In order to maintain their psychological well-being, doctors have to be more resilient in facing their high pressure environments (McKinley et al., 2019). According to Zautra, Hall, and Murray (2010), resilience is best defined as successful adaptation to adverse circumstances. Personal characteristics would determine resilience processes if those characteristics lead to healthy outcomes after the stressful situations (Zautra et al., 2010). Therefore, based on those explanations above, this current study aimed to measure the association between resilience and psychological well-being among medical doctors during COVID-19 pandemic.

METHODS

This research utilized a quantitative research design. The number of participants recruited

through snowball sampling techniques was 338 medical doctors in Aceh Province. In order to measure resilience and psychological well-being, the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) and Ryff's Psychological Well-Being Scale were used. CD-RISC was developed by Connor and Davidson (2003) with 25 items and has been tested with a high reliability of 0.930, while Ryff's Psychological Well-Being Scale which was developed by Ryff (1989) has 42 items, this scale also showed a good reliability result with Cronbach Alpha of 0.890. The data was collected through Google Form, then it was tabulated and analysed with Pearson Correlation. SPSS version 20.0 for Windows was operated to simplify all the statistical calculation processes within this study.

RESULTS

1. Categorization of Participants

a. Resilience

The table 1 below will show the resilience data of participants based on hypothetical and empirical results.

Table 1.

Data Description on Resilience

Hypothetical Data				Empirical Data			
Ma	Mi	M	SD	Ma	Mi	M	SD
x	n			x	n		
125	25	75	16.	125	46	97	13.
			7				4

Based on descriptive analysis, hypothetical data showed that CD-RISC which consists of

25 items had minimum score (S-min) of 25, maximum score (S-max) of 125, mean (M) of 75, and standard deviation (SD) of 16.7. Furthermore, empirically the results of descriptive analysis obtained that CD-RISC had S-min of 46, S-max of 125, M of 97, and SD of 13.4. Based on this analysis, the following are the categories for resilience.

Table 2.

Resilience Categorization

Catego ry	Interva l	Frequency (n)	Percentage (%)
Low	X < 97	173	51.18
High	X ≥ 97	165	48.82

From the table above, it can be seen that as many as 51.18% (n=173) had low resilience and 48.82% (n=165) had high resilience.

b. Psychological Well-Being

The table below will show the resilience data of participants based on hypothetical and empirical results.

Table 3.

Data Description on Psychological Well-Being

Hypothetical Data			Empirical Data				
Ma x	Mi n	M	S	Ma x	Mi n	M	SD
252	42	14	35	241	11	171	21.
		7			2		6

Based on descriptive analysis, hypothetical data showed that Ryff's Psychological Well-Being Scale which consists of 42 items had

minimum score (S-min) of 42, maximum score (S-max) of 252, mean (M) of 147, and standard deviation (SD) of 35. Furthermore, empirically the results of descriptive analysis obtained that Ryff's Psychological Well-Being Scale had S-min of 112, S-max of 242, M of 171, and SD of 21.6. Based on this analysis, the following are the categories for psychological well-being.

Table 4.

Psychological Well-Being Categorization

Catego ry	Interval	Frequency (n)	Percentage (%)
Low	X < 171	181	53.55
High	X ≥ 171	157	46.45

From the table above, it can be seen that as many as 53.55% (n=181) had low psychological well-being and 46.45% (n=157) had high psychological well-being.

2. Prerequisite Testing

Before analyzing the data through Pearson Correlation, the initial analysis that is required to fulfill is prerequisite testing (Priyatno, 2011). The prerequisite testing conducted in this study were normality testing and linearity testing.

a. Normality Testing

The results of normality testing were described in table 5 below.

Table 5.

Normality Test Results

N o.	Variable	K-S Z Coefficient	p
1.	Resilience	1.293	0.07 1
2.	Psychological Well-Being	1.289	0.07 2

Based on table 5 above, it was found that data for resilience was normally distributed with K-S Z coefficient of 1.293 ($p=0.071$; $p>0.05$). While data distribution on psychological well-being was also normally distributed with K-S Z coefficient of 1.289 ($p=0.072$; $p>0.05$). As both variables were normally distributed, the results of this study could be generalized into the whole population.

b. Linearity Testing

The results of linearity testing were described in table 6 below.

Table 6.

Linearity Testing Results

Variable	Linearity	p
Resilience and		
Psychological Well-Being	245.1	0.00

Table 6 above presented linearity of the two variables was 245.1 ($p=0.00$; $p<0.05$), thus, it can be concluded that there was a linear relationship between resilience and psychological well-being among medical doctors in Aceh Province.

3. Hypothesis Testing

The hypothesis testing was completed by using Pearson Correlation, this analysis could be performed because both variables were normally distributed and linear (as clearly described above). Pearson Correlation was employed to analyze the relationship between resilience and psychological well-being among medical doctors in Aceh Province. The results of hypothesis analysis can be checked on table 7 below.

Table 7.

Hypothesis Testing Results

Variable	Pearson Correlation	p
Resilience and		
Psychological Well-Being	0.630	0.000

Table 7 above showed that the correlation coefficient was 0.630 which was a positive correlation. This presented that there was a positive relationship between resilience and psychological well-being. This positive correlation also revealed that the higher the resilience, the better the psychological well-being among medical doctors in Aceh Province, and vice versa. Moreover, the results from the analysis displayed a significance value of 0.000 ($p<0.05$). This indicated that the hypothesis was accepted –there was a very significant relationship between resilience and psychological well-being among medical doctors in Aceh Province.

DISCUSSIONS

The results showed that the majority of medical doctors in Aceh Province had a low resilience category. Other findings also mentioned that most of them were categorized as having lower psychological well-being. In addition, based on the Pearson Correlation result, it was obtained that there was a positive and significant relationship between resilience and psychological well-being. This implied, the less resilience ability, the lower the psychological well-being, and vice versa. This finding confirms that resilience may impact psychological well-being which then affects someone's mental health.

Medical doctors are at a higher risk of anxiety and depression when compared with the wider population (Shanafelt et al., 2012; Mason, O'Keefe, Carter, & Stride, 2016). The nature of their profession often results in exposure to elevated levels of stress, high pressure environments, and feelings of uncertainty. Working closely with patients and the complexity of the doctor-patient relationship introduces a number of both positive and negative emotions. Long working hours and sleep deprivation have a detrimental effect on both physical and mental well-being (Costa, Accattoli, Garbarino, Magnavita, & Roscelli, 2016; Garbarino, Lanteri, Durando, Magnavita, & Sannita, 2016). Especially during this COVID-19 outbreak, their presence at the forefront in dealing with patients exposed to the coronavirus, makes the vigilance of doctors at critical alarm

(Asmundson & Taylor, 2020).

Although this research contributed to some advantages, it also had some limitations. First, the subjective measures used were only the Connor-Davidson Resilience Scale and Ryff's Psychological Well-Being Scale, thus, other psychological aspects affected from resilience could not be traced. Besides, as the participants were only medical doctors, so the results could not be generalized into other health practitioners, including nurses. Not only that, as the correlation was only utilized to measure the association, the findings were less comprehensive.

CONCLUSIONS

From this study, it was found that the majority of medical doctors in Aceh Province were less resilient. Moreover, most of the medical doctors in Aceh Province also had low psychological well-being. Based on the correlation analysis result, it was found that there was a positive relationship between resilience and psychological well-being. These results inferred that the hypothesis was accepted, which meant the higher the resilience, the higher the psychological well-being, and vice versa.

RECOMMENDATIONS

The findings from this study give significant contribution to the importance of resilience and psychological well-being. However, based on the limitations mentioned above, there are

some points highlighted as the recommendations for further research. First, in order to enrich the results and analyses, the addition of other variables needs to be considered, such as optimism and coping strategy. In addition, future research might also increase the number of respondents, thus the validity and reliability of research results will be improved. Lastly, the use of statistical analysis can be expanded, so the results obtained will be more comprehensive.

REFERENCES

- Asmundson, G. J., & Taylor, S. (2020). *How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know*. *Journal of Anxiety Disorders*, 71, 102211.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). *Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC)*. *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Costa, G., Accattoli, M. P., Garbarino, S., Magnavita, N., & Roscelli, F. (2013). *Sleep disorders and work: guidelines for health surveillance, risk management and prevention*. *La Medicina del lavoro*, 104(4), 251-266.
- Garbarino, S., Lanteri, P., Durando, P., Magnavita, N., & Sannita, W. G. (2016). *Co-morbidity, mortality, quality of life and the healthcare/welfare/social costs of disordered sleep: a rapid review*. *International journal of environmental research and public health*, 13(8), 831.
- Sari, H. P. (2021, August 4th). *640 dokter meninggal akibat terpapar covid-19 selama pandemi*. Retrieved from <https://nasional.kompas.com/read/2021/08/04/15203261/640-dokter-menenggal-akibat-terpapar-covid-19-selama-pandemi>
- Mason, S., O'Keeffe, C., Carter, A., & Stride, C. (2016). *A longitudinal study of well-being, confidence and competence in junior doctors and the impact of emergency medicine placements*. *Emergency Medicine Journal*, 33(2), 91-98.
- McKinley, N., Karayiannis, P. N., Convie, L., Clarke, M., Kirk, S. J., & Campbell, W. J. (2019). *Resilience in medical doctors: a systematic review*. *Postgraduate medical journal*, 95(1121), 140-147.
- Priyatno, D. (2011). *Buku Saku Analisis Statistik Data SPSS*. Yogyakarta: Media Kom.
- Ryff, C. D. (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069.

Shanafelt, T. D., Boone, S., Tan, L., Dyrbye,
L. N., Sotile, W., Satele, D., ... &
Oreskovich, M. R. (2012). *Burnout and
satisfaction with work-life balance among
US physicians relative to the general US
population*. *Archives of internal
medicine*, 172(18), 1377-1385.

Zautra, A. J., Hall, J. S., & Murray, K. E.
(2010). *Resilience: A new definition of
health for people and communities*. In:
Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S.
Handbook of adult resilience. The Guilford
Press, New York, London.

KONSEP SYUKUR PADA ORANG INDONESIA DAN PENGARUHNYA TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS

**THE CONCEPT OF GRATITUDE IN INDONESIAN PEOPLE AND
ITS EFFECT ON PSYCHOLOGICAL WELL BEING**

**IKHWAN FADLU FANTAZILU¹, I GUSTI AYU AGUNG ISTRI RISNA
PRAJNA DEVI²**

Jurusian Psikologi, Universitas Negeri Surabaya

E-mail: ¹ikhwan.18142@mhs.unesa.ac.id

Abstrak. Kesejahteraan psikologis masyarakat Indonesia di masa pandemi mengalami penurunan. Adapun salah satu langkah untuk meningkatkannya ialah dengan melatih diri untuk bersyukur. Namun sayangnya, banyak literatur yang masih mengartikan konsep syukur melalui perspektif barat atau suatu agama tertentu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk: (1) merumuskan konsep syukur versi Indonesia, (2) menilik pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologis. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi literatur yaitu menyintensis berbagai hasil penelitian terkini dan terdahulu guna menjawab pertanyaan penelitian. Pada penulisan artikel ini peneliti menyintesis 16 artikel jurnal dengan kriteria mengkaji konstruk syukur dari berbagai jenis penelitian yang terpublikasikan kurang dari 10 tahun terakhir. Artikel yang terkumpul kemudian dianalisa melalui *simplified approach*. Hasil menunjukkan bahwa konsep syukur masyarakat Indonesia terdiri atas 4 aspek: (1) bersyukur dengan ilmu, (2) bersyukur dengan hati, (3) bersyukur dengan ucapan, serta (4) bersyukur dengan perbuatan. Sedangkan lingkup syukur itu sendiri mencakup personal, interpersonal (hubungan dengan individu lain), dan transcendental (hubungan dengan Tuhan, roh leluhur, ataupun objek supranatural lain). Lebih lanjut, kesejahteraan psikologis diprediksi dapat ditingkatkan dengan cara menginternalisasi tiap aspek kebersyukuran ke dalam aspek kesejahteraan yaitu *basic needs, social needs, and positive world views*.

Kata Kunci: Indonesia, Kesejahteraan Psikologis, Syukur

Abstract. *The psychological well being of Indonesian people during pandemic has decreased. One of the steps to improve it is to train yourself to be grateful. Unfortunately, many literatures still interpret the concept of gratitude through a western perspective or a certain religion. Therefore, this study aims to: (1) formulate the Indonesian concept of gratitude, (2) describe its effect on psychological well being. The method was used in this research is a literature study. The researcher synthesized 16 articles with the criteria is reviewing gratitude construct from various types of research published in the last 10 years. The collected articles then analyzed through a simplified approach. The results shows that the concept of gratitude for Indonesian people consists of 4 aspects: (1) being grateful with knowledge, (2) being grateful with affect, (3) being grateful with words, and (4) being grateful with actions. While the scope of gratitude*

itself includes personal, interpersonal (relationships with other individuals), and transcendental (relationships with God, ancestral spirits, or other supernatural objects). Furthermore, psychological well being predicted to improved by internalizing every aspect of gratitude into aspects of psychological well being.

Keyword: *Gratitude, Indonesia, Psychological Well Being*

PENDAHULUAN

Pandemi Covid 19 hingga kini masih berlangsung. Berbagai *research* mutakhir turut menjelaskan bahwa dengan adanya pandemi yang kental syarat pembatasan sosial, anjuran menggunakan masker, perilaku rutin mencucitangan, serta hidup bersama teknologi digital yang berlebihan memiliki akibat negatif bagi kesejahteraan psikologis manusia. Hal ini bisa ditandai dengan menurunnya kebahagiaan dan kepuasan hidup individu di tengah pandemi, sedangkan perasaan cemas dan kecenderungan stres justru mengalami peningkatan (Li et al., 2020). Dikutip dari Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan kondisi puncak yang menggambarkan kemampuan seseorang telah diri, berkembang optimal, yakin bahwa hidup yang dijalannya telah bermakna, memiliki kualitas hubungan interpersonal yang positif, dapat menentukan tindakannya sendiri, serta memiliki penguasaan terhadap lingkungan. Rendahnya kesejahteraan psikologis pada individu dapat berakibat fatal, seperti kehilangan kontrol lingkungan, adanya kesulitan mengatur urusan sehari-hari, dan rasa tidak mampu untuk mengubah kualitas hidup serta lingkungan sekitar (Fauziyah & Abidin, 2020). Di masa

pandemi sendiri, orang-orang yang belum sejahtera secara psikologis juga akan menunjukkan perilaku mudah marah dan tidak mampu meregulasi emosi (Rahmawati & Putri, 2020). Padahal emosi yang tidak dapat diregulasi akan berdampak dengan hubungan interpersonal yang memburuk. Oleh sebab itu, upaya merumuskan cara untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis di saat wabah sangat penting untuk dikaji.

Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh konstruksi atas budaya (Schimmac et al., 2002). Budaya mempengaruhi kesejahteraan psikologis dengan cara mengintervensi proses konstruksi makna dari peristiwa yang terjadi dalam hidup (Akhtar, 2018). Oleh karena itu, mengetahui konsep kesejahteraan psikologis orang-orang Indonesia akan membawa pada tercapainya tujuan. Adapun menurut Maulana et al., (2018) konstruksi konsep kesejahteraan psikologis pada orang-orang Indonesia terdiri atas tiga aspek. Pertama, *basic needs* yang menjelaskan bahwa syarat utama sejahtera ialah tercukupinya kebutuhan dasar seperti makan, tempat tinggal, pakaian, dan lain sebagainya. Kedua, yaitu *social needs* atau

merujuk pada harmonisnya hubungan sosial antara individu dengan keluarganya ataupun dengan orang lain seperti tetangga serta masyarakat luas. Ketiga, *positive worldviews* yaitu sebuah sikap yang mengekspresikan penerimaan tempat tinggal, bersyukur dengan apa yang telah dimiliki, dan memenuhi kebutuhan spiritual kepada Tuhan. Dari penjelasan tersebut maka sejatinya unsur kesejahteraan psikologis masyarakat Indonesia adalah unik yaitu dengan menambahkan peran agama bagi keberlangsungan hidup warganya (Maulana et al., 2018).

Di sisi lain, adanya andil agama pada kesejahteraan psikologis juga mengindikasikan bahwa upaya mengoptimalkan kesejahteraan psikologis turut memuat unsur yang sama yaitu agama atau suatu kepercayaan. Dengan begitu maka akan diperoleh intervensi yang bersifat kontekstual sesuai dengan kondisi yang terjadi sesungguhnya di lapangan. Adapun salah satu unsur yang dapat berperan adalah rasa syukur (*gratitude*). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Cahyono (2014) kebersyukuran terbukti efektif dapat menurunkan stress yang menjadi antecedent kesejahteraan psikologis. Begitupun dengan penelitian Lubis & Agustiani (2018) yang memperlihatkan meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan dimensi rasa syukur mengutip Emmons yaitu *intensity, frequency, span, density*. Kemudian penelitian Prastuti (2020) efektif melatih para ibu muda bersyukur untuk meningkatkan *well being* dengan domain

syukur yang digunakan masih merujuk pada tokoh yang sama. Di sisi lain, penelitian Rahmawati & Putri (2020) menunjukkan hal sebaliknya, di mana syukur dinilai belum bisa meningkatkan kesejahteraan subjek. Hal ini lalu dievaluasi akibat adanya perbedaan budaya terkait memahami konstruk bersyukur. Berdasarkan dari penelitian tersebut maka dapat dilihat bahwa banyak penelitian di Indonesia terkait kebersyukuran masih sering menggunakan definisi serta aspek rasa syukur di dalam konteks barat atau cenderung belum mengkerucut pada pola bagaimana masyarakat Indonesia memahami konsep syukur itu secara khas. Padahal ketidakmampuan dalam memilih dimensi ukur yang representatif dengan latar belakang budaya yang cocok dapat berpeluang gagal mencapai tujuan intervensi (Rachmawati, 2020). Oleh sebab itu maka upaya *indigenous* konsep syukur sesuai dengan konteks Indonesia penting dilakukan. Konstruk syukur dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui penerimaan diri (Prabowo, 2017). Seperti yang disinggung di atas, definisi dan aspek syukur itu sendiri beranekaragam. Setyawan & Riyadi (2020) telah melakukan sintesa atas beberapa artikel dan membandingkan antara definisi dan aspek syukur melalui tiga perspektif yaitu Psikologi Barat, Islam, dan Budaya Jawa. Syukur dalam perspektif barat berdefinisi perasaan berterima kasih yang diekspresikan via perbuatan. Aspek syukur pada perspektif psikologi barat terdiri atas dua: *reflection* dan *reappraisal* (Watkins,

2014). Sedangkan definisi syukur dalam Islam adalah perasaan yang mengakui atas anugerah dengan cara memuji, menggunakan apa yang diterima di jalan Tuhan. Adapun aspek syukur pada perspektif ini adalah mengakui pemberi karunia, memuji, menggunakan nikmat yang diterima dengan ketaatan (Al-Munajjid, 2006). Kemudian syukur pada kerangka Budaya Jawa merujuk pada ungkapan terima kasih atas suatu nikmat yang diperoleh dari-Nya. Pada perspektif ini aspek kebersyukuran terdiri atas emosional yang berarti bersyukur dari hati, dan perbuatan yaitu bersyukur melalui ritual seperti sedekah bumi (Akhtar, 2018). Meskipun perkembangan definisi serta aspek kebersyukuran di berbagai perspektif berbeda, namun setiap pandangan sepakat jika bersyukur adalah hal positif yaitu berterima kasih atas apa yang diperoleh untuk kemudian berbuat baik sebagai tolak ukur atas rasa syukur yang telah diterima.

Bersyukur merupakan kegiatan yang memiliki banyak keutamaan. Disebutkan oleh McCullough et al., (2002) orang yang dapat bersyukur akan mendapat hati yang tenram, optimis, puas dengan hidup, terhindar dari stres, hingga depresi. Selain itu, berbagai pelaporan menguatkan bahwa rasa kebersyukuran dapat menurunkan kecemasan karena menenangkan hati di saat meditasi dan mempermudah proses kontemplasi (Fithria & Ifdill, 2020). Melalui pelatihan kebersyukuran juga dapat menjadi peluang jawaban agar individu terkondisikan dan sering merasa bersyukur. Tentunya, dengan desain konstruk syukur sesuai budaya

setempat atau secara lebih kontekstual. Dengan demikian, terdapat dua tujuan penulisan artikel ini. Pertama, yaitu kebutuhan untuk konseptualisasi kebersyukuran di dalam konteks masyarakat Indonesia. Kedua, mencari tahu bagaimana konsep syukur versi Indonesia mempengaruhi kesejahteraan psikologis.

METODE

Penelitian ini ialah penelitian dengan studi literatur yang menggabungkan berbagai sumber data, seperti: artikel jurnal, buku, dan dokumen guna bisa memperoleh data (Jannah, 2016). Studi literatur juga didefinisikan sebagai proses menyediakan *framework* yang berkaitan dengan tema tertentu baik itu temuan penelitian terbaru, atau dari temuan-temuan sebelumnya dengan tujuan: (1) mengidentifikasi ada atau tidak kemajuan hasil penelitian tema tertentu, (2) menjawab pertanyaan peneliti dengan cara mencari serta menganalisis sumber data yang relevan secara tersistematis (Randholp, 2009). Adapun jumlah jurnal yang digunakan dalam artikel ini berjumlah 16 artikel jurnal dengan proses penentuan bahan yang selektif. Lebih lanjut, sistematika studi literatur adalah: (1) mengumpulkan sumber informasi yang relevan, (2) melakukan sintesa & analisa, dan (3) merumuskan ulang. Sumartiningsih & Prasetyo (2019) menjelaskan tiga proses itu secara detail. Pertama, di dalam pengumpulan data peneliti harus bisa menjelaskan batasan atau kriteria jurnal yang akan digunakan. Pada penelitian ini, diambil beberapa kriteria

inklusi dan eksklusi, di mana kriteria inklusi terdiri atas: (1) artikel merupakan sumber utama (*primary source*), (2) penelitian terbit 10 tahun terakhir (2010-2020), (3) artikel telah mengkaji konsep kebersyukuran atau *gratitude*, (3) artikel dapat berbahasa Indonesia maupun bahasa Inggris, (4) berbagai metode penelitian baik kuantitatif, kualitatif, atau studi literatur dapat disajikan, (5) konstruk syukur dipandang dalam berbagai perspektif barat, Islam, bahkan ritual budaya tertentu di Indonesia. Lalu, kriteria eksklusi atau yang tidak menjadi bagian analisa adalah penelitian yang di luar kajian syukur, ataupun artikel yang hanya berisikan sebagian dari teks, dan di luar syarat inklusi di atas. Kedua, yaitu melakukan analisa *simplified approach* dengan rincian tahapan: (1) meringkas artikel, lalu (2) mengidentifikasi setiap tema yang ditemukan, (3) menggolongkan tema yang sesuai nama, dan (4) meninjau ulang untuk meminimalisir kesalahan proses klasifikasi. Ketiga, setelah tema-tema ditemukan maka dilanjutkan dengan penulisan ulang dan menjabarkan sesuai tujuan penulisan artikel. Sebagai tambahan, di dalam pengumpulan artikel, peneliti memakai bantuan mesin pencarian *Google Scholar* dengan cara yaitu mengetikkan beberapa kata kunci seperti “Syukur Di Indonesia”, “Perbedaan Syukur Di Indonesia Dengan Barat”, “Syukur Di Kajian Indigenous”, “Konsep Syukur Dan Budaya”, “Konsep-Konsep Kebersyukuran”, “Pelatihan Bersyukur”, “Syukur Di Agama Islam”, dan “*Gratitude Among Indonesian People*”, serta melakukan *screening* artikel

dengan membaca artikel terkait. Selanjutnya setelah menimbang beberapa kriteria inklusi, maka penulis di sini menetapkan 16 artikel yang digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian.

HASIL

Hasil dari penelitian ini dapat dilihat melalui tabel di bawah, di mana terdapat 16 artikel yang telah disintesa oleh penulis dengan tujuan mengetahui konsep kebersyukuran versi Indonesia. Adapun artikel-artikel di bawah ini tersusun atas konsep syukur dalam perspektif barat, Islam, dan berbagai ritual kebudayaan di berbagai wilayah di Indonesia yang mengkaji konsep bersyukur. Desain tabel kami sajikan melalui bentuk matriks supaya mempermudah menganalisis secara kritis dari setiap temuan.

Tabel 1.0 Matrikulasi Hasil Studi Literatur

NO.	NAMA	JUDUL	TUJUAN	METODE	PARTISIPAN	HASIL
1.	Handrix Chris Haryanto, Fatchiah E Kertamuda	Syukur Sebagai Sebuah Pemaknaan	Penelitian ini bertujuan untuk melakukan studi mengenai konsep syukur yang dilakukan pada kalangan mahasiswa di universitas paramadina	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif analisis isi dengan menggunakan pertanyaan terbuka dan dianalisis dengan analisis isi secara induktif	Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa di Universitas Paramadina yang berjumlah 192 orang	Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep rasa syukur dibangun atas 5 kategori yang terkait dengan kondisi menerima (41,15%), berterimakasih (23,44%), menikmati (9,38%), menghargai (6,25%), dan memanfaatkan (6,25%). Kelima kategori tersebut mengarahkan pada kondisi yang ada dan dimiliki dalam diri serta segala proses kehidupan yang dijalani. Adapun objek rasa syukur ini diarahkan pada keberadaan Tuhan.
2.	M. Adin Setyawan, Ridho Riyadi	Persamaan Dan Perbedaan Syukur Menurut Psikologi Barat, Islam, Dan Budaya Jawa	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persamaan dan perbedaan syukur menurut psikologi barat, islam, dan budaya jawa	Penelitian ini menggunakan <i>library research</i> atau suatu penelitian dengan teknik pengumpulan data dan informasi melalui bantuan	-	Persamaan antara definisi syukur menurut psikologi barat, islam, dan jawa yaitu berterimakasih dan memuji apa yang telah memberi kebaikan. Lalu persamaan objek syukur menurut psikologi barat terbagi dua yaitu duniaawi dan transcendental, islam terbagi dua kepada Allah dan manusia, dan jawa terhadap leluhur atau mahluk ghaib dan manusia. Lebih lanjut, aspek syukur (barat) dapat

				bermacam-macam materi yang dapat berasal dari buku, jurnal, catatan, makalah dan sumber tulisan lainnya.		digolongkan menjadi dua dimensi berupa <i>reflection</i> dan <i>reappraisal</i> , aspek syukur menurut islam yaitu mengakui pemberi nikmat dan menggunakan nikmat dalam ketaatan, sedangkan budaya jawa meliputi aspek emosional dan perbuatan.
3.	Alldino Gusta Rachmadi, Nadhila Safitri, Talitha Quratu Aini	Kebersyukuran: Studi Komparasi Perspektif Psikologi Barat Dan Psikologi Islam	Tujuan dari studi literatur ini adalah mengidentifikasi perbedaan konsep syukur dari perspektif	Penelitian ini merupakan penelitian kajian literatur yang menggunakan berbagai sumber seperti buku, psikologi barat dan perspektif islam	-	Konsep syukur dalam perspektif modern dan perspektif islam keduanya memiliki makna yang serupa, yakni menyadari segala sesuatu yang didapatkan kemudian mengungkapkan rasa berterima kasih. Sedangkan perbedaannya ialah pada aspek
				jurnal, kitab Al-Quran, <i>hadist</i> , dan lainnya		penerimaan, dan berterima kasih atas hal hal yang menyenangkan dan menyakitkan sekalipun. Selain itu, kebersyukuran versi barat tidak memiliki target yang spesifik dan konsisten sedangkan islam jelas ditujukan kepada Allah SWT sang pemberi nikmat.

4.	Ratih Arruum Listiyandini , Andhita Nathania, Dessy Syahniar, Lidwina Sonia, Rima Nadya	Mengukur Rasa Syukur: Pengembangan Model Awal Skala Bersyukur Versi Indonesia	Pembuatan alat ukur bersyukur ini bertujuan untuk membantu penelitian, pemeriksaan, ataupun intervensi terkait rasa syukur pada populasi di Indonesia	Pendekatan utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain non eksperimental dan bersifat deskriptif.	Subjek penelitian berjumlah 264 orang terdiri dari 90 orang pria (34%) dan 174 orang wanita (66%). Rentang umur responden berkisar dari 20 sampai 75 tahun.	Konstruk bersyukur terdiri atas tiga faktor, pertama yaitu <i>sense of appreciation</i> yaitu adanya rasa apresiasi terhadap orang lain ataupun Tuhan dan kehidupan. Kedua, perasaan positif atau tidak merasa kekurangan dalam hidupnya. Ketiga, ekspresi rasa syukur yaitu kecenderungan untuk bertindak positif sebagai ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi yang dimiliki. Koefisien reliabilitas pada alat ukur bersyukur ini adalah $\alpha=0.9039$ yang berarti 90.3% dari varians alat tes ini merupakan <i>true varians</i> . Sedangkan uji validitas dilakukan dengan cara uji korelasi dengan skor korelasi adalah $r = 0.568$ ($p < 0.01$).
5.	Adang Hambali, Asti Meiza, Irfan Fahmi	Faktor-Faktor Yang Berperan Dalam Kebersyukuran (<i>Gratitude</i>) Pada Orangtua Anak Berkebutuhan Khusus Perspektif Psikologi Islam	Penelitian ini bertujuan menggali faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran pada orangtua yang memiliki anak berkebutuhan khusus (ABK) sebagai langkah awal untuk	Metode penelitian dilakukan dengan studi literatur dan pendekatan kualitatif menggunakan wawancara mendalam	Subjek dalam penelitian ini adalah 6 pasangan orang tua yang memiliki anak ABK secara beragam	Temuan baru dalam dimensi kebersyukuran pada orang tua ABK adalah sejauhmana tindakan nyata yang positif yang dikhususkan pada 1) segala upaya untuk kebaikan anak ABK, 2) melakukan kebaikan untuk orang lain, 3) melakukan ritual keagamaan atau beribadah. Kebersyukuran itu sendiri meliputi apresiasi, niat atau kehendak, sikap dan tindakan positif secara

			mengembangkan sebuah alat ukur tentang kebersyukuran yang spesifik			personal, interpersonal dan transendental. Oleh sebab itu kebersyukuran dipengaruhi oleh penerimaan diri, rasa apresiasi, niat baik, kemunculan
--	--	--	--	--	--	---

						pengalaman spiritual, hingga merasakan emosi dan kekuatan positif dalam memandang hidup yang dijalani.
--	--	--	--	--	--	--

6.	Maryatul Kiftiyah, Lifiana, Pinihanti, Sabty	Penanaman Rasa Syukur Melalui Tradisi Sedekah Bumi Di Desa Tegalarum, Demak: Kajian Indigenous Psikologi	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejarah, proses pelaksanaan, makna tradisi sedekah bumi serta cara penanaman nilai syukur pada masyarakat di Desa Tegalarum melalui tradisi sedekah bumi dan dalam kajian indigenous psikologi	Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis dan bersifat deskriptif	Penelitian ini melibatkan 4 narasumber yang terdiri atas pemuka daerah, pak lurah, dan dua masyarakat umum setempat	Mendukung dari komponen yang dikemukakan oleh Fitzgerald (1998), warga Desa Tegalarum telah memenuhi 3 aspek bersyukur melalui tradisi sedekah bumi. Pertama, <i>sense of appreciation</i> terhadap orang lain ataupun tuhan, Warga Tegalarum memiliki kesadaran penuh dengan antusias menyambut sedekah bumi. Kedua, perasaan positif terhadap kehidupan yang dimiliki, dicerminkan dengan kesederhanaan Warga Tegalarum dalam menjalani kehidupan bermasyarakat, selalu mensyukuri nikmat apa saja yang diberikan Tuhan melalui bumi. Ketiga, bertindak positif di mana Warga Demak dapat saling berbagi antar warga yang diwujudkan dengan membawa <i>ambengan</i> untuk makan bersama-sama.
----	--	--	--	--	---	---

7.	Aira Afifa Ahmad Sukery, Mohamad Azrul Iraqi, Zainol Iraqi, Nur Aliya Nashrah Mohd Sabir, Munirah Mohamad, Siti Nur Aisyah Ibrahim	<i>Shukur Scale:</i> <i>Test</i> <i>Development</i> <i>And</i> <i>Content Validation</i>	Tujuan dari diadakan penelitian ini adalah untuk mengembangkan alat ukur baru dan validasi isi atas skala kebersyukuran	Metode penelitian ini tergolong sebagai penelitian kuantitatif deskriptif dengan mengembangkan alat ukur berdasarkan uji validitas isi	Adapun para ahli yang dikerahkan untuk memvalidasi konstruk kebersyukuran terdiri atas 10 orang di mana 7 berlatar belakang pendidikan psikologi sedangkan 3 lainnya dari pusat kajian islam	Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat 3 domain aspek dari konsep kebersyukuran, yaitu (1) Berterima kasih, dengan mengucapkan pujian kepada Allah. Indikator seorang yang berterima kasih terdiri atas apresiasi, berterima kasih, dan menganggap baik. (2) Percaya, yaitu upaya bersyukur yang dapat diindikasikan dengan adanya keimanan, atau yang dapat diindikasikan dengan percaya, dan ilmu. (3) Patuh, atau bersyukur berarti adalah mematuhi setiap anjuran Allah, yang memiliki indikator submisi, dan sadar akan wewenang.
----	---	--	---	--	--	--

8.	Choirul Mahfud	<i>The Power Of Syukur: Tafsir Kontekstual Konsep Syukur Dalam Al Qur'an</i>	Tulisan ini berfokus pada upaya menafsirkan secara kontekstual konsep syukur dalam Islam	Penelitian ini tergolong ke dalam penelitian kualitatif dengan studi literatur melalui berbagai buku dan dokumen terkait	-	Ayat syukur sebagaimana dalam Al Qur'an menunjukkan bahwa tafsir kontekstual dalam memahami konsep syukur secara lebih praktis dan bermakna memiliki sumbangsih yang besar terhadap sukses dan bahagianya seseorang. Lebih lanjut, konsep syukur dalam islam dapat dibagi menjadi tiga yaitu syukur dengan hati yakni kepuasaan batin atas anugerah. Kedua, syukur dengan lidah, yakni dengan mengakui anugerah dan memuji pemberinya. Ketiga, syukur dengan perbuatan, yakni dengan memanfaatkan anugerah yang diperoleh sesuai dengan tujuan panganugerahannya.
9.	Ahmad Rusdi	Syukur Dalam Psikologi Islam Dan Konstruksi Alat Ukurnya	Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana konsep syukur dalam psikologi islam dan konstruksi alat ukurnya.	Tergolong sebagai penelitian kuantitatif deskriptif guna mengembangkan alat ukur	Penelitian ini melibatkan 200 responden	Syukur adalah <i>rida</i> dengan nikmat allah kemudian mengekspresikannya dengan kebaikan. Dimensi orang-orang yang bersyukur dibagi menjadi 4 yaitu bersyukur dengan ilmu, bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, bersyukur dengan perbuatan. Dengan demikian, orang yang mampu bersyukur diawali dari internal berupa penerimaan atau <i>rida</i> , kemudian direspon dengan perilaku baik.

10.	Emmi Nur Afifah	Korelasi Konsep Syukur Dalam Budaya Jawa Dan Ajaran Islam (Studi Kasus Sedekah Bumi Di Desa Tegalharjo Kecamatan Trangkil Kabupaten Pati)	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengertian syukur dalam Budaya Jawa yang diwujudkan dalam formasi sedekah bumi	Pendekatan penelitian ini merupakan pendekatan kualitatif yang berusaha mengungkapkan suatu fenomena yang terjadi tanpa memberikan suatu pemberahan pada objek yang bersangkutan	Peneliti melakukan wawancara kepada kepala Pak Lurah, tokoh setempat, dan beberapa warga asli Desa Tegalharjo	Makna syukur yang diterapkan dalam upacara sedekah bumi masyarakat Desa Tegalharjo Kabupaten Pati merupakan bentuk terimakasih masyarakat Desa Tegalharjo atas nikmat yang diperoleh dari-Nya melalui hasil panen yang melimpah. Selain itu, korelasi syukur Budaya Jawa dengan ajaran Islam yaitu dengan <i>shodaqoh</i> , karena syukur tidak hanya diucapkan saja namun turut diwujudkan dalam bentuk sedekah.
-----	-----------------	---	---	--	---	---

11.	Asti Aisyah, Rohmatun Chisol	Rasa Syukur Kaitannya Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Guru Honorer Sekolah Dasar	Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara rasa syukur berhubungan dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar	Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala kesejahteraan psikologis dan skala rasa syukur. Adapun analisis data dengan menggunakan	Subjek berjumlah 63 guru honorer sekolah dasar di UPT Disdikpora Kecamatan Pecangaan Kabupaten Jepara	Hasil analisa data diperoleh $r_{xy} = 0,744$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ (pada $p < 0,01$), menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara rasa syukur dengan kesejahteraan psikologis pada guru honorer sekolah dasar. Adapun aspek syukur yang digunakan adalah (1) keberlimpahan (<i>sense of abundance</i>), (2) apresiasi sederhana (<i>simple appreciation</i>), dan (3)
-----	------------------------------	---	--	--	---	---

			dasar.	Teknik Korelasi Product Moment		apresiasi terhadap orang lain (<i>appreciation of others</i>).
12.	Triantoro Safaria	Perilaku Keimanan, Kesabaran Dan Syukur Dalam Memprediksi <i>Subjective</i> <i>Wellbeing</i> Remaja	Penelitian ini bertujuan untuk meneliti prediktor-prediktor dari <i>subjective wellbeing</i> Remaja	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui penyebaran skala	Subjek penelitian berjumlah 98 yang direkrut dari sebuah perguruan tinggi swasta (PTS) di Yogyakarta	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara syukur dan sabar dengan <i>subjective wellbeing</i> pada mahasiswa. Sedangkan keimanan tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan <i>subjective wellbeing</i> . Bersyukur itu sendiri memiliki tiga aspek yaitu bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, serta bersyukur dengan perbuatan.

13.	Akmal, Masyhuri	Konsep Syukur (<i>Gratefulnes</i>) (Kajian Empiris Makna Syukur Bagi Guru Pon-Pes Daarunnahdah Thawalib Bangkinang Seberang, Kampar, Riau)	Penelitian tentang kebersyukuran ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana makna dan sumbersumber kebersyukuran bagi guru Pondok Pesantren Daarun Nahdhah Thawalib Bangkinang	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode <i>grounded theory</i> .	Subjek dalam penelitian ini adalah Guru Pon-Pes Daarunnahdah Thawalib Bangkinang yang berjumlah 40 orang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna bersyukur bagi guru Pon-Pes Daarunnahdah Thawalib Bangkinang adalah menerima segala pemberian nikmat dari Allah SWT dengan perasaan bahagia dan apa adanya dan dikuti dengan rasa terima kasih atas pemberian tersebut dengan mengucapkan <i>alhamdulillah</i> serta menjalankan segala perintahnya dan saling berbagi atas nikmat yang telah diberikan. Adapun cara bersyukur bagi guru Guru Pon-Pes Daarunnahdah Thawalib Bangkinang adalah dengan cara memuji Allah dengan mengucapkan <i>Alhamdulillah</i> , beribadah mendekat pada Allah, bersedekah, berinfaq, dan bersujud syukur.
-----	--------------------	--	--	---	---	---

14.	Aprilia Zelika, Ferry V.I.A Koagouw, J.P.M Tangkudung	Persepsi Tentang Perayaan Pengucapan Syukur Minahasa (Studi Komunikasi Antar Budaya Pada Mahasiswa Luar Sulawesi Utara Di Fispol Unsrat)	Penelitian ini berfokus pada bagaimana pengalaman mahasiswa luar Sulawesi Utara di Fispol Unsrat ketika mengikuti perayaan pengucapan syukur Minahasa dan persepsi yang muncul setelah mengikuti perayaan itu	Pendekatan penelitian metode kualitatif, serta menggunakan landasan teori fenomenologi	Jumlah informan sebanyak 8 orang, yaitu 4 orang dari luar Sulawesi Utara dan 4 orang lainnya berasal dari Sulawesi Utara (Minahasa) yang merupakan mahasiswa Fispol	Haisl dari penelitian adalah (1) pengalaman mahasiswa etnik luar Sulawesi Utara di Fispol Unsrat dalam mengikuti perayaan pengucapan syukur, ialah sangat baik. (2) Persepsi yang muncul pada mahasiswa etnik luar Sulawesi Utara di Fispol Unsrat setelah mengikuti perayaan pengucapan syukur umumnya beragam dan didominasi oleh persepsi positifis
15.	Pratiwi Wulan Gustianingrum, Idrus Affandi	Memaknai Nilai Kesenian Kuda Renggong dalam Upaya Melestarikan Budaya Daerah di Kabupaten Sumedang	Penelitian ini bertujuan untuk memaknai nilai kesenian Kuda Renggong dalam upaya melestarikan budaya daerah di Kabupaten Sumedang.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi.	Subjek penelitian ini meliputi kepala Pemerintah Daerah Kabupaten Sumedang, seniman Kuda Renggong, dan masyarakat umum	Nilai-nilai yang terkandung dalam kesenian Kuda Renggong antara lain: spiritual, interaksi antarmahluk Tuhan, teatrikal, estetika, kerja sama, kompak, dan tertib, kerja keras, tekun, dan sosial. Kesenian ini secara tidak langsung membentuk karakter manusia menjadi lebih baik lewat berbagai tindakan kerja bersama, saling menghargai satu dan yang lain, kebersamaan, ketekunan, ketertiban, dan semangat religius yang tinggi sebagai ungkapan rasa syukur terhadap Tuhan Yang Maha Esa.

16.	Husni Hanafi, Nur Hidayah, Andi Mappiare	Adopsi Nilai Budaya Osing dalam Kerangka Objektivitas <i>Meaning of Life</i>	Tujuan penelitian ini adalah menemukan nilai-nilai yang terkandung dalam budaya Osing terkait makna hidup di dalamnya	Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif melalui teknik pengumpulan data wawancara	Pengkajian atas adopsi <i>meaning of life</i> budaya Osing dilakukan melalui analisis isi terhadap hasil wawancara kepada ketua Adat Osing di Desa Kemiren, Banyuwangi	<i>Meaning of life</i> budaya Osing memiliki dua belas nilai di mana salah satu di antaranya menyebutkan ritual <i>slametan</i> sebagai ekspresi perbuatan dari rasa syukur terhadap karunia Tuhan. Beberapa tradisi yang menunjukkan syukur tersebut adalah Tumpeng Sewu, dan Kebo-keboan (di desa Osing yang lain). Adapun masyarakat Osing memiliki kebiasaan <i>slametan</i> tidak hanya pada saat tradisi adat, namun juga ketika memiliki barang baru seperti motor, mobil, renovasi rumah dan lain-lain. Masyarakat Osing bahkan tidak menggunakan barang barunya sebelum diadakan <i>slametan</i> .
-----	--	--	---	--	--	---

Berdasarkan pada analisa tabel di atas maka dapat ditentukan 4 golongan tema utama. Pertama, syukur meliputi kesadaran dalam segi pikiran atau disebut bersyukur atas ilmu yang terdiri dari tema kecil seperti menghargai, lalu memuji, dan mengapresiasi. Kedua, bersyukur dengan hati yang disusun oleh tema-tema kecil yaitu menerima, menikmati, merasa berlimpah, dan tidak kekurangan. Ketiga, syukur melalui lisan atau ucapan yang didukung dengan tema tema seperti mengatakan rasa berterima kasih. Keempat, syukur dengan perbuatan yang juga terdiri dari tema kecil yaitu berperilaku positif, bersedekah, berbagi, beribadah, dan mematuhi larangan.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini dapat kita ketahui dua jawaban atas pertanyaan penelitian ini, yaitu bagaimana konstruk syukur versi Indonesia itu sendiri, lalu pengaruhnya dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis orang Indonesia. **Konsep Syukur Pada Orang Indonesia** Dari hasil analisis pada matriks di atas ditemukan banyak tema yang menggambarkan konsep bersyukur pada masyarakat Indonesia. Namun dalam penjelasan lebih lanjut, konsep syukur dibahas sesuai aspek atau dimensi yang terdiri atas empat hal, yakni bersyukur dengan ilmu, bersyukur dengan hati, bersyukur dengan lisan, dan bersyukur dengan perbuatan. Konsep ini sebenarnya memiliki kedekatan dengan di dunia barat yang menjelaskan bersyukur ialah bagian

dari *reflection* (hati dan pikiran) serta *reappraisal* (melalui lisan disertai perbuatan/perilaku ekspresi rasa syukur yang nampak). Hanya saja objek dan bagaimana proses yang dimaksud tersebutlah yang kemudian membuat konsep syukur di Indonesia menjadi khas atau unik (Setyawan & Riyadi, 2020).

Pertama, bersyukur dengan ilmu atau dapat diartikan sebagai proses evaluasi kognitif dalam memaknai apa yang diterima sebagai sebuah hal yang patut untuk disyukuri. Pada aspek ini orang-orang yang bersyukur dengan ilmu pertama-tama mengetahui nikmat apa itu yang telah diperoleh, diikuti dengan menerima secara ikhlas, dan menghargai apapun karunia tersebut. Selain itu, orang yang bersyukur via ilmu juga mampu memanfaatkan karunia apa yang diperoleh dengan sebaik-baiknya seolah olah tidak tersisa waktu lagi baginya untuk menyia-nyiakan waktu dan merasa mengikari hal positif. Lebih lanjut, proses menerima di dalam konteks bersyukur dengan ilmu tidak hanya merujuk pada penerimaan hal positif belaka melainkan juga hal bermuatan negatif yang berpeluang memberikan kita rasa kecewa juga patut disyukuri. Atau dengan kata lain individu yang bersyukur dianjurkan agar dapat berfikir atau melihat makna segi positif dari peristiwa yang terjadi dalam hidupnya meski pahit (Rusdi, 2016).

Kedua, bersyukur dengan hati di mana fungsi afektif individu memiliki peran penting dalam mengevaluasi rasa nyaman dan tenram dalam setiap kejadian pada hidup. Orang yang bersyukur melalui komponen ini merujuk pada perasaan

menikmati, rasa cukup, dan timbul kepercayaan pada sumber pemberi anugerah. Dalam konteks di budaya barat subjek pemberi anugerah cenderung mereka konstruksi kepada orang lain, misal seseorang merasa bersyukur karena diberikan barang dari orang lain baik itu teman ataupun lainnya. Namun berbeda halnya dengan subjek pemberi anugerah yang dirujuk oleh sebagian besar orang-orang di Indonesia, bahwa sang pemberi anugerah ialah Tuhan atau objek supranatural lain yang dipercaya (Akhtar, 2018). Ketiga, bersyukur dengan ucapan yaitu perilaku bersyukur melalui ekspresi ungkapan kata. Orang yang sedang bersyukur cenderung bisa ditandai melalui ungkapan kata-kata yang mengindikasikan rasa syukur itu sendiri seperti terima kasih, *alhamdulillah*, dan puji-pujian lain yang dihaturkan kepada sumber pemberi anugerah. Adapun bersyukur melalui lisan ini sangat penting karena orang yang bersyukur melalui lisan adalah orang-orang yang secara normatif akan dihargai bahkan juga dianggap rendah hati sekaligus menjadi tolak ukur awal ekspresi rasa syukur individu di saat menerima suatu nikmat (Watkins, 2014).

Keempat, bersyukur dengan perbuatan bahwa bersyukur tidak bisa berhenti pada sisi internal diri melainkan harus diaktualisasikan melalui perilaku yang mencerninkan syukur itu sendiri. Misal, seseorang yang telah bersyukur memilih untuk bersedekah serta berbagi rizki dengan orang lain. Selain itu, mereka juga akan cenderung lebih taat beragama, dan

kemudian diikuti dengan perilaku tidak menghindar jika ia terkena masalah. Dalam konteks budaya di Indonesia, konsep terakhir ini diaktualisasikan pada berbagai ritual keagamaan seperti halnya tradisi sedekah bumi bagi orang Jawa, upacara pengucapan rasa syukur di Minahasa, kesenian kuda renggong di Sumedang, dan *slametan* di budaya Osing. Sebagai tambahan, semakin kuat kepercayaan terhadap Tuhan, leluhur, hingga hal-hal gaib, sering kali akan diiringi dengan pemikiran bahwa rasanya seperti tidak nyaman, atau *ora ilok* (merujuk larangan pada orang di Jawa) apabila ia tidak melakukan tradisi yang kental makna kebersyukuran tersebut. Misal, orang yang baru saja membeli kendaraan akan cenderung mengadakan *slametan* sebelum ia menggunakan motor tersebut, jika tidak maka akan dipercaya membawa celaka bagi pemilik (Hanafi et al., 2018).

Di sisi lain, objek kajian syukur dalam konteks Indonesia sangat kental akan peranan Tuhan Yang Maha Esa, roh leluhur, bahkan makhluk gaib. Dalam beberapa budaya seperti yang telah disinggung di atas, berbagai ritual keagamaan merupakan hasil sinkretisme antar perwujudan rasa syukur yang unik dan khas agama dengan kepercayaan sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa budaya beserta *local knowledge* setempat memiliki peranan besar di dalam mengidentifikasi konsep syukur. Hasil analisa turut menjelaskan secara konkret jika selain Tuhan, objek kebersyukuran juga dapat dikarenakan kepercayaan terhadap hal mistis, seperti misal Nyi Roro Kidul sehingga harus melakukan ritual larung saji di pesisir selatan

laut Jawa (Akhtar, 2018).

Dari hasil di atas maka bisa dipetakan lingkup bersyukur versi Indonesia meliputi: (1) kemampuan personal (individu sendiri) seperti kemampuan syukur dengan ilmu dan hati, (2) interpersonal (hubungannya dengan orang lain) misal menjaga hubungan baik dengan saudara, teman, dan kerabat, serta (3) transcendental atau bersyukur kepada sang pemberi nikmat (Tuhan, roh leluhur, atau hal-hal mistis lainnya) melalui perilaku taat ibadah sekaligus ritual lain yang dipercaya (Hambali et al., 2015).

Pengaruh Syukur Terhadap Kesejahteraan Psikologis

Sedikit mengulas, kebersyukuran versi orang Indonesia terdiri atas empat aspek yaitu ilmu, hati, lisan, dan perbuatan (baik di lingkup personal, interpersonal, serta transcendental). Di sisi lain konsep kesejahteraan psikologis yang digunakan dalam artikel ini merujuk penelitian Maulana et al., (2018) yang menyusun aspek kesejahteraan masyarakat Indonesia terdiri atas tiga aspek, yaitu *basic needs*, *social needs*, dan *positive worldviews*. Dengan demikian, maka secara sederhana meningkatkan kesejahteraan psikologis diprediksi dapat dilakukan melalui memunculkan tiap aspek bersyukur ke dalam tiap aspek kesejahteraan psikologis. Pertama, orang yang bersyukur dengan kemampuan mencukupi kebutuhan dasar maka akan mengevaluasi jika segala makanan yang bisa ia makan hari ini, atau pakaian yang bisa ia

kenakan, atau tempat tinggalnya guna berteduh merupakan suatu hal yang patut untuk disyukuri dengan akal dan diterima dengan hati. Bahkan pujian dan doa disetiap aktivitas dalam rangka memenuhi kebutuhan dasar hidup juga sangat penting, terlebih jika diikuti perilaku konsumsi tidak boros, tidak membuang-buang nikmat apa yang ia dapat, bahkan bisa berbagi pada orang lain yang membutuhkan agar dapat mencukupi kebutuhan dasarnya juga indikasi atas syukur. Kedua, manusia juga harus bisa mengevaluasi segala interaksinya dengan orang lain ialah hal positif, seperti mengartikan kata atau perilaku orang lain yang “menyakitkan” sebagai bentuk pembelajaran, lalu diikuti dengan usaha untuk terus berhubungan baik menjaga lisan, atau ikut memuji atas peraihan orang lain. Selain itu, rasa bersyukur terhadap hubungan sosial juga harus bisa dimanifestasikan dengan berusaha tenang serta mengajak orang lain untuk terus menjadi orang yang positif. Ketiga, syukur dalam aspek *positive worldviews* yang berarti tidak menolak kejadian negatif, terus mengucap kata syukur, berusaha mengejar ketentraman hati, senantiasa melakukan ritual ibadah, dan menjauhkan diri dari prasangka negatif terhadap segala kejadian di kehidupan dan lain sebagainya.

Dengan demikian, kesejahteraan secara psikologis pada orang Indonesia diprediksikan dapat dicapai melalui upaya bersyukur di tiap komponen kesejahteraan. Atau dengan kata lain kesejahteraan akan diperoleh apabila ia mampu mensyukuri

kemampuan memenuhi kebutuhan hidup dasarnya, mensyukuri segala bentuk atas relasi sosial, & bersyukur memiliki pandangan positif tentang dunia secara bersamaan.

KESIMPULAN

Penulis mendapati bahwa masyarakat Indonesia mengkonstruksi kebersyukuran ke dalam 4 aspek, yaitu syukur dengan ilmu, hati, lisan, dan perilaku. Sedangkan lingkup syukur itu sendiri meliputi personal, interpersonal dan transendental. Kemudian bersyukur diprediksi dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dengan cara bersyukur atas *basic needs*, *social needs*, dan *positive worldviews* yang ia miliki.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar, H. (2018). *Perspektif kultural untuk pengembangan pengukuran kebahagiaan orang Jawa*. *Buletin Psikologi*, 26(1), 54– 63.
<https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.v2i1.450>
- Al-Munajjid, M. (2006). *Silsilah amalan hati*. Irsyad Baitus Salam.
- Cahyono, E. . (2014). *Pelatihan gratitude untuk penurunan stres kerja karyawan di PT X. Calyptra*: *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 3(1), 1–15.
- Fauziyah, D. ., & Abidin, Z. (2020). *Hubungan antara gratitude dengan psychological well being pada mahasiswa bidikmisi angkatan 2016*. *Jurnal Empati*, 8(3), 138–143.
- Fithria, L., & Ifdill. (2020). *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid 19*. *Educatio*, 6(1), 1–4.
<https://doi.org/https://doi.org/10.29210/1202592>
- Hambali, A., Meiza, A., & Fahmi, L. (2015). *Faktor-faktor yang berperan dalam kebersyukuran (gratitude) pada orangtua anak berkebutuhan khusus perspektif psikologi Islam*. *Psynpathic*, 2(1), 94–101.
<https://doi.org/https://doi.org/10.15575/psy.v2i1.450>
- Hanafi, H., Hidayah, N., & Mappiare, A. (2018). *Adopsi nilai budaya osing dalam kerangka objektivitas meaning of life*. *Jurnal Pendidikan*, 3(9), 1237–1243.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/jptpp.v3i9.11597>
- Jannah, M. (2016). *Metode penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Unesa University Press.
- Li, S., Wang, Y., Xue, J., Zhao, N., & Zhu. (2020). *The impact of covid 19 epidemic declaration on psychological consequences: a study on active weibo users*. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 17(6), 2032.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph17062032>
- Lubis, I. ., & Agustiani, L. . (2018). *Efektivitas gratitude training untuk meningkatkan subjective well being pada remaja di panti asuhan*. *Jurnal*

<https://doi.org/https://doi.org/10.24854/jps.v6i2.703>

Maulana, H., Obst, P., & Khawaja, N. (2018). *Indonesian perspective of wellbeing: a qualitative study. The Qualitative Report*, 23(12), 3136–3152. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2018.3508>

McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J.-A. (2002). *The grateful disposition: A conceptual and empirical topography*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(1), 112–127. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.1.112>

Prabowo, A. (2017). *Gratitude dan psychological well being*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(2), 260–270. <https://doi.org/https://doi.org/10.22219/jipt.v5i2.4857>

Prastuti, E. (2020). *Urgensi pelatihan syukur (gratitude training) untuk meningkatkan subjective well being “ibu muda” dalam konteks keluarga. Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 16(2), 220–237. <https://doi.org/https://doi.org/10.32528/inps.v16i2.3042>

Rachmawati, M. A. (2020). *Improving quality of life and psychological well-being and reducing work stress in inclusive education teachers using kebersyukuran training (gratitude training)*. In *The Social Sciences Empowered*. <https://doi.org/10.1201/9780429444562-82>

Rahmawati, R., & Putri, E. M. I. (2020). *Learning from home dalam perspektif persepsi mahasiswa era pandemi covid* 19. *Prosiding Seminar Nasional Hardiknas*, 1.

Randholp. (2009). *A guide to writing the dissertation literature review*. *Peer Reviewed Electronic Journal*, 17.

Rusdi, A. (2016). *Syukur dalam psikologi Islam dan konstruksi alat ukurnya*. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 2(2), 37–54.

Ryff, C. . (1989). *Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., & Dzokoto, V. A. (2002). *Culture, personality, and subjective well-being: integrating process models of life satisfaction*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582–593. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.4.582>

- Setyawan, M. ., & Riyadi, R. (2020). *Persamaan dan perbedaan syukur menurut psikologi barat, Islam, dan budaya Jawa*. *Al-Muaddib: Jurnal Ilmu Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 272–281.
<https://doi.org/10.31604/MUA>
DDIB.V5I 2.272-281
- Sumartiningsih, M. S., & Prasetyo, Y. E. (2019). *Literature review: pengaruh cognitive behavior therapy terhadap PTSD akibat kekerasan pada anak*. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 5(2), 167–176.
<https://doi.org/https://doi.org/10.17509/jpki.v5i2.17429>
- Watkins, P. (2014). *Gratitude and the good life: Toward a psychology of appreciation*. Springer Netherlands.

Hubungan Sosial Remaja di Nusa Tenggara Timur Selama Pandemi Covid-19

Social Relationships of Adolescents in East Nusa Tenggara during the Pandemic Covid-19

**INDRA YOHANES KILING¹, MELVIN TAKOY², FITRI AYUNINGSI
HAGI WILA³, TESA LOLIA MITA⁴, ELENITA KRISTALIA SEDA⁵,
TESALONIKA BANI⁶**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email: ¹kimmetha20@gmail.com

Abstrak. Dengan adanya pandemi Covid-19, banyak kebijakan baru yang dikeluarkan pemerintah guna memutus rantai penyebaran virus. Salah satunya yaitu social distancing yang mengharuskan masyarakat menjalankan segala kegiatan dari rumah. Kebijakan ini tentu berdampak pada hubungan sosial terkhususnya bagi para remaja. Pada usia remaja, keterhubungan dengan orang lain menjadi kebutuhan primer. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana hubungan sosial remaja di Nusa Tenggara Timur (NTT) selama pandemi. Data diperoleh dari 12 orang remaja dengan rentang usia 14-18 tahun melalui wawancara dan *photovoice*. Tiga tema utama ditemukan dengan teknik analisis tematik. Tema-tema tersebut antara lain, gambaran kondisi hubungan sosial remaja, masalah hubungan sosial remaja, dan penggunaan media sosial sebagai upaya dan solusi remaja dalam menjalin hubungan sosial.

Kata kunci: Hubungan Sosial, Remaja, *Photovoice*, Pandemi COVID-19

Abstract. With the COVID-19 pandemic that is still going on, the government introduced new policies and protocols to stop spreading of the virus. One of them is social distancing which requires people to work from home. Certainly, this protocol has an impact on social relationships, especially for the adolescents. Where in fact, to be connected to other people is a primary need in this phase. Therefore, this study aims to describe how the social relationships of adolescents in East Nusa Tenggara (NTT) during the pandemic. Data was gathered from 12 adolescents age 14-18 through interviews and photovoice. Three themes were found using thematic analysis. They are the description of social relationship of adolescent, the problems of adolescents' social relationships, and the use of social media as an effort and solution for adolescents in establishing their social relationships.

Key words: Social Relationship, Adolescent, Photovoice, COVID-19 Pandemic

PENDAHULUAN

Masa remaja atau adolescence menurut WHO adalah masa transisi atau perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dengan rentang usia antara 10-19 tahun. Perkembangan masa remaja dimulai dengan perkembangan psikologis dan emosional juga adanya peningkatan kapasitas kognitif dan juga intelektual.

Populasi remaja berkembang dengan sangat pesat yakni sekitar 16 persen dari populasi dunia adalah remaja dengan perkiraan 1,2 miliar remaja berusia 10-19 tahun di seluruh dunia. Masa remaja dimulai dengan pubertas, suatu proses perubahan secara fisik, diikuti dengan perkembangan psikologis dan emosional yang dipicu oleh serangkaian perubahan endokrin yang mengarah pada pematangan seksual dan kemampuan reproduksi. Juga adanya peningkatan kapasitas kognitif dan juga intelektual. Selama dekade kedua, remaja mengembangkan keterampilan penalaran yang lebih kuat, pemikiran logis dan moral, serta menjadi lebih mampu berpikir abstrak dan membuat penilaian rasional.

Perubahan -perubahan secara drastis yang dialami mempengaruhi remaja dalam aspek kehidupannya seperti perasaan, pemikiran, pengambilan keputusan, dan interaksi mereka dengan dunia di sekitar mereka. Remaja juga dituntut untuk tidak lagi berperilaku seperti anak-anak namun bersikap dewasa dalam mengambil peran-peran dalam masyarakat. Terlebih dalam kemampuan sosial tentu sangat diperlukan remaja.

Pada dasarnya setiap manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan individu lainnya untuk hidup berdampingan. Proses sosialisasi dan interaksi sosial sudah dimulai sejak manusia lahir dan berlangsung terus hingga ia dewasa atau tua (Fatimah,2006).

Semenjak WHO menetapkan pandemi Covid-19 sebagai pandemi global, Indonesia juga termasuk sebagai salah satu negara yang terpapar pandemi ini terhitung sejak 02 Maret 2020 hingga saat ini. Sebagai upaya dan bentuk perhatian pemerintah untuk masyarakat maka dikeluarkanlah peraturan-peraturan terkait protokol kesehatan guna mengurangi penyebaran virus covid-19 ini. Salah satunya adalah pembatasan sosial berskala besar (PSBB).

Angka Covid-19 di NTT seperti dilansir dari antaranews per 6 Februari 2021 yakni terkonfirmasi pasien positif Covid-19 yakni 6.368 orang dan sembuh sebanyak 3.245 orang. Penambahan kasus dari hari ke hari membuat himbauan pemerintah terkait social distancing terus dijalankan. Social distancing ini membuat masyarakat harus menarik diri dari hubungan sosial yang normal dikarenakan kekhawatiran terhadap pandemi Covid-19 (Harahap, 2020).

Mulai dari Sekolah Dasar hingga Menengah termasuk Perguruan Tinggi di NTT terpaksa mengubah sistem pembelajaran dan dilaksanakan secara daring mengingat himbauan social distancing. Hal tersebut menyebabkan tingkat interaksi hubungan sosial remaja dengan teman mereka pun berkurang.

Diketahui populasi remaja di NTT sesuai usia yang ditetapkan WHO yakni 10-19 tahun tahun 2020 terdapat 1.163.774 dengan laki-laki 591.328 dan perempuan 582.446 (BPS NTT,2020).

Dengan adanya pembatasan sosial karena pandemi, kebutuhan remaja akan interaksi hubungan sosial terkhususnya dengan teman sebaya merekapun menjadi terhambat. Penelitian yang dilakukan oleh Estikasari dan Pudjiati (2021) pada remaja di jenjang Sekolah Menengah Pertama menunjukkan bahwa perasaan negatif yang mereka rasakan selama bersekolah dari rumah akibat pandemi sebagian besar berasal dari interaksi sosial yang terhambat. Himbauan *social distancing* atau pembatasan sosial ini tentunya berpengaruh dalam hubungan sosial remaja sehingga perlu menjadi salah satu perhatian yang serius.

Penelitian di NTT terkait hubungan sosial remaja dan bagaimana cara remaja tetap berinteraksi saat pandemi masih sangat minim sehingga penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang hal tersebut. Sehingga fokus dari penelitian ini adalah eksplorasi permasalahan dalam hubungan sosial remaja dan bagaimana cara remaja mengatasi hal tersebut dalam menjaga hubungan sosial mereka.

METODE

Responden penelitian. Penelitian ini dilakukan di Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Seperti dilansir dari

detik.news per 02 Maret 2020, Presiden Jokowi mengumumkan 2 kasus positif Covid-19 perdana di Indonesia, namun 20 hari kemudian sudah ada 514 kasus positif. Angka tersebut terus melonjak dan kasus positif Covid-19 di NTT pun juga kian bertambah. Pada akhirnya pemerintah Indonesia termasuk Nusa Tenggara Timur mulai melakukan berbagai kebijakan seperti mengeluarkan himbauan *social distancing*. Tak hanya himbauan *social distancing* oleh pemerintah lewat surat edaran Kemendikbud, sistem pembelajaran pun diubah menjadi pembelajaran jarak jauh secara daring.

Partisipan dalam penelitian ini adalah 12 remaja usia 14-18 tahun. Dengan jumlah partisipan laki-laki sebanyak 2 orang dan partisipan perempuan sebanyak 10 orang. Partisipan penelitian ini direkrut dengan cara sengaja (*purposive sampling*), dengan dua kriteria utama: (a) harus berdomisili di Nusa Tenggara Timur, (b) merupakan remaja berusia 10-19 tahun. Pengumpulan data dihentikan pada peserta ke-12 setelah penulis menyimpulkan bahwa kejemuhan data telah tercapai. Data demografik dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini.

Tabel 1. Data demografik partisipan.

	Samaran	Usia	P/L	Pendidikan
Irmala		14	P	SMPK ST. YOSEPH
Kirana		18	P	UNIVERSITAS NUSA CENDANA
Putri		17	P	SMAN 8 KOTA

				KUPANG
Yani	11	P	SD GMIT	KOINONIA
				2
Sandra	15	P	SMAN 5	KOTA
				KUPANG
Lia	16	P	SMAN 1	KEFAMEN
				ANU
Puspa	16	P	SMAN 2	KOTA
				KUPANG
Tio	16	L	SMA	KRISTEN
				CITRA
				BANGSA
Nanda	16	P	SMA	KRISTEN
				CITRA
				BANGSA
Kayla	18	P	SMAN 5	KOTA
				KUPANG
Akhi	18	L	UNIVERSI	TAS NUSA
				CENDANA
Yeni	18	P	UNIVERSI	TAS NUSA
				CENDANA

Desain penelitian. Penelitian ini merupakan pendekatan Kualitatif. Pendekatan kualitatif bertujuan untuk memperoleh gambaran umum dari latar belakang penelitian.

Instrumen penelitian. Metode pengumpulan

data yang dipilih dalam penelitian ini yaitu metode photovoice dan wawancara. Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode photovoice. Photovoice bertujuan untuk memungkinkan orang mengidentifikasi, mewakili, dan meningkatkan komunitas mereka melalui foto yang mereka ambil. (Waang & Burris, 1997). Metode ini dipilih dengan pertimbangan melalui foto para partisipan dapat dengan mudah mengungkapkan pemikiran dan pengalamannya. Kemudian dilanjutkan dengan metode wawancara menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang.

Prosedur penelitian. Pada awal penelitian, peneliti menghubungi partisipan dan menjelaskan setiap sesi dalam prosedur penelitian yang akan dilakukan. Kemudian peneliti meminta partisipan untuk memberikan satu foto yang menggambarkan keadaan yang mereka rasakan saat itu. Setelah itu peneliti dan partisipan berdiskusi untuk menjadwalkan sesi wawancara. Wawancara dilakukan pada bulan Maret 2021. Karena pandemi Covid-19 yang masih berlangsung maka wawancara dilakukan via chat melalui aplikasi WhatsApp. Kelima peneliti juga bertanggung jawab menjadi pewawancara. Dua belas narasumber diwawancarai dengan mengirim pesan melalui aplikasi WhatsApp dengan menggunakan Bahasa Melayu Kupang. Demi menjamin kepercayaan terhadap penelitian ini, peneliti menyimpan jejak audit dalam bentuk file bukti tangkapan layar chat WhatsApp.

Analisis data. Data-data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan analisis

tematik (Clarke & Braun, 2013). Peneliti mengawalinya dengan membaca transkrip 12 hasil wawancara. Selanjutnya dilakukan pemberian kode pada transkrip tersebut. Penulis kemudian mengembangkan tema - tema dari kode yang telah dibuat. Tema-tema tersebut ditinjau kembali untuk dengan melihat relevansinya dengan data hasil wawancara. Proses terakhir yaitu memilih kutipan partisipan yang sesuai dan dapat merepresentasikan tema-tema.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara terhadap partisipan, maka diperoleh beberapa tema sebagai berikut.

Kehidupan Hubungan Sosial Remaja Selama Pandemi. Semenjak pandemi Covid-19 menyerang kesehatan manusia, terdapat banyak perubahan yang terjadi dalam kehidupan manusia. Pandemi Covid-19 ini membuat manusia tidak bisa beraktivitas seperti biasanya karena penyebaran virus ini yang cepat.

Perubahan-perubahan dalam kehidupan sosial yang menjadi salah satu dampak dari pandemi Covid-19 adalah dalam pola hubungan sosial. Seperti remaja yang menjadi subjek dalam penelitian ini mengalami hubungan dengan keluarga dan teman yang semakin dekat, ada juga yang biasa saja seperti yang diungkapkan oleh Kirana “*biasa saja..membosankan*” hal ini juga dirasakan oleh nanda “ *biasa-biasa saja hanya lebih sering di rumah jadi lebih banyak bicara*”.

Keluarga

Hubungan remaja dengan keluarga semakin dekat, seperti yang diungkapkan oleh sandra “*Selama pandemi ini, kehidupan sosial dengan keluarga semakin dekat karna semakin banyak waktu yang dihabiskan dengan keluarga ...*” hal serupa juga dialami oleh Lia, Akhi, Yeni.

Namun yang dirasakan oleh Tio dalam interaksi dengan keluarga sedikit berbeda, karena kesibukan anggota keluarga dengan aktivitas bekerja maupun sekolah “*kalo dengan keluarga mungkin agak beda dengan teman-teman di sekolah contohnya jarang komunikasi, karena juga orang tua sibuk dengan pekerjaannya kami juga sibuk dengan belajar. Tapi setiap malam kami sekeluarga berkumpul main kartu, terus berdoa bersama, terus kek ada(kayak ada) evaluasi selama 1 hari ini kak*”.

Lalu kondisi lain juga dirasakan oleh Puspa dan Kayla yang lebih banyak menyendiri atau sibuk dengan kegiatan sendiri, dikarenakan tidak begitu dekat dengan keluarga hal ini dialami oleh Puspa “ *saya tidak begitu dekat dengan keluarga besar, jarang mengikuti acara kumpul keluarga atau semacamnya. Kalau dirumah juga tidak begitu banyak mengobrol, masing-masing sibuk dengan kegiatannya, saya juga jarang keluar kamar, jadi lebih banyak menghabiskan waktu sendirian dikamar*”.

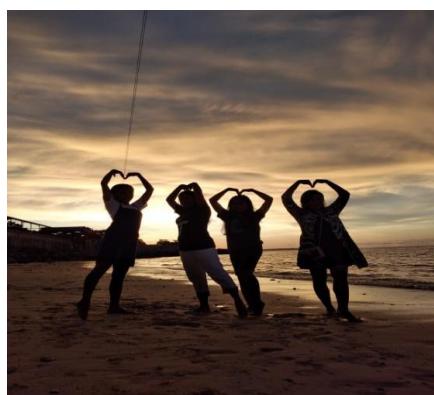
Sedangkan yang dirasakan oleh Irmala, Putri, dan Yani baik-baik saja.



Gambar 1. Gambar ini diambil oleh Kirana untuk mendeskripsikan saat ia selalu bermain bersama kedua kakaknya menyanyi lagu, membahas hal yang tidak penting seperti adanya peri dll, meminta hotspot, atau bermain game bersama teman.

Hubungan remaja dengan teman selama masa pandemi juga memiliki dinamika, ada remaja yang hubungan pertemanan semakin berkualitas seperti yang diungkapkan oleh Tio “*kalo hubungan dengan teman sekolah baik-baik saja kak,... hanya kalo dengan teman gereja kurang baik ...*”.

Namun ada beberapa remaja yang merasa hubungan sosial sedikit memburuk seperti yang diungkapkan oleh Tio “*Kehidupan sosialnya beta (saya) selama ini mungkin agak sedikit memburuk ...*”



Gambar 2. Gambar ini diambil oleh Yeni untuk mendeskripsikan persahabatan lintas usia yang

saling menjaga satu sama lain.

Dari hasil wawancara dengan 12 partisipan dapat dilihat bahwa remaja memiliki kondisi hubungan sosial yang berbeda-beda.

Masalah Interaksi Sosial Pada Remaja

Selama Pandemi. Pola interaksi dalam hubungan sosial yang awalnya terjalin di mana saja dan kapan saja sejak pandemi ini berubah. Perubahan tersebut untuk sebagian remaja tidak membawa dampak lebih, namun untuk sebagian remaja hal ini membawa masalah.

Seperti yang diungkapkan oleh Irmala ”Baik-baik saja”, sama halnya dengan yang dirasakan oleh Yani, Lia, Nanda, Akhi, Yeni. Berbeda halnya dengan yang diungkapkan oleh Puspa ”*Saya selama pandemi kurang bersosialisasi di luar, lebih banyak menghabiskan waktu sendirian di dalam rumah*”, hal tersebut juga dialami oleh Kayla.

Lalu masalah hubungan sosial lainnya yang dialami remaja adalah tidak bisa mengunjungi keluarga yang jaraknya jauh dari rumah, seperti yang diungkapkan oleh Akhi ”...*hanya kalo(kalau) keluarga yang jauh begitu katong(partisipan dan keluarga) sonde(tidak) pernah pi(pergi) le(lagi), semenjak ada ini Covid..*”

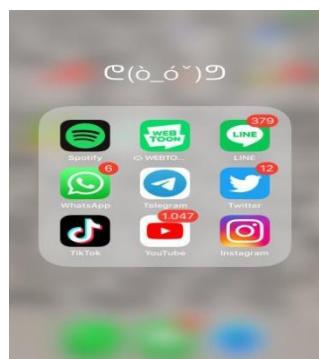
Kehidupan yang sedikit memburuk juga dirasakan oleh remaja, seperti yang diungkapkan oleh Tio ”*Kehidupan sosialnya beta(saya) selama ini, mungkin agak sedikit memburuk*”. Lalu kondisi pandemi ini menyebabkan masalah dalam kesulitan

komunikasi secara langsung, seperti yang diungkapkan oleh Putri "...sangat sulit untuk berkomunikasi tatap muka, bahkan kalau mau melakukan segala sesuatu yang berhubungan dengan lingkungan pun harus pikir panjang karena didesak keadaan pada masa pandemi".

Media Sosial sebagai Upaya dan Solusi Remaja dalam Menjalin Interaksi Sosial.

Hidup di zaman dengan perkembangan teknologi yang begitu pesat membuat remaja sudah terbiasa dengan penggunaan media sosial sebagai media komunikasi bahkan sebelum pandemi. Selama beraktivitas di rumah, semua partisipan mengaku lebih sering menggunakan media sosial terkhususnya untuk menjalin hubungan dengan teman-teman mereka ataupun untuk menanyakan tugas sekolah baik melalui telepon, aplikasi *chatting* maupun *video call*.

Seperti yang diungkapkan oleh Lia "Kami bersosialisasi melalui telepon dan video call untuk bisa menanyakan kabar satu sama lain".



Gambar 3. Tangkapan layar ini diambil oleh Puspa, menggambarkan kesehariannya yang ditemani oleh aplikasi-aplikasi di atas, yang juga digunakan sebagai sarana komunikasinya dengan teman-teman.

Sebagai sumber akses media sosial yang utama maka ponsel juga menjadi bagian tak terpisahkan dari keseharian remaja. Seperti diungkapkan oleh Kayla "Dulu waktu sebelum pandemi, beta(saya) masih bisa melupakan gadget. Tapi sekarang seakan-akan gadget itu salah satu dari beta pung (saya punya) bagian tubuh. Pi (pergi) mana-mana selalu bawa. Kalau sonde (tidak)bawa serasa apa gitu yang hilang".

Media sosial juga menjadi sarana yang bisa menyatukan keluarga. Berdasarkan pengakuan salah satu partisipan, ia dan keluarga membuat video dengan aplikasi tiktok. Kegiatan bermedia sosial pun meski hanya secara virtual namun dapat menumbuhkan kreativitas dan keeratan dalam hubungan keluarga.

Yani "Ketong (partisipan dan keluarga) biasa buat tiktok sama-sama dengan senang".

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa hubungan sosial remaja dengan keluarga dan teman berbeda-beda ada yang semakin dekat dikarenakan lebih banyak waktu yang dihabiskan bersama keluarga di rumah sejak pandemi Covid-19. Ada juga yang tetap seperti biasa dan ada yang sedikit memburuk dikarenakan tidak ada interaksi langsung. Masalah interaksi yang dialami remaja dalam penelitian ini seperti kurang bersosialisasi, tidak bisa mengunjungi keluarga jarak jauh, juga kesulitan dalam berkomunikasi secara langsung.

Remaja dalam penelitian ini memanfaatkan media sosial sebagai media komunikasi sebagai upaya dan solusi remaja dalam menjalin interaksi sosial sehingga remaja tetap terhubung dengan teman. Media sosial juga untuk digunakan menumbuhkan kreativitas sekaligus keeratan dalam hubungan keluarga.

DISKUSI

Dalam penelitian ini ditemukan ada remaja yang merasakan hubungan yang semakin harmonis dan erat dengan keluarga karena hampir seluruh anggota keluarga berada di rumah semenjak diberlakukannya pembatasan sosial pandemi Covid-19, seperti yang dialami oleh Sandra, Lia, Akhi, dan Yeni. Hal ini berdampak baik pada diri remaja karena adanya hubungan yang baik antara remaja dengan orang tua. Waktu yang banyak dihabiskan di rumah menambah kedekatan antara remaja dan keluarga, tentunya banyak hal yang dilakukan bersama di rumah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thakkar dan Sheth (2014) menunjukkan komunikasi yang dibangun antara orangtua dengan remaja memengaruhi kemampuan penyesuaian diri remaja dalam hal kepercayaan diri, prestasi, dan kesejahteraan. Kemampuan menyesuaikan diri remaja yang merupakan salah satu aspek keterampilan sosial, sangat dipengaruhi oleh diskusi positif maupun negatif yang dilakukan dengan orangtua melalui komunikasi (Kinanti & Adijanti, 2019).

Namun ada remaja yang merasa tidak nyaman ketika harus banyak berinteraksi

dengan keluarga karena tidak begitu dekat dengan keluarga dan lebih suka menyendiri, seperti yang dialami oleh Tio, Puspa, dan Kayla. Hubungan dengan teman sekolah, teman di lingkungan rumah menjadi terbatas sehingga cara yang remaja lakukan untuk tetap terhubung dengan teman mereka yaitu memanfaatkan teknologi media sosial yang mana malah membuat remaja seolah ketergantungan akan gadget karena setiap interaksi yang dilakukan secara online. Seperti yang diungkapkan oleh Kayla”*Dulu waktu sebelum pandemi, beta(saya) masih bisa melupakan gadget. Tapi sekarang seakan-akan gadget itu salah satu dari beta pung (saya punya) bagian tubuh. Pi (pergi) mana-mana selalu bawa. Kalau sonde (tidak)bawa serasa apa gitu yang hilang”.*

Dengan adanya peningkatan yang terus menanjak dalam kasus positif Covid-19 dan kebijakan pemerintah terkait social distancing diketahui bahwa upaya membatasi interaksi sosial secara fisik menjadi suatu hal yang penting karena dinilai sebagai strategi yang tepat untuk meminimalisir transmisi infeksi virus ini. Dengan adanya kebijakan social distancing memberikan dampak pada remaja yaitu kesesuaian pola sosialisasi yang baru yaitu komunikasi nonverbal. Komunikasi nonverbal merupakan salah satu jenis komunikasi yang bisa dilakukan secara langsung dalam komunikasi tatap muka, maupun tak langsung dengan media perantara tertentu (Monika, 2020).

Remaja yang dalam keseharian umumnya berinteraksi dengan banyak teman

namun semenjak pembatasan sosial akibat pandemi, terpaksa menghabiskan banyak waktu di rumah. Padalal remaja sangat membutuhkan koneksi dengan orang lain terlebih teman sebaya. Menurut Prof Sarah-Jayne Blakemore, dari departemen psikologi di Universitas Cambridge, sebagai dampak dari Pandemi Covid-19,remaja di seluruh dunia memiliki sedikit kesempatan untuk berinteraksi langsung secara tatap muka yang mana hal tersebut sangat penting terlebih dalam masa perkembangan remaja.

Remaja akhirnya terbiasa sibuk dengan kegiatan sekolah, perkuliahan online. Tak hanya itu remaja juga kerap berselancar di dunia maya agar tetap berinteraksi dengan keluarga,kerabat,juga dengan teman yang jauh. Salah satu psikolog kenamaan Nigel Latta mengatakan bahwa remaja membutuhkan interaksi dengan teman sebaya sehingga akses terhadap internet sangat diperlukan remaja selama di rumah untuk tetap berinteraksi dengan teman melalui platform media sosial.

Psikolog Anak, Remaja, dan Keluarga, Saskhya Aulia Prima, M.Psi menjelaskan kualitas hubungan sosial yang positif dan bermakna merupakan salah satu kunci dari terbangunnya kebahagiaan seseorang. Ketika kebahagiaan terjaga, akan menjadi lebih sehat sehingga dapat menghadapi berbagai tantangan dengan lebih baik. Masa remaja identik dengan hubungan sosial, baik dalam lingkup masyarakat, pertemanan bahkan dalam hubungan romantisme seperti halnya pacaran. Namun karena pandemi remaja harus kehilangan momen interaksi sosial dengan

masyarakat luas dimana dia dapat mengeksplorasi temuan baru dan berpikir sesuai dengan tindakan yang pantas dalam bermasyarakat. Di mana masa remaja adalah masa yang baik untuk mencari dan menambah relasi yang berguna dimasa depannya nanti.

Penelitian ini lebih menyorot kepada kondisi hubungan sosial remaja, permasalahan yang dirasakan remaja dalam hubungan sosialnya semenjak pembatasan sosial,dan bagaimana cara remaja dalam menjaga hubungan sosial mereka agar tetap terjalin meski dalam kondisi pandemi Covid-19 sekarang ini. Relevansi penelitian ini dengan perbaikan hubungan sosial remaja adalah remaja bisa paham bahwa menjaga kualitas hubungan sosial di saat seperti ini pun perlu menjadi perhatian.

Hubungan sosial yang baik tentunya juga berpengaruh baik pula untuk remaja. Hubungan sosial yaitu hubungan yang dilakukan tiap individu yang kehadirannya di samping individu lain dalam lingkungan dapat ia sadari (Yunistiati & Farid, 2014). Entah itu hubungan dengan keluarga dalam rumah maupun dengan teman-teman. Remaja pada penelitian ini memiliki cara menjaga hubungan sosial yakni selalu menyempatkan waktu untuk tetap berkomunikasi lewat media sosial dan saling menjaga etika saat chattingan, telepon dan video call. Aplikasi chat membuat pengguna bisa saling berkomunikasi dan terhubung lewat pesan maupun suara (Abraham, 2014)

Jumlah partisipan yang terbatas merupakan keterbatasan utama dalam

penelitian ini. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dan observasi secara online melalui aplikasi chatting, mengingat masih dalam kondisi pandemi. Metode kualitatif yang dipakai dalam penelitian ini tidak bisa direplikasi pada lokasi atau situasi lain.

Penulis memberi rekomendasi agar hubungan sosial remaja tetap terjaga dan remaja bisa merasa bahagia tetap terhubung dengan teman maupun kerabat yang jauh yakni dengan memanfaatkan media sosial (WhatsApp, Instagram,dll.) untuk menjalin komunikasi antara satu dengan yang lain. Media sosial tentunya pada kondisi pandemi sangat bermanfaat jika dimanfaatkan dengan baik pula. Tak hanya untuk hubungan sosial tetapi remaja juga bisa mengetahui perkembangan situasi pandemi saat ini lewat berita di internet.

Saran lainnya adalah remaja dapat mengikuti kegiatan yang bisa membuat remaja berbaur dengan orang lain, seperti webinar dan semacamnya. Misalnya salah kegiatan yang rutin dilakukan oleh salah forum di Kota Kupang yakni Forum PKBI NTT, berupa kegiatan ngopy "ngobrol pintar dan happy". Kegiatan tersebut selain menambah wawasan remaja di kala pandemi tentunya juga bisa menambah relasi. Banyak hal seputar remaja tentunya yang bisa didapat lewat kegiatan tersebut. Terkait jadwal kegiatannya remaja bisa mengakses informasi lewat Instagram forum PKBI NTT yakni (@for_pkbi.ntt).

Saran berdasarkan hasil penelitian adalah remaja memanfaatkan media sosial

dengan baik untuk menjalin komunikasi dan juga remaja dapat mengikuti kegiatan yang membuat remaja berbaur dengan orang lain meski secara virtual.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, F. Z. (2014). *Pemanfaatan media online terhadap interaksi sosial masyarakat*. *Jurnal Penelitian Pers dan Komunikasi Pembangunan*, 18(2), 171-184.
- Ahad. (2020). *Psikolog Jelaskan Pentingnya Gawai Bagi Remaja Saat Pandemi*. <https://www.republika.co.id/berita/q8ne9k414/psikolog-jelaskan-pentingnya-gawai-bagi-remaja-saat-pandemi>
- Antaranews.com. (2021). *Tingkat kesembuhan pasien COVID-19 di NTT di atas 50 persen*. <https://m.antaranews.com/berita/1986632/tingkat-kesembuhan-pasien-covid-19-di-ntt-di-atas-50-persen>.
- Beritasatu.com. (2020). *Pentingnya Menjaga Kualitas Hubungan Sosial Di Masa Pandemi*. <https://www.beritasatu.com/kesehatan/682921/pentingnya-menjaga-kualitas-hubungan-sosial-di-masa-pandemi>.
- BPS ROVINSI NTT. (2021). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2016-2020*.

- <https://ntt.bps.go.id/dynamictable/2017/08/16/373/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-ntt-2016.html>.
- Estikasari, P., & Pudjiati, S. R. R. (2021). *Gambaran Psikologis Remaja Selama Sekolah Dari Rumah Akibat Pandemi Covid-19. Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 2(1), 23-36.
- Fatimah,E. (2006). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Harahap, S. R. (2020). *Proses Interaksi Sosial Di Tengah Pandemi Virus Covid19. AL-HIKMAH: Media Dakwah, Komunikasi, Sosial Dan Budaya*, 11(1),45-53. doi: <https://doi.org/10.32505/hikmah.v11i1.1837>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *SE Mendikbud: Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19*. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>
- Larasati, K.,& Marheni,A. (2019). *Hubungan antara komunikasi interpersonal orang tua-remaja dengan keterampilan sosial remaja. Jurnal Psikologi Udayana*, 6(2),1093-1100.
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). *The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. The Lancet. Child & adolescent health*, 4(8), 634–640. doi: [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3)
- Sulaiman,M. Reza. (2020). *Remaja Tak Ketemu Teman Selama Pandemi, Kesehatan Jiwa Bisa Terganggu*. <https://www.suara.com/health/2020/06/14/131000/remaja-tak-ketemu-teman-selama-pandemi-kesehatan-jiwa-bisa-terganggu>
- Sagita, D. D., & Hermawan, D. (2020). *Kesepian Remaja Pada Masa Pandemi COVID-19. ENLIGHTEN: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 122-130. doi: <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i2.1892>
- UNICEF. (2019, Oktober). *Adolescent demographics*. <https://data.unicef.org/topic/adolescents/demographics/>
- United Nation. (2012). *World Populations Monitoring – Adolescents and Youth – A Concise Report*. Diunduh dari https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/fertility/12_66976_adolescents_and_youth.pdf
- World Health Organization. (-). *Adolescent*

Health. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

World Health Organization. (2020, 19 Oktober 2020). *Adolescent Health and Development.*

<https://www.who.int/westernpacific/news/q-a-detail/adolescent-health-and-development>

Yuliarti, M. S. (2020). *Interaksi Sosial dalam Masa Krisis: Berkommunikasi Online Selama Pandemi COVID-19. Prosiding Nasional Covid-19*, 15-20.

Yunistiati, F., Djalali, M. A. A., & Farid, M. (2014). *Keharmonisan keluarga, konsep diri dan interaksi sosial remaja. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(01).

Menakar Kapasitas Sosial dan Psikologis pada Komunitas Saat Menghadapi Pandemi

(Measuring Social and Psychological Capacity in Communities When Facing a Pandemic)

INTAN RAHMAWATI¹, NUR AZIZAH RAHMA YULIANI²

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Brawijaya

Email: ¹nurazizahrahmayuliani@gmail.com

Abstrak. Munculnya varian virus baru SARS-CoV-2 telah memicu kekhawatiran di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Virus ini menyebabkan terjadinya pandemi selama lebih dari satu tahun di Indonesia yang berdampak pada aktivitas warga di Kampung Lampion. Kampung Lampion dipaksa tutup hingga waktu yang tidak dapat ditentukan karena berlakunya pembatasan aktivitas, sehingga menyebabkan berkurangnya penghasilan warga. Terjadinya pandemi membuat warga Kampung Lampion diharapkan mampu untuk dapat beradaptasi baik secara fisik maupun psikis dalam menghadapi pandemi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kapasitas sosial dan psikologis pada warga yang tinggal di Kampung Lampion saat menghadapi pandemi. Metode penelitian kualitatif dipilih dengan teknik pengambilan data menggunakan wawancara kelompok yang melibatkan 8 informan dengan kriteria: (1) berjenis kelamin perempuan, (2) berusia dewasa, dan (3) warga Kampung Lampion. Teknik analisis Miles dan Huberman digunakan dalam proses pengkajian hasil data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan hasil wawancara kelompok dengan 8 informan warga Kampung Lampion, telah memiliki kemampuan dan pemahaman terkait tindakan yang harus dilakukan dengan cara melakukan kerjasama antar warga, upaya mitigasi kebencanaan hingga melakukan adaptasi terhadap perubahan. Kesimpulan yang terbentuk dari penelitian ini adalah terpenuhinya kemampuan serta pemahaman warga Kampung Lampion dalam aspek sosial dan psikologis dalam menghadapi masa pandemi berdasarkan karakteristik lingkungan yang dikaji dengan teori ketahanan komunitas dalam menghadapi bencana.

Kata Kunci: Kapasitas sosial, Kapasitas psikologis, Kualitatif, Pandemi.

Abstract. The emergence of the new variant virus SARS-Cov-2 has sparked concern around the world, including Indonesia. This virus has caused a pandemic which has an impact on the activity of Kampung Lampion's residents. Kampung Lampion was forced to close until an indefinite time due to the enactment of activity restrictions, resulting in reduced income for residents, but the residents are expected to be able to adapt both psychologically and mentally. This research aims to determine Kampung Lampion's social and psychological capacity in facing a pandemic. Qualitative was used as the method of research and using group interviews involved by 8 informants with the following criteria: (1) female, (2) adult age, and (3) Residents of Kampung Lampion. Miles and Huberman's analysis technique was used in assessing the data results. The results indicated that residents of Kampung Lampion already have the ability and good knowledge including teamwork, disaster mitigation, and effort to adapt to change. The conclusion formed of this research is the fulfillment of the ability and knowledge of the residents of Kampung Lampion in social and psychological aspects in dealing with the pandemic based on the environmental characteristics studied with the theory of community resilience in dealing with the disaster.

Keywords: Pandemic, Psychological capacity, Social capacity, Qualitative.

PENDAHULUAN

Bencana merupakan suatu fenomena yang mengganggu kehidupan masyarakat yang diakibatkan oleh faktor alam dan non alam. Contoh faktor non alam adalah yang sedang terjadi saat ini dan mengakibatkan pandemi berkepanjangan. Munculnya virus baru dengan nama ilmiah *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SAR-CoV-2) atau lebih dikenal dengan nama virus Corona (Pane, 2020). Virus ini telah memicu kekhawatiran di seluruh dunia, sebab penularannya tergolong cukup cepat dan bagi orang yang memiliki penyakit bawaan dengan resiko tinggi dapat menyebabkan masalah yang serius hingga kematian (World Health Organization, 2020).

Di Indonesia, untuk mengurangi penyebaran virus, pemerintah memberlakukan berbagai bentuk aturan dan kebijakan seperti PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), karantina dan tindakan isolasi bagi yang telah terpapar virus, menutup institusi, serta membatasi perjalanan. Berlakunya aturan dan kebijakan tersebut, akhirnya menyisakan berbagai macam persoalan, khususnya bidang pariwisata.

Sejak merebaknya COVID-19 di Indonesia pada bulan Maret 2020, sebagai sektor yang menekankan pada perilaku mobilitas dan interaksi erat pada manusia, tentunya membuat sektor pariwisata cukup merugi. Kerugian yang dialami pada sektor pariwisata berdampak di Kota

Malang sebagai salah satu kota dengan destinasi pariwisata yang sering dikunjungi oleh turis local maupun internasional. Hal ini juga berpengaruh secara langsung pada penurunan pendapatan masyarakat, seperti yang dialami oleh warga Kampung Lampion Kota Malang. Sebagai salah satu kampung yang statusnya merupakan kampung wisata, perekonomian masyarakat sekitar tentu sangat bergantung dari sana.

Warga Kampung Lampion menggantungkan hidupnya dari berjualan makanan dan minuman, hingga oleh-oleh yang menjadi ikon kebanggaan kampung wisata ini adalah lampion. Namun, diakibatkan karena melonjaknya kasus COVID-19 di Kota Malang, Kampung Lampion dipaksa tutup hingga waktu yang tidak dapat ditentukan karena berlakunya PSBB, sehingga menyebabkan penghasilan utama mereka tidak ada. Padahal, kebutuhan sehari-hari mereka tetap harus dipenuhi.

Keterpurukan yang diakibatkan oleh pandemi membuat warga dipaksa untuk bisa bangkit (Sunarno & Sulistyowati, 2021). Melihat permasalahan yang tengah dialami oleh Kampung Lampion, dibutuhkan kemampuan dan peran masing-masing warga kampung dalam menghadapi bersama-sama kondisi ini. Sunarno & Sulistyowati (2021) menyatakan bahwa masyarakat dapat mengembangkan nilai dan perilaku sehari-hari dalam lingkup komunitas untuk membentuk resiliensi komunitas.

Resiliensi komunitas diperlukan untuk membantu warga melalui hal tersebut.

Community disaster resilience atau resiliensi komunitas menurut Mayunga (2009) mendefinisikan *community disaster resilience* sebagai kemampuan masyarakat dalam melakukan upaya antisipasi, mempersiapkan, dan merespon suatu bencana. Kemampuan ini sangat berguna bagi masyarakat, sebab dapat membantu masyarakat untuk memulihkan dampak yang diakibatkan dari bencana sesegera mungkin. Syarat terbentuknya resiliensi komunitas terhadap bencana adalah terpenuhinya modal sosial dan modal psikologis (Mayunga, 2009).

Mayunga (2009) mengemukakan bahwa *Social capital* (modal sosial) merupakan kemampuan komunitas untuk melakukan kerja sama saat menghadapi bencana yang terjadi. Bersama komunitas Kampung Lampion, juga terdapat peranan aparat pemerintahan yang memiliki wewenang ataupun berkeinginan untuk ikut andil untuk melakukan sejumlah upaya mitigasi meliputi pra bencana, saat bencana, dan pasca bencana. Sejumlah upaya mitigasi tersebut, meliputi kegiatan sosialisasi dan pemahaman terkait kebencanaan agar masyarakat memiliki kesiapan diri saat bencana datang, pengadaan alat-alat yang dapat digunakan evakuasi saat bencana terjadi, rehabilitasi dan rekonstruksi sarana, prasarana, fasilitas umum, serta pemulihan kehidupan masyarakat.

Modal sosial merujuk pada sumber daya positif bagi individu maupun

komunitas yang terbentuk dari adanya interaksi dan partisipasi dalam komunitas (Portes, 1998). Pada kondisi pasca bencana, modal sosial berupa pemberian bantuan secara langsung, pemberian informasi, pertolongan pada anak, sumber daya ekonomi hingga pemberian bantuan emosional maupun psikologis (Norris dkk, 2002). Upaya yang dilakukan mengarah pada kemampuan untuk bertahan hidup di tengah pandemi yang sedang berlangsung dan mempersiapkan diri pasca bencana atau pandemi.

Human capital (modal psikologis) merupakan pengetahuan dan pemahaman individu maupun komunitas mengenai kebencanaan mulai dari pra bencana, saat bencana, dan pasca bencana sangat diperlukan, sebab hal tersebut dapat membantu meminimalisir besarnya kerugian dan korban jiwa (Mayunga, 2009). Tidak hanya itu, individu atau komunitas dengan pengetahuan dan pemahaman kebencanaan yang baik, secara langsung dan tidak langsung memiliki kemampuan dalam mengatasi, beradaptasi, pulih dari bencana lebih cepat, serta akan sangat membantu dalam membangun ketahanan komunitas.

Pemenuhan modal psikologis mampu membawa kesuksesan dalam upaya komunitas menghadapi pandemi (Luthans dkk, 2004). Pengembangan resiliensi komunitas terbentuk dari terpenuhinya modal psikologis. Hal ini berfokus pada pemulihan individu pada masa pandemi (Fang dkk, 2020). Modal psikologis positif memegang peranan penting bagi individu

selama menghadapi masa pandemi dan mempersiapkan diri pasca bencana atau pandemi (Kuijer dkk, 2014).

Modal sosial dan modal psikologis merupakan bagian dari aspek dalam teori resiliensi komunitas dalam menghadapi suatu bencana. Bencana yang terjadi dari alam maupun non-alam (pandemi atau wabah). Sebagai bagian dari kemampuan komunitas untuk beradaptasi dari pandemi yang sedang terjadi saat ini.

Pemahaman dan perilaku warga mengenai kapasitas sosial dan psikologis menjadi salah satu fokus utama dalam teori *community disaster resilience*. Sesuai dengan yang dikemukakan oleh The National Academies (2012), bahwa suatu komunitas dapat dikatakan memiliki *community disaster resilience* yang baik, apabila mereka mampu melakukan sejumlah upaya penyesuaian terhadap bahaya, memiliki pengetahuan dan komunikasi, mekanisme coping, adaptasi, masuk ke dalam modal psikologis. Mengedepankan kerja sama dengan seluruh anggota komunitas, serta bagaimana komunitas merespons dan berfungsi selama bencana, masuk ke dalam modal sosial.

Menurut Mayunga (2009) permasalahan-permasalahan sosial atau kerugian secara ekonomi, dapat membatasi kapasitas mereka untuk mengatasi bencana. Oleh karena itu, dapat dipahami bahwa *community disaster resilience* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh komunitas atau masyarakat dalam melakukan upaya antisipasi,

persiapan, merespon, beradaptasi, dan melakukan mekanisme coping secara bersama-sama oleh para anggota komunitas, yang didasarkan pada pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya, sebagaimana yang dijelaskan dalam aspek sosial dan psikologis dalam komunitas. Hal ini dilakukan untuk memulihkan dampak yang diakibatkan dari bencana sesegera mungkin.

Wabah atau pandemi yang terjadi secara tiba-tiba, memaksa warga komunitas Kampung Lampion untuk bertahan dan bangkit saat menghadapi kondisi seperti ini. Kemampuan beradaptasi warga dalam menghadapi pandemi ditinjau dari modal sosial yakni kerjasama dalam komunitas serta pemahaman mengenai kebencanaan ditinjau modal psikologis. Kemampuan serta pemahaman yang terbentuk dapat membantu warga untuk pulih dan dapat beroperasi kembali sebagai bagian dari sektor pariwisata Kota Malang. Maka, diperlukan adanya kajian terkait kapasitas sosial dan psikologis komunitas pada masa pandemi. Fokus penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kemampuan masyarakat untuk bertahan selama pandemi melalui perspektif modal sosial dan psikologis. Pengkajian tersebut berguna untuk menakar kapasitas sosial dan psikologis komunitas Kampung Lampion dalam menghadapi kondisi pandemi COVID 19 ini.

METODE

Informan dalam penelitian ini

berjumlah delapan informan dengan kriteria: (1) berjenis kelamin perempuan, (2) berusia dewasa, dan (3) warga Kampung Lampion.

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode wawancara kelompok. Metode wawancara kelompok yang digunakan, dibingkai dalam teori modal sosial dan modal psikologis yang dikemukakan oleh Mayunga (2009).

1. Coba ceritakan, apakah pernah ada sosialisasi terkait bencana di Kampoeng Lampion.
2. Coba ceritakan, apakah Kampoeng Lampion memiliki dana bersama yang dialokasikan untuk bencana.
3. Coba ceritakan, apakah anda memahami upaya mitigasi dengan baik.
4. Coba ceritakan, apakah anda mempersiapkan perlengkapan mitigasi meskipun bencana tidak terjadi.
5. Coba ceritakan, apakah anda memiliki kemampuan untuk bertahan hidup di alam ketika bencana terjadi!

Teknik analisis data yang digunakan adalah model analisis Miles dan Huberman yaitu reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan berdasarkan pada jawaban informan. Analisa data menggunakan perangkat lunak maxqda dalam melakukan pengkategorian tema penelitian.

Prosedur penelitian yakni melakukan pengurusan izin penelitian

lapangan kepada RT/RW setempat dan kantor kelurahan, selanjutnya pemilihan informan menggunakan *random sampling* warga Kampung Lampion yakni pemilihan informan dilakukan secara *random* atau acak dari warga Kampung Lampion dan proses wawancara kelompok berlangsung secara bertahap dalam waktu 3 hari. Selanjutnya peneliti mulai mengolah data dari hasil wawancara kelompok.

HASIL

Hasil menunjukkan bahwa aspek sosial memuat kemampuan warga sebagai bagian dari komunitas Kampung Lampion dalam melakukan kerja sama dalam menghadapi bencana yang terjadi saat ini yakni adanya pandemi COVID-19. Jawaban yang diberikan oleh informan selama proses wawancara berkisar seputar kehidupan dalam sebuah komunitas yang tinggal berdekatan satu sama lain.

Kategori modal sosial, ditemukan bahwa adanya kepedulian antar warga, saling menjaga satu sama lain dalam kehidupan bermasyarakat atau dalam komunitas Kampung Lampion.

“Biarpun sebelum ada covid hubungan dalam masyarakat kepedulian itu sangat bagus mbak karenakan kita hidup di kampung ya jadi ya itu pasti.”
(IB_RK_D1_Ais, Pos. 5)

“Kita saling mengerti, dalam posisi seperti ini kita tidak sendirian, semua sama. Jadi, kita harus, jaga, jaga, jaga

sendirilah supaya kita itu tidak ada permasalahan sakit atau apa itu yang penting. Kita juga sudah dapat bantuan, kita syukuri dari situ.” (SU_RK_D1_Ais, Pos. 23).

Bentuk kepedulian antar warga juga ditunjukkan dengan saling memberikan informasi terkait upaya penanganan bencana maupun adanya bantuan yang diberikan dari pihak otoritas kepada warga komunitas Kampung Lampion.

“Kalau kondisi warga itu, stabil ya. Cepet ya. Itu apa namanya informasi cepat dibagikan. Terus ya kondusif sih kalau disini. Iya itu aja.” (WI_RK_D1_Ais, Pos. 6).

Penyebaran informasi yang cepat dan merata hingga ke lapisan bawah yakni individu dalam komunitas menunjukkan adanya kerja sama yang baik antar warga di dalam komunitas Kampung Lampion. Warga tidak segan membagikan informasi yang diberikan oleh ketua RW yang dilanjutkan kepada para ketua RT setempat.

“Setiap kelompok-kelompok gitu ada grup gitu lo. Ada gini langsung grup satu langsung diberitahu nanti saya ke warga.” (IB_RK_D1_Ais, Pos. 25).

“Iya grup masing-masing nanti langsung disampaikan ke warga.” (IB_RK_D1_Ais, Pos. 27).

Jalinan interaksi yang baik antar

warga memiliki dampak pada meningkatnya kewaspadaan terhadap adanya pandemi yang sedang terjadi saat ini. Peran komunitas dari pemerintah maupun komunitas warga turut membantu adanya upaya peningkatan kemampuan dan kewaspadaan terjadinya bencana. Salah satu bentuk upaya yang dilakukan komunitas adalah dengan memberikan sosialisasi kepada warga Kampung Lampion. Sosialisasi yang diberikan berupa penyampaian materi terkait kewaspadaan dalam menghadapi bencana dan disebarluaskan via *online* atau *whatsapp* untuk menghindari kontak fisik secara langsung selama masa pandemi sedang berlangsung.

“kalo sosialisasi kadang-kadang ee apa namanya dari langsung dari ee RW ya, dari ee dari WA itu. Misalnya harus gini gini gini takutnya nanti kalo terjadi bencana seperti apa. Nah kalo di Kampung Lampion ini mungkin kalo sosialisasinya ya kita hanya mengingatkan aja. Mengingatkan bagaimana sih agar kita terhindar dari bencana seperti itu. Yang sosialisasinya ya dari pak RW.”

(IRT_RK_D1_Ais, Pos. 53-54).

Kerja sama yang baik antar warga juga diperlukan dalam membangun komunitas tangguh dalam menghadapi pandemi. Selain itu, diperlukan juga adanya kesadaran individu akan pentingnya mitigasi dalam menghadapi bencana.

Kategori modal psikologis, ditunjukkan dengan informan

mengungkapkan bahwa apabila terjadi bencana di kemudian hari, warga telah siap dengan berbekal ilmu dan informasi yang didapatkan selama sosialisasi atau penyuluhan berlangsung.

“Mitigasi itu persiapan sebelum ada bencana. Kalau kita bicara covid seperti kita pakai masker, misal kalau kita bicara gempa dan lain sebagainya kita tau bagaimana caranya melindungi diri.” (WI_RK_D1_Ais, Pos. 56).

“Iya, itu memang. Persiapkan masker juga. Apa yang perintahkan pemerintah ya itu harus kita taati.” (SU_RK_D1_Ais, Pos. 31).

Berdasarkan pernyataan diatas menunjukkan bahwa warga telah memahami pentingnya menerapkan protokol kesehatan untuk kebaikan bersama didalam komunitas. Kesiapan komunitas dalam menghadapi pandemi sangat bergantung pada kemampuan sosial dan psikologis warganya. Warga harus siap dan mampu dalam menghadapi bencana atau pandemi yang terjadi.

Berdasarkan pada pernyataan informan diketahui bahwa warga telah melakukan kerja sama dengan warga lain di Kampung Lampion serta memahami upaya mitigasi berupa pemberian sosialisasi dan pemahaman terkait kebencanaan.

Pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki komunitas dapat membantu dalam meminimalisir adanya kerugian materi maupun jiwa dan juga meningkatkan

kewaspadaan warga jika terjadi bencana serupa dikemudian hari.

Warga telah memiliki pemahaman dan pengetahuan terkait pra-bencana yang dapat meminimalisir adanya korban jiwa maupun kerugian material. Bagaimana warga menghadapi bencana yang terjadi dan tindakan yang harus dilakukan. Hal tersebut terbentuk dari adanya pemberitahuan informasi yang diberikan oleh ketua RW setempat.

“Kita tau tapi pas kalo dalam kondisi bencana pasti lah mbak kita panik gitu lo. Tau nya tau tapi dalam kondisi panik gitu lo jadinya nggak bisa menerapkan apa yang kita pelajari.” (IB_RK_D1_Ais, Pos. 21-22).

“Tapi kan sewaktu waktu kita harus waspada gitu harus bisa. Tapi ya alhamdulillah ee kalo pak RW itu biasanya itu di WA bilang langsung diberitahu mana yang coba hati-hati gitu.” (IRT_RK_D1_Ais, Pos. 32-33).

Dengan adanya pemahaman terkait kebencanaan mampu meningkatkan kewaspadaan individu atau warga dalam komunitas. Warga Kampung Lampion sadar akan adanya bencana yang dapat terjadi secara tiba-tiba, maka dari itu warga mempelajari beberapa upaya mitigasi yakni kesadaran dalam menggunakan masker di saat pandemi serta tindakan evakuasi saat bencana lain datang dikemudian hari. Hal tersebut membantu dalam membentuk ketahanan komunitas yakni komunitas Kampung Lampion dalam menghadapi pandemi.

DISKUSI

SIMPULAN

Fokus utama penelitian yakni modal sosial dan modal psikologis yang merupakan bagian dari resiliensi komunitas dalam menghadapi suatu bencana atau pandemi.

Hasil penelitian kategori modal sosial menunjukkan bahwa individu pada komunitas cenderung untuk melakukan kerja sama dalam menghadapi kesulitan di masa pandemi. Warga Kampung Lampion saling menyebarkan informasi yang didapatkan dari pemerintah secara langsung maupun media sosial kepada warga lainnya. Tingginya empati yang terbangun antar warga menjadi bentuk pemahaman sosial warga akan pentingnya upaya pemulihan kehidupan bermasyarakat.

Pada hasil penelitian kategori modal psikologis, menunjukkan bahwa pemahaman dan kemampuan individu pada komunitas sangat baik. Individu telah melakukan upaya upaya untuk mengatasi krisis yang terjadi di tengah situasi yang tidak pasti. Kemampuan

dalam beradaptasi dan pulih secara fisik, psikis dan ekonomi telah dilakukan oleh warga pada komunitas Kampung Lampion. Pemahaman terkait pra-bencana hingga kemampuan beradaptasi membantu warga dalam mempersiapkan diri saat menghadapi pandemi. Ketahanan komunitas akan terbentuk seiring dengan meningkatnya pengetahuan warga akan kebencanaan.

Modal sosial dan modal psikologis merupakan bagian dari kemampuan warga dalam menghadapi pandemi yang sedang terjadi. Bencana non-alam yang sedang melanda saat ini memaksa warga untuk bersiap diri dalam upaya bertahan hidup. Warga sebagai bagian dari komunitas diharapkan mampu beradaptasi dengan keadaan yang semakin sulit. Pandemi menimbulkan banyak dampak negatif tapi juga membentuk kemampuan warga dan komunitas mengenai kebencanaan.

Berdasarkan definisi dan hasil analisa data informan di lapangan diketahui bahwa warga telah memiliki kemampuan dan pemahaman terkait upaya-upaya yang harus dilakukan ditengah pandemi yang sedang terjadi. Kemampuan dan pemahaman tersebut terbentuk dari pengalaman sehari-hari, dukungan dari komunitas serta campur tangan dari pemerintah melalui pemberian penyuluhan atau sosialisasi. Sosialisasi yang dilakukan banyak membantu warga terkait upaya mitigasi dan evakuasi sehingga sangat membantu dalam meningkatkan kapasitas sosial dan psikologis dalam komunitas.

Merujuk pada aspek yang dikemukakan oleh Mayunga (2009), pada modal sosial warga menunjukkan adanya kerja sama dalam menghadapi bencana atau pandemi yang sedang terjadi saat ini. Warga saling tolong menolong dan membantu satu sama lain jika terjadi kesulitan. Individu cenderung saling berinteraksi untuk menyebarkan informasi

mengenai kewaspadaan dalam menghadapi pandemi. Individu dalam komunitas saling bekerja sama untuk membantu dalam hal dukungan emosional maupun materi. Komunitas juga melalui ketua RW memberikan fasilitas kepada pihak otoritas atau pemerintah dalam penegakan kesadaran dan meningkatkan pemahaman warga mengenai dampak pandemi melalui sosialisasi yang dilaksanakan oleh para petinggi tingkat RW dan kader RT dan kemudian disebarluaskan melalui media online kepada warga Kampung Lampion.

Perasaan kebersamaan dalam menghadapi pandemi, memunculkan rasa empati dalam komunitas. Berdasarkan penelitian Handayani (2018) mengungkapkan bahwa hubungan dalam kelompok atau komunitas dapat mewujudkan perasaan simpati, berkewajiban dan rasa percaya satu sama lain. Hal tersebut sejalan dengan penuturan informan dalam komunitas Kampung Lampion yang dimanifestasikan melalui saling mengingatkan dalam mematuhi protokol kesehatan yang telah ditetapkan oleh pemerintah sebagai bentuk kewajiban dalam kehidupan sosial dalam komunitas.

Sumber daya yang melimpah menjadi salah satu keuntungan Kampung Lampion. Sumber daya mencakup alam, fisik, informasi, manusia, sosial hingga finansial. Terdapat struktur, peran hingga tanggung jawab dari lapisan atas masyarakat hingga ke masing masing individu sebagai bagian dari komunitas.

Pemerintah dan ketua dari komunitas Kampung Lampion mampu mengalokasikan dan menggunakan sumber daya secara efektif dalam bentuk memberikan bantuan tunai maupun non-tunai. Adanya layanan yang tepat membantu warga dalam berbagai sektor yang terkena dampak dari pandemi COVID-19.

Nilai-nilai kehidupan bersama yang dijunjung mengantarkan warga untuk saling membentuk koneksi dan kepedulian bersama. Individu dalam komunitas memberikan dukungan berupa nasihat-nasihat hingga bantuan fisik. Nasihat yang diberikan berupa larangan merusak sumber daya alam hingga pelaksanaan protokol kesehatan. Prioritas warga untuk saling melindungi dan menjaga satu sama lain tanpa melihat latar belakang mereka. Komunitas juga berkoordinasi dengan pihak otoritas sebagai sistem pendukung dan ekuitas.

Meminimalisir terjadinya krisis di tengah pandemi COVID 19 menjadi fokus utama komunitas saat ini, banyak upaya telah dilakukan oleh individu, komunitas hingga pemerintah secara bersama-sama untuk menyelesaikan permasalahan. Berdasarkan pada kemampuan dan pengetahuan dalam menghadapi bencana atau pandemi menunjukkan bahwa komunitas Kampung Lampion telah mampu memenuhi kapasitas sosial dalam menghadapi pandemi. Kerjasama yang baik antara ketiga elemen mampu membuat kesinambungan yang membantu warga keluar dari krisis yang terjadi.

Pada aspek modal psikologis terletak pada pengetahuan dan pemahaman komunitas dalam menghadapi bencana atau pandemi untuk mengurangi kerugian materi maupun jiwa. Pada awal terjadi pandemi, warga mengalami kesulitan dan kepanikan sehingga terjadi kelumpuhan ekonomi. Tetapi seiring berjalannya waktu warga mampu beradaptasi dengan kondisi saat ini dan memilih bangkit untuk berbenah menghadapi pandemi. Ketahanan komunitas menjadi salah kunci utama dalam terpenuhinya modal psikologis dalam komunitas. Bantuan yang diberikan akan sangat membantu terjadi pemulihan pasca bencana.

Tahap pemulihan pada individu dan komunitas dibentuk melalui hubungan dekat antara sosiologi, psikologi, ekonomi dan ilmu lain yang berkesinambungan (Pramono, 2016). Sumber daya yang terdapat dalam modal sosial memiliki dampak yang lebih rendah dari bencana yang terjadi tetapi hal tersebut dapat dipulihkan dengan kemampuan masyarakat atau komunitas dalam beradaptasi terhadap perubahan (Fang dkk, 2020).

Kemampuan komunitas untuk mengidentifikasi setiap masalah yang terjadi pada individu maupun lingkungan sekitar bertumpu pada pengalaman kolektif tiap individu. Keberhasilan dan kegagalan menjadi indikator individu maupun komunitas untuk memetakan kinerja mereka dan melakukan analisis krisis. Sejalan dengan aspek psikologis

pada komunitas harus melakukan pemberahan agar dapat melakukan transformasi di masa depan.

Pengalaman yang terbentuk secara mendadak sejak awal masa pandemi membuat warga semakin siap akan kemungkinan di masa depan. Komunitas telah memiliki pengalaman serta belajar untuk mempersiapkan diri baik secara ekonomi maupun fisik. Pimpinan masyarakat telah membuat kebijakan terkait protokol kesehatan yang harus diikuti oleh seluruh lapisan masyarakat. Individu harus mampu mengikuti segala peraturan agar terciptanya tindakan kolektif yang mampu memberikan kekuatan dan mekanisme kuat untuk bertahan di tengah pandemi COVID 19.

Meningkatnya pemahaman masyarakat dan anggotanya merupakan implementasi dari peningkatan kapasitas sosial dan psikologis pada komunitas. Maka dari itu dibutuhkan kerja sama yang baik antar seluruh elemen dalam komunitas untuk meningkatkan kapasitas sosial dan psikologis komunitas Kampung Lampion.

DAFTAR PUSTAKA

- Fang S.E., Prayag G., Ozanne L.K., Vries H.D. (2020). *Psychological capital, coping mechanisms and organizational resilience: Insights from the 2016 Kaikoura earthquake, New Zealand. Tourism Management Perspectives 34*, 1-13.
- Feofilovs, M., & Romagnoli, F. (2017). *Measuring community disaster resilience*

- in the Latvian context: An apply case using a composite indicator approach.* International Scientific Conference "Environmental and Climate Technologies". 113, pp. 43-50. Riga: Energy Procedia.
- Klein, R., Nicholls, R., & Thomalla, F. (2003). *Resilience to natural hazards: How useful is this concept?* Global Environmental Change Part B: Environmental Hazards, 5(1-2), 35-45.
- Kuijer, R. G., Marshall, E. M., & Bishop, A. N. (2014). *Prospective predictors of short-term adjustment after the Canterbury earthquakes: Personality and depression.*
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). *Positive psychological capital: Beyond human and social capital.* Business Horizons 47(1), 45–50.
- Manyena, S. (2006). *The concept of resilience revisited.* Disaster, 30(4), 434-450.
- Mayunga, J. S. (2009). *Measuring the measure: a multi-dimensional scale model to measure community disaster resilience in the u.s. gulf coast region* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.core.ac.uk>
- Norris, F., Stevens, S., Pfefferbaum, B., Wyche, K., & Pfefferbaum, R. (2008). *Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness.* American Journal of Community Psychology, 41(1-2), 127-150.
- Portes, A. (1998). Social capital: Its origins and applications in modern sociology. *Annual Review of Sociology* 24, 1–24.
- Sunarno, Sulistyowati E. (2021). Resiliensi komunitas di tengah pandemi Covid-19. *MEDIAPSI*, 7(1), 37-52.
- The National Academies. (2012). *Disaster Resilience a National Imperative.* Washington DC: The National Academy Press.
- World Health Organization. (2020). Apa yang dimaksud dengan pandemi? Retrieved from https://covid19.go.id/tanya_jawab?search=Apakah%20yang%20dimaksud%20dengan%20pandemi
- Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P.

Persepsi Mahasiswa terhadap Vaksin Covid-19

(College Students' Perceptions of Covid-19 Vaccine)

**INDRA YOHANES KILING¹, ELENITA KRISTALIA SEDA², TESALONIKA
BANI³, TESA LOLIA MITA⁴, MELVIN TAKOY⁵, FITRI AYUNINGSI HAGI
WILA⁶**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email: ¹elenitaseda@gmail.com

Abstrak. Kasus penyebaran COVID-19 yang semakin meningkat mengharuskan pemerintah untuk melakukan berbagai upaya preventif. Salah satu upaya penanganan virus yang dikenal efektif yaitu dengan vaksin. Pengadaan dan pendistribusian vaksin ini mengundang berbagai respon dan opini masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pro dan kontra penerimaan vaksin COVID-19 dari sudut pandang mahasiswa sebagai masyarakat yang paham dengan informasi yang beredar. Penelitian ini juga berfokus pada daerah yang memiliki tingkat penerimaan vaksin yang tinggi yaitu Nusa Tenggara Timur. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif, Data dikumpulkan dari 15 mahasiswa di Kota Kupang, NTT melalui sesi wawancara yang dilakukan secara online karena kondisi pandemi saat ini. Melalui analisis Tematik, diperoleh tiga tema utama yaitu, sikap pemikiran kritis mahasiswa dalam mengelola informasi mengenai vaksin yang beredar di media massa, faktor penolakan dan penerimaan vaksin serta peran lingkungan sosial dalam pembentukan persepsi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan edukasi dan penyediaan informasi mengenai vaksin bagi masyarakat sangat diperlukan untuk mendukung kelancaran upaya preventif dari pemerintah terkait penyebaran Virus COVID-19.

Kata Kunci : Vaksin, COVID-19, Mahasiswa, Masyarakat.

Abstract. The increasing cases of the spread of COVID-19 require the government to take various preventive efforts. One of the efforts to treat viruses that are known to be effective is through vaccines. The distribution of this vaccine invites various responses and public opinion. This study aims to see the pros and cons of receiving the COVID-19 vaccine from the point of view of college students as people who understand the information circulating. This study also focuses on areas that have high vaccine acceptance rates, namely East Nusa Tenggara. This study was conducted with a qualitative approach. Data were collected from 15 college students in Kupang City, NTT through online interview sessions due to the current pandemic situation. Through thematic analysis, three main themes were obtained, namely, students' critical thinking in managing information about vaccines circulating in the mass media, factors that cause vaccine rejection and acceptance, and the role of the social environment in shaping perceptions. The result of this study indicate that increasing education and providing information about vaccines for the community are needed to support the running of the government's preventive efforts regarding the spread of the COVID-19 Virus.

Key words : Vaccine, COVID-19, College Student, Community.

PENDAHULUAN

Pada awal Desember 2019, berkembang sebuah virus Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2) atau yang familiar dikenal dengan sebutan COVID-19. WHO secara resmi menetapkan wabah virus COVID-19 menjadi pandemi global pada 11 Maret 2020 dikarenakan cepatnya laju penyebaran virus COVID-19 di seluruh dunia. Berdasarkan data WHO pada 10 Februari 2021, total kasus positif di dunia yang terkonfirmasi adalah 106 juta jiwa dan kasus kematian mencapai 2 juta jiwa. Di Indonesia, kasus positif pertama diidentifikasi pada 2 Maret 2020. Berdasarkan pengecekan data terakhir pada 10 Februari 2021, jumlah kasus positif di Indonesia sebesar 1 juta jiwa dan tercatat sebagai Negara dengan kasus positif COVID-19 tertinggi di Asia Tenggara, No. 4 di Asia dan no. 19 di dunia (KPC PEN,2021).

Kasus penyebaran COVID-19 yang semakin meningkat tentu memberikan dampak pada berbagai aspek kehidupan dan meresahkan masyarakat sehingga pemerintah terus berusaha melakukan berbagai upaya preventif. Di Indonesia sempat diberlakukan PSBB sejak 17 April 2020 (PP no. 21 Tahun 2020) dan pemerintah juga memberikan himbauan dan informasi protokol kesehatan yang dapat diterapkan masyarakat berupa gerakan 3M (menjaga jarak, mencuci tangan dan memakai masker) (Kemenkes RI,2020). Meskipun beberapa upaya ini telah diberlakukan

namun penyebaran COVID-19 masih tetap meningkat. Ini menunjukkan bahwa dibutuhkan upaya yang lebih efektif. Salah satu upaya penanganan virus yang dikenal efektif yaitu dengan vaksin. Vaksin bekerja dengan melatih dan menyiapkan pertahanan alamiah tubuh, melalui pemberian vaksin sistem imun akan mengenal dan mampu melawan virus dan jika terinfeksi maka tidak menimbulkan gejala berat (WHO,2020).

Menurut Komite Penasihat Ahli Imunisasi Nasional, pengendalian pandemic COVID-19 secara cepat yaitu melalui peningkatan kekebalan tubuh melalui vaksin sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian. Dalam rangka penanggulangan pandemi COVID-19 di Indonesia pemerintah mengeluarkan SK Dirjen NOMOR HK.02.02/4/ 1 /2021 yang memuat pelaksanaan protokol kesehatan dan juga intervensi vaksinasi sebagai bagian dari upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19. Vaksinasi tahap pertama ditargetkan kepada 1,3 juta tenaga kesehatan dan total keseluruhan yang ditargetkan yaitu pemberian vaksin pada 181,5 juta masyarakat dalam kurun waktu 15 bulan (CNN,2021). Pengadaan dan pendistribusian vaksin ini mengundang berbagai respon dan opini dari masyarakat. Pada saat pengadaan vaksin pertama di Rusia banyak masyarakat yang skeptis dan tidak percaya terhadap vaksin. Pendaftaran vaksin dilakukan secara online namun banyak masyarakat yang tidak mendaftar. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh CNN pada seorang penerima vaksin di Rusia mendapatkan

pernyataan bahwa dari 5 pendaftar untuk menerima vaksin, hanya 2 orang yang datang untuk menerima suntikan vaksin (CNN,2020). Sedangkan di Indonesia, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rachman dan Pramana (2020) mengenai sentimen pro dan kontra masyarakat Indonesia tentang vaksin COVID-19 pada media sosial twitter, diperoleh persentase respon positif sebesar 29,6% dan respon negatif 23,6% dan berdasarkan survey bersama yang dilakukan Universitas Indonesia, Forum Perguruan Tinggi, Lapor Covid-19 dan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran”, menyatakan bahwa mayoritas masyarakat masih ragu-ragu untuk menerima 3 jenis vaksin yang ada di Indonesia. Sedangkan survey Kementerian Kesehatan (Kemenkes) dan Indonesian Technical Advisory Group on Immunization (ITAGI) menyebutkan bahwa terdapat banyak masyarakat yang bersedia untuk menerima vaksin COVID-19.

Nusa Tenggara Timur menjadi provinsi yang memiliki tingkat penerimaan vaksin terbanyak yaitu sebesar 60% responden bersedia untuk menerima vaksin (mediakupang, 2021). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Kupang, NTT tercatat tanggal 18 Januari 2021 sudah ada sebanyak 1.114 tenaga kesehatan di Kota Kupang yang menerima vaksin COVID-19 tahap pertama. Dalam situs resmi Covid-19 juga menyatakan bahwa terdapat 64% responden bersedia untuk menerima vaksin namun juga terdapat sebanyak 27,8% responden yang masih ragu menerima

vaksin dan 7,6% responden menolak pemberian vaksin.

Sejauh ini, semua penelitian sebelumnya lebih berfokus pada manfaat vaksin, teknologi untuk mengembangkan produksi vaksin, dan pro-kontra penerimaan vaksin. Penelitian yang mengambil sampel pada populasi khusus seperti mahasiswa masih sangat minim. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pro-kontra penerimaan vaksin COVID-19 dari sudut pandang mahasiswa sebagai masyarakat yang paham dengan informasi yang beredar. Penelitian ini juga berfokus pada daerah yang memiliki tingkat penerimaan vaksin yang tinggi yaitu Nusa Tenggara Timur. Pertanyaan penelitian ini adalah: *Bagaimana pandangan mahasiswa terkait penerimaan dan penolakan vaksin COVID-19?*.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendorong pemerintah setempat untuk memberikan pemahaman lebih dan juga informasi yang jelas kepada masyarakat terkait Vaksin COVID-19.

METODE

Responden Penelitian. Penelitian ini dilakukan di Provinsi Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Nusa Tenggara Timur mengalami peningkatan pasien positif Covid-19 yang sangat besar. Tercatat bulan Februari 2021 terdapat 6.569 kasus positif yang terkonfirmasi (Covid-19-NTT, 2021). Pada tanggal 5 Januari 2021, sebanyak 13.200 dosis vaksin COVID-19 tiba di Kupang, NTT. Beberapa orang dari kalangan pejabat, pemuka agama, dan tenaga medis sudah menerima vaksin

COVID-19, namun masih ada beberapa pihak yang menolak vaksin ini. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 15 orang yang merupakan mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun. Jumlah partisipan laki-laki sebanyak 5 orang dan 11 orang partisipan perempuan. Partisipan dipilih melalui pengambilan sampel secara sengaja (Purposive Sampling), dengan menggunakan dua kriteria utama, yaitu: (1) Harus berdomisili di Nusa Tenggara Timur, (2) Seorang mahasiswa aktif. Data demografi partisipan dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini:

Tabel 1

Tabel demografi partisipan

	Samaran	Usia	P/L	Program Studi	PT						
Vary		18	P	Psikologi	Univ.	Naura	19	P	Farmasi	Poltekkes	a
Lia		21	P	Psikologi	Univ.	Amar	18	L	Biologi	Univ. Nusa Cendana	a
Dita		19	P	Budidaya perairan	Univ. Nusa Cendana	Mei	18	P	Ilmu Komunikasi	Univ. Nusa Cendana	a
Mira		19	L	Psikologi	Univ. Nusa Cendana	Marko	19	L	IKM	Univ. Nusa Cendana	a
Ryan		18	L	Teknik sipil	Univ. Nusa Cendana	Dina	19	P	Psikologi	Univ. Nusa Cendana	a
						Arin	18	P	Psikologi	Univ. Nusa Cendana	a
						Anggun	19	P	Psikologi	Univ. Nusa Cendana	a
						Anya	18	P	Teknik Informatika	Stikom Uyelin	a
						Kirana	18	P	Administrasi	Univ. Trasiria Negara	a
						Igor	21	L	Matematika	Univ. Nusa Cendana	a

Desain Penelitian. Penelitian ini merupakan

penelitian kualitatif. Pendekatan kualitatif digunakan karena efektif untuk memperoleh informasi spesifik tentang nilai, pendapat, perilaku dan konteks sosial dari populasi tertentu.

Instrumen penelitian. Data dikumpulkan dengan metode wawancara. Teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur dengan pertanyaan penelitian yang diajukan meliputi: “Apa yang anda ketahui tentang vaksin?” dan “Apa pendapat anda tentang orang yang menerima dan menolak vaksin?”. Pertanyaan-pertanyaan yang diberikan, diarahkan kepada pengalaman, perasaan, keyakinan dan pendapat partisipan terkait tema penelitian (Welman & Kruger, 1999). Peneliti meminta partisipan untuk memberikan tanggapan dalam bahasa sebebas mungkin agar partisipan lebih mudah mengekspresikan tanggapan dan pengalaman mereka.

Prosedur Penelitian. Wawancara terhadap narasumber dilakukan pada tanggal 8 Februari 2021. Pandemi COVID-19 yang masih berlangsung membuat wawancara dilakukan via telepon, chat whatsapp, dan zoom. Di awal penelitian, peneliti menghubungi calon narasumber untuk menjadwalkan sesi wawancara, dengan lima peneliti bertanggung jawab menjadi pewawancara. Wawancara dilakukan dalam bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang. Jaminan kepercayaan terhadap penelitian ini, dilakukan peneliti dengan menyimpan jejak audit dalam bentuk file rekaman telepon dan zoom yang direkam oleh pewawancara serta bukti via chat whatsapp. Semua peneliti dapat berbicara dan

memahami Bahasa Indonesia dan Bahasa Melayu Kupang.

Analisis Data. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan tematik Braun dan Clarke (2006). Analisis data dimulai dengan membaca transkrip wawancara. Berikutnya, peneliti memberi kode pada 15 transkrip. Semua peneliti kemudian berdiskusi untuk mengembangkan tema-tema dari kode tersebut. Tema kemudian ditinjau kembali dengan melihat relevansi dengan data. Proses terakhir adalah memilih kutipan-kutipan yang tepat untuk merepresentasikan tema-tema.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara terhadap partisipan, maka diperoleh beberapa tema sebagai berikut:

- Sikap Pemikiran Kritis Mahasiswa dalam Mengelola Informasi Mengenai Vaksin yang Beredar di Media Massa. Pemikir yang kritis tidak akan menerima informasi tanpa memastikan kebenaran informasi tersebut dan mengolah informasi tersebut dengan mempertimbangkan berbagai aspek. Mahasiswa sebagai pemikir kritis harus mampu mengelola informasi yang beredar di media massa. Beberapa cara yang dapat dilakukan adalah menerima dan mengelola informasi vaksin dan mencari tahu kebenaran informasi.
- **Menerima dan Mengelola Informasi Vaksin.** Partisipan

adalah mahasiswa sehingga dipandang sebagai individu-individu yang mampu untuk menerima dan mengelola informasi dengan baik. P4 menyunggung:

“Jangan terlalu percaya dengan berita-berita yang tersebar tentang vaksin ini, kalau beta (saya) biasa kalau ada berita-berita begitu pasti keluarga di rumah kan baomong (berbincang) terus saling bertukar pendapat dan dari situ beta bisa tahu kalau ini berita ternyata hoax”

Dalam berpikir kritis mahasiswa harus skeptis dalam menerima informasi baru, serta mempertanyakan kebenaran suatu berita sebelum mengambil tindakan untuk menyebarluaskan suatu berita agar tidak merugikan masyarakat luas. Sikap lain yang terlihat dari partisipan dalam mengelola dan menerima informasi adalah apatis, sebagaimana disampaikan P5:

“Beta (saya) kalau ada yang sebar-sebar berita di grup Whats Up biasa beta (saya) baca abis itu pikir-pikir terus sonde (tidak) terlalu peduli”

Sikap apatis terhadap penyebaran berita di media sosial dapat memutus rantai penyebaran berita palsu namun bersikap apatis menunjukkan ketidakpedulian terhadap informasi baru dan kelalaian dalam mengolah informasi. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat dilihat bahwa sebagian mahasiswa belum mampu untuk berpikir kritis dalam mengelola informasi.

- **Mencari Tahu Kebenaran Informasi.** Hal ini penting untuk dilakukan karena akan dapat menghilangkan keragu-raguan serta memastikan suatu informasi sebelum mempercayai informasi tersebut. Dalam halnya dengan informasi mengenai vaksin yang beredar di media massa seperti konspirasi mengenai vaksin, vaksin yang mengandung bakteri, vaksin dengan rentang harga, efek samping dari vaksin, dsb. Seperti yang dikatakan oleh P15 :

“Menurut saya vaksinasi belum menjadi solusi terbaik mengingat belum terbukti secara baik”.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa memang semua sisi positif dari vaksin COVID-19 sudah kita tahu dan sudah dijelaskan dengan benar, namun belum ada pembuktian yang cukup bahwa

vaksin COVID-19 tersebut berfungsi dengan baik. Serta ada juga pandangan dari P1, P2, P6, dan P8 yang memastikan kebenaran dari syarat pemberian vaksin.

- **Faktor Penolakan dan Penerimaan Vaksin.** Indonesia merupakan Negara dengan kasus positif COVID-19 tertinggi di ASEAN, pemerintah Indonesia telah melakukan beberapa upaya preventif penyebaran virus COVID-19, salah satunya yang sedang direalisasikan adalah pengadaan vaksin COVID-19. Pengadaan vaksin ini memunculkan berbagai tanggapan dari seluruh masyarakat, ada yang antusias menerima kehadiran vaksin namun ada juga sebagian masyarakat yang menolak vaksin. Tanggapan yang muncul dari masyarakat tentu dipengaruhi oleh berbagai faktor. Pendapat partisipan tentang penolakan dan penerimaan vaksin adalah kekurangan informasi dan pendidikan, berita hoax , kepedulian sosial, dan kepercayaan.
- **Kekurangan Informasi dan Pendidikan.** Ketika ditanya pendapat partisipan tentang orang yang menolak vaksin, P6 memberikan jawaban:

“kemungkinan besar karena ketakutan mereka, dong (mereka) takut kalau ternyata vaksin malah memperburuk keadaan mungkin juga karena ketidaktahuan tentang vaksin sendiri, tentang indikasi, efek samping, dan lain-lain mengenai informasi vaksin, jadi mereka memberikan komentar

sesuai pemikiran sendiri padahal belum tentu sesuai fakta”

P9, P10 dan P13 juga memberikan pendapat yang sama bahwa mereka (orang-orang yang menolak vaksin) hanya membutuhkan edukasi. Dari tanggapan ini dapat terlihat bahwa kekurangan informasi dan pendidikan menjadi salah satu faktor penyebab masyarakat menolak kehadiran vaksin serta memilih untuk berpegang kepada kepercayaan mereka tanpa berusaha untuk mencari informasi yang valid terlebih dahulu. Hal ini juga menyebabkan individu terjebak pada pemikiran-pemikiran kuno dan kepercayaannya sehingga menolak sesuatu yang dianggap baru.

- **Berita Hoax.** Era digital yang memungkinkan pertukaran dan penyebaran informasi dapat dilakukan dalam hitungan detik menjadi salah satu perhatian mahasiswa. Ketidakmampuan untuk berpikir kritis dan menyaring informasi di media massa menjadi penyebab masyarakat menolak untuk di vaksinasi. Dapat dilihat bahwa masyarakat yang mudah dipengaruhi berita hoax memiliki hubungan erat dengan kurangnya informasi yang benar dan pendidikan. P11 berpendapat bahwa penolakan masyarakat

diakibatkan oleh adanya penolakan dari salah satu pejabat negara sehingga ikut menggiring opini masyarakat. Sedangkan P2, P3, P6, P12, dan P14 memberikan pendapat yang sama bahwa masyarakat yang menolak vaksin dipengaruhi oleh berita-berita hoax seperti isu negatif vaksin yang mematikan dan memberikan virus baru dalam tubuh. P10 juga menyampaikan pendapatnya tentang penyebaran berita hoax:

“penulis berita menginginkan suatu artikel terbit tanpa diketahui asal usulnya dan akhirnya menyebabkan hoax. menurut saya penulis itu adalah orang yang keterlaluan ya maksudnya membodohi publik dengan berita tersebut merupakan suatu tindakan yang bodoh”

Penyebaran berita hoax seperti rantai yang tidak ada ujung dan terputus. Penyebaran berita hoax akan terus berlanjut, yang bermula dari sosial media hingga ke telinga semua orang. Berdasarkan tanggapan P10 menunjukan bahwa penyebar berita hoax adalah orang yang tidak bertanggung jawab dan tidak dapat memanfaatkan teknologi yang ada dengan baik. Penggunaan

media sosial secara bijak sangat diharapkan untuk memutuskan penyebaran hoax.

- **Kepedulian Sosial.** Kepedulian Sosial berkaitan dengan penerimaan vaksin sebagai bentuk kepedulian terhadap sesama seperti teman, keluarga, tetangga dan yang paling utama kepedulian terhadap tenaga medis serta mendukung program pemerintah sebagai upaya preventif terhadap COVID-19. 14 dari 15 partisipan memberikan tanggapan yang sama, merasa bahwa terlepas dari semua spekulasi negatif, masyarakat harus melihat sisi positif dari vaksin COVID-19 ini, sebagaimana disampaikan oleh P12:

“Karena saya pikir ini adalah upaya, terlepas dari berbagai spekulasi negatif mengenai kehadiran vaksin ini bukankah sebaiknya kita lihat sisi positifnya? Ini membantu kita melawan penyebaran covid-19 lho. Dan orang menerima adanya vaksin karena mereka mengerti bagaimana dokter, suster, orang-orang dari bidang kesehatan yang berjuang. Mereka juga pasti menerima karena

melihat vaksin dari sisi positif bukan negatifnya”

Melihat berbagai upaya yang telah dilakukan pemerintah dan perjuangan tenaga kesehatan selama hampir 1 tahun memberikan motivasi bagi partisipan untuk menerima vaksin COVID-19. Dari tanggapan partisipan dapat dilihat juga bahwa masyarakat memilih untuk menerima vaksin karena adanya kepedulian yang muncul karena rasa empati terhadap sesama.

- **Kepercayaan.** P2 dan P6 mengaku awalnya sempat takut dengan vaksin COVID-19 namun setelah P6 menyaksikan beberapa pejabat Negara seperti Presiden bersedia disuntik vaksin lebih awal dan juga P2 melihat Rektor Universitas Nusa Cendana divaksin. P1 dan P6 menjadi percaya dengan Vaksin COVID-19 di Indonesia. Peran aktif para petinggi Negara dan orang-orang terpandang dalam menyukseskan vaksin COVID-19 dapat membentuk kepercayaan masyarakat dan meyakinkan masyarakat untuk menerima vaksin.
- **Peran Lingkungan Sosial Terhadap Pembentukan Persepsi.** Kondisi pandemi yang semakin marak, mengharuskan kita untuk selalu berada dirumah, sehingga lingkungan sosial terdekat kita adalah keluarga dan

orang-orang di sekitar rumah kita. Bersamaan dengan hal ini, perbincangan mengenai vaksin COVID-19 pun tidak jarang dibahas dalam lingkungan sosial. Beberapa bentuk lingkungan sosial yang berperan dalam membentuk persepsi mengenai vaksin COVID-19 adalah keluarga dan orang-orang di sekitar rumah.

- **Keluarga.** Saat ditanya apakah bersedia untuk menerima vaksin, jawaban yang diberikan oleh P2 adalah:

“Kalo sa (saya) datang di Kupang ju sa (saya) punya bapak bilang kena vaksin atau kena suntik na jangan, tolak, tidak boleh itu tidak baik, itu bukan obatnya”.

Peran keluarga yang memberikan mandat juga dapat mempengaruhi persepsi seseorang walaupun sebelumnya ada persepsi yang sudah terbentuk namun karena ketidakmampuan untuk menolak mandat tersebut membuat individu membentuk persepsi baru dan menjadi bimbing antara persepsi sebelumnya dan terpengaruh persepsi dari orang lain. Dorongan dari keluarga memberi pengaruh yang besar terhadap seorang individu, dalam kaitannya dengan penolakan dan penerimaan vaksin COVID-19, anggota keluarga yang

menolak vaksin secara tidak langsung akan mempengaruhi anggota keluarga lainnya untuk ikut menolak vaksin begitupun sebaliknya.

Kepercayaan antar anggota keluarga sangat diperlukan namun dalam keluarga perlu adanya pertukaran pendapat antar anggota keluarga dan saling mengedukasi dengan informasi yang benar dan akurat.

- **Orang di Sekitar.** Selain membangun komunikasi, dari orang-orang sekitar kita juga bisa mendapatkan informasi yang dapat berguna. Seperti halnya dalam informasi mengenai vaksin COVID-19, P1 mengatakan bahwa:

*“ada tetangga dan su
(sudah) dianggap
keluarga dekat yang
tenaga kesehatan saja
bilang kalau jangan
vaksin dulu tapi
bagaimanakah,
maksudnya kek (kayak)
mereka yang bertugas di
sana kan harus memberi
pemahaman lebih tapi
kalo mereka bilang
jangan vaksin dulu yang
buat kami jadi
meragukan untuk mau
vaksin”.*

P1 mengaku bahwa awalnya ia

juga sangat mendukung upaya pemerintah dalam memberikan vaksin. Karena menurutnya vaksin dapat mencegah, dan mencegah lebih baik daripada mengobati, namun karena orang disekitarnya (tetangga) memberikan pemahaman seperti itu dengan tidak memberikan alasan yang jelas maka bagaimanapun pasti akan sangat mempengaruhi persepsi baik P1 dan juga keluarganya.

Selain keluarga, lingkungan sosial juga memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap pembentukan persepsi seorang individu, sebagai makhluk sosial, kita pasti selalu bersosialisasi terutama dengan lingkungan terdekat, kemampuan untuk menyaring informasi yang didapatkan dari lingkungan sekitar sangat diperlukan sebelum memberikan spekulasi negatif terhadap suatu hal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa menunjukkan sikap kritis dalam menerima dan mengelola informasi dengan mencari kebenaran informasi yang beredar sebelum mempercayainya. Penelitian ini juga menemukan bahwa mahasiswa mempersepsikan masyarakat yang menolak vaksin sebagai masyarakat yang kurang menerima edukasi dan informasi mengenai vaksin serta masyarakat yang

terpengaruh oleh berita hoax, sementara masyarakat dan mahasiswa yang ikut menerima vaksin dikarenakan kepedulian sosial terhadap sesama terutama tenaga kesehatan serta karena adanya kepercayaan masyarakat terhadap vaksin. Selain itu, terdapat juga peran lingkungan sosial dimana peran keluarga dan orang sekitar sangat berpengaruh terhadap pembentukan persepsi seseorang mengenai vaksin COVID-19.

DISKUSI

Penelitian ini difokuskan untuk mengetahui tanggapan mahasiswa mengenai vaksin COVID-19 dan terkait isu penerimaan serta penolakan vaksin di Indonesia terkhususnya di daerah Nusa Tenggara Timur. Dari penelitian ini, didapatkan beberapa tema yang berhubungan dengan persepsi mahasiswa terhadap vaksin COVID-19. Pada era digital ini, informasi dapat diperoleh dan diakses dengan mudah, maka kebijakan dalam menggunakan sosial media sangat diperlukan. Berdasarkan hasil penelitian, sikap kritis mahasiswa dalam mengelola informasi mengenai vaksin yang beredar di masyarakat adalah mahasiswa menerima dan mengelola informasi dengan menunjukkan sikap skeptis seperti selalu mempertanyakan kebenaran suatu berita. Sikap lain yang juga ditunjukan oleh mahasiswa dalam menerima dan mengelola informasi adalah sikap apatis yaitu mengabaikan berita-berita yang tersebar dengan sumber yang tidak jelas. Dari sikap-sikap ini dapat terlihat bahwa

mahasiswa mampu untuk mengamati masalah-masalah dan memberikan persepsi yang memunculkan tanggapan-tanggapan berdasarkan pemahamannya dan menemukan solusi (Santi, Soendjanto, & Winarti, 2018). Seperti yang disampaikan oleh salah satu mahasiswa bahwa sebelum ikut menyebarkan berita- berita yang beredar, diperlukan diskusi dan pertukaran pendapat dengan orang-orang terdekat dan mencari kebenaran berita terlebih dahulu.

Selanjutnya, mencari kebenaran dari suatu informasi atau berita yang didapat juga penting sebelum mempercayainya. Berdasarkan Studi dari Juditha (2018) yang menyorot mengenai hoax yang beredar dari media sosial dan cara untuk mengatasinya, ia memaparkan bahwa penting untuk memastikan kebenaran dari suatu informasi yang kita dapat. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan, sikap beberapa mahasiswa yang dapat dikatakan menerima informasi tanpa mencari kebenaran dari informasi tersebut. Terlihat dalam pernyataan beberapa mahasiswa yang masih membutuhkan penjelasan lebih lanjut dan bukti yang kuat sebelum mempercayai informasi tersebut, namun ada juga mahasiswa yang setelah mendapatkan informasi langsung berpendapat dan menentang tanpa tahu kejelasan dari informasi tersebut. Dari sikap-sikap ini, dapat dilihat bahwa ada mahasiswa yang mampu untuk menyaring kembali informasi sebelum mempercayainya, namun ada juga mahasiswa yang menerima informasi tanpa meninjau kevalidan dan kebenaran berita

tersebut.

Kemampuan mahasiswa untuk berpikir kritis juga mempengaruhi cara mahasiswa memberikan pandangan pada fenomena penolakan dan penerimaan vaksin oleh masyarakat. Tanggapan yang diberikan mahasiswa terkait faktor penerimaan dan penolakan vaksin meliputi kurangnya informasi dan pendidikan, berita hoax, kepedulian sosial, dan kepercayaan. Beberapa mahasiswa mengatakan bahwa kurangnya informasi dan pendidikan menjadi faktor utama penolakan vaksin. Pendidikan adalah sarana untuk membangun martabat dan peradaban manusia sebagai bagian dari suatu kelompok (Widodo, 2015). Kurangnya pendidikan membuat masyarakat sulit untuk mengerti informasi-informasi baru dan keterbatasan sebagian masyarakat menyebabkan kesulitan untuk mengakses informasi. Isu kurangnya pendidikan bukan suatu masalah yang baru di Indonesia, permasalahan rendahnya layanan pendidikan di Indonesia telah dibahas dan diulas melalui beberapa penelitian seperti pemetaan yang dilakukan Kemendikbud terhadap 40.000 sekolah pada tahun 2014 menunjukan bahwa 75% layanan pendidikan di Indonesia tidak memenuhi standar minimal layanan pendidikan. Minimnya layanan pendidikan menyebabkan masyarakat sulit beradaptasi dan menerima informasi-informasi baru dan masyarakat hanya berpegang pada kepercayaan-kepercayaan mereka.

Minimnya pengetahuan juga memberikan dampak pada rendahnya literasi digital yang menyebabkan berita

hoax tentang vaksin tersebar luas. Semua mahasiswa memiliki pendapat yang sama bahwa masyarakat mudah terpengaruh oleh berita hoax tentang vaksin. Berita-berita hoax memuat unsur fitnah dan kebencian (Juditha,2018), yang menggiring opini publik yang salah terhadap vaksin dan menimbulkan perilaku penolakan karena ketakutan masyarakat. Beberapa mahasiswa juga mengakui bahwa pada awalnya mereka juga takut untuk menerima vaksin karena terpengaruh oleh lingkungan terutama keluarga yang termakan berita hoax. Rasa takut yang dialami masyarakat adalah mengkhawatirkan sesuatu yang buruk akan terjadi setelah menerima vaksin, dan menurut pendapat beberapa mahasiswa, hal yang paling umum dikhawatirkan masyarakat adalah efek samping setelah menerima vaksin. Kekhawatiran masyarakat ini juga ditambah dengan berita palsu yang diterima mengenai vaksin yang beredar, seperti yang dinyatakan oleh salah satu mahasiswa bahwa ia juga sempat menerima sebaran berita palsu vaksin yang berisi penolakan terhadap vaksin. Berdasarkan hasil penelitian ini, ditemukan bahwa mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat yang diharapkan mampu untuk memberikan informasi yang benar dan memberikan perubahan ke arah yang positif dalam masyarakat justru belum mampu untuk menerima dan menyaring informasi dengan baik yang menyebabkan beberapa mahasiswa masih mudah terpengaruh oleh berita hoax yang beredar.

Selain memberikan pendapat

mengenai penolakan vaksin, mahasiswa juga memberikan pendapat mereka terkait penerimaan vaksin. Empat belas (14) dari lima belas (15) mahasiswa partisipan menyatakan bahwa mereka menerima adanya vaksin. Berdasarkan tanggapan mahasiswa, penerimaan vaksin merupakan bentuk kepedulian sosial dan dukungan terhadap upaya pemerintah untuk mengatasi pandemi serta penerimaan juga muncul karena adanya kepercayaan. Seperti yang disampaikan beberapa mahasiswa bahwa melihat kerja keras tenaga medis untuk mengobati pasien Covid-19 mendorong mereka untuk ikut berpartisipasi dalam penerimaan vaksin sebagai bentuk kepedulian kepada tenaga medis.

Di saat pandemi seperti ini, tenaga medis diharuskan untuk selalu sigap selama 24 jam untuk melayani pasien-pasien COVID-19 dan sudah banyak tenaga kesehatan yang gugur saat berjuang merawat pasien. Indonesia juga memiliki jumlah tenaga medis yang kurang. Jumlah dokter di Indonesia hanya 0,4 per 1000 penduduk, jumlah perawat hanya 2,1%, dan jumlah rumah sakit yang tidak memadai (Pedoman standar perlindungan dokter, 2020), dan banyak tenaga kesehatan yang berfokus di kota-kota besar dan persebarannya tidak merata di seluruh Indonesia.

Di Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur, jumlah pasien yang menjalani perawatan COVID-19 melebihi kapasitas tempat tidur di rumah sakit rujukan COVID-19 (CNN, 2021). Dari sini dapat dilihat bahwa, mahasiswa melihat

permasalahan yang ada dan timbul rasa empati terhadap tenaga kesehatan yang telah berjuang untuk merawat pasien yang positif dan menormalkan kembali kehidupan masyarakat sehingga mahasiswa antusias untuk menerima vaksin.

Selain kepedulian sosial, kepercayaan masyarakat juga merupakan salah satu faktor yang melatarbelakangi penerimaan vaksin oleh masyarakat. Menurut beberapa mahasiswa, masyarakat mempercayai vaksin ini karena telah diuji klinis dan telah dilakukan sebanyak tiga kali. Berdasarkan data pada 15 Agustus 2020 terdapat 1452 relawan uji klinis fase ketiga CoronaVac yang merupakan tahap akhir dan uji klinis tersebut dikatakan berhasil dan tidak ada efek buruk yang ditimbulkan (Yuningsih,2020). Selain itu kepercayaan juga muncul karena pengaruh keterlibatan pejabat dan orang terpandang yang menerima vaksin. Presiden Jokowi sebagai penerima vaksin pertama pada 13 Januari 2021 dan disiarkan secara langsung pada beberapa stasiun televisi sehingga masyarakat dapat menyaksikannya. Pemberian vaksin pertama kepada Presiden Jokowi ini menimbulkan kepercayaan masyarakat yang awalnya takut untuk menerima vaksin menjadi lebih yakin. Beberapa mahasiswa menyampaikan bahwa mereka menjadi percaya untuk menerima vaksinasi setelah melihat Presiden Jokowi sudah terlebih dahulu menerima vaksin tersebut. Ditambah dengan beberapa pejabat di Nusa Tenggara Timur yang pada 14 Januari 2021 juga telah menerima vaksin membuat

penerimaan vaksin semakin meningkat (Gatra.com). Peran para pejabat dan petinggi-petinggi pemerintahan dalam keikutsertaan pelaksanaan vaksinasi sangat berpengaruh terhadap peningkatan kepercayaan masyarakat terhadap vaksin COVID-19.

Selanjutnya, lingkungan sosial pun ikut serta dalam membangun persepsi seseorang sehingga penting untuk memperhatikan lingkungan sosial. Dari penelitian ini, kami melihat bahwa peran keluarga dalam membentuk persepsi seseorang cukup besar, sebagaimana dalam Studi Bahril Hidayat (2006) yang membahas mengenai peran keluarga dalam pembentukan kematangan anak, dimana anak tidak hanya belajar mengenai aspek emosi, reproduksi, sosialisasi, dari dalam keluarga namun juga aspek intelegensi dalam membentuk persepsi juga didapatkan dalam keluarga. Seperti yang dikatakan oleh seorang mahasiswa dalam penelitian ini bahwa banyak pembicaraan terkait vaksin COVID-19 yang kemudian juga di bahas dalam keluarganya. Ada juga orang disekitar kita (tetangga) yang dapat berpengaruh dalam membangun persepsi. Berdasarkan survey bersama yang dilakukan oleh Universitas Indonesia, Forum Perguruan Tinggi, Lapor Covid-19 dan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran”, menyatakan bahwa Masyarakat awam lebih cenderung untuk mempercayai informasi mengenai vaksin melalui Dokter dan ahli-ahli di bidang kesehatan lainnya, maka peran tenaga kesehatan sangat besar dalam menukseskan program preventif penyebaran COVID-19 melalui vaksin.

Sedangkan berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dilihat bahwa orang-orang sekitar yang berperan sebagai tenaga kesehatan justru ikut serta dalam penyebaran berita negatif mengenai vaksin COVID-19 sehingga menimbulkan ketidakpercayaan masyarakat. Tenaga kesehatan dan ahli dibidang kesehatan harus memberikan pemahaman yang benar kepada masyarakat dan berusaha untuk mengedukasi masyarakat untuk melancarkan upaya preventif COVID-19 ini.

Penelitian ini menghasilkan sebuah informasi baru yang perlu untuk dilihat dan dipertimbangkan oleh pemerintah. Relevansi penelitian ini adalah pemerintah dapat meningkatkan upaya dalam memberikan informasi dan pemahaman yang jelas kepada seluruh masyarakat sehingga tidak lagi terjadi kesalahan dalam memahami dan mengelola informasi yang kemudian program pemerintah terkait vaksin COVID-19 ini mendapat penerimaan dari masyarakat yang lebih banyak lagi.

Keterbatasan dalam penelitian ini terkait dengan jumlah partisipan. Dalam penelitian ini berfokus pada mahasiswa yang berdomisili di NTT dan terkhusus di daerah Kota Kupang sehingga penelitian ini hanya berfokus pada satu daerah saja. Kesulitan dalam menjangkau mahasiswa lain di luar Kota Kupang membuat penelitian ini menjadi sempit jangkauannya. Terdapat banyak perguruan tinggi di luar Kota Kupang namun ketidakmampuan dalam menjangkau dan meminta kesediaan untuk menjadi partisipan serta memberikan pendapat

mengingat adanya pandemi seperti ini. Adanya partisipan dari luar Kota Kupang seperti kabupaten Sumba Timur, Sikka, Ngada, dan Alor yang memiliki jumlah pasien dengan hasil Swab positif COVID-19 tertinggi (Covid19.com) dapat memberikan informasi mengenai keadaan di wilayahnya terkait pemberian vaksin COVID-19.

Saran yang diberikan dari penelitian ini adalah pemerintah setempat perlu untuk mengoptimalkan pemberian informasi kepada masyarakat hingga ke tempat-tempat terpencil. Hal ini dapat dilakukan dengan memaksimalkan tugas puskesmas di setiap daerah untuk memberikan informasi kepada setiap masyarakat, dan memberikan pemahaman terkait manfaat dari vaksin COVID-19 ini melalui sosialisasi, baik berupa informasi keliling menggunakan pengeras suara atau dengan pemberitahuan kepada setiap pengunjung puskesmas mengenai bahaya virus COVID-19, 3M (mencuci tangan, menggunakan masker, dan menjaga jarak), perlunya vaksin, dan manfaat dari vaksin COVID-19 tersebut. Dengan kerja pemerintah setempat yang dimaksimalkan dalam hal memberikan informasi yang benar dan jelas, dapat mengubah pemahaman masyarakat yang salah terhadap vaksin COVID-19 dan melancarkan program preventif penyebaran COVID-19 melalui vaksin.

DAFTAR PUSTAKA

- Braun, V. Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology. Qualitative research in psychology Journal* 3(2), 77-101.
- Juditha, C. (2018). *Interaksi komunikasi hoax di media sosial serta antisipasinya. Jurnal Pekomnas* 3(1), 31-44.
- Rachman, F. F. & Setia Pramana. (2020). *Analisis sentimen pro dan kontra masyarakat Indonesia tentang vaksin Covid-19 pada media sosial Twitter. Indonesian of Health Information Management Journal* 8(2), 100-109.
- Santi, Nauzulia. Soendjoto, Mochamad Arief. Winarti, Atiek. (2018). *Kemampuan Berpikir Kritis Mahasiswa Pendidikan Biologi Melalui Penyelesaian Masalah Lingkungan. Bioedukasi : Jurnal Pendidikan Biologi* 3(1), 35-39.
- Widodo, Heri. (2015). *Potret Pendidikan Indonesia dan Kesiapannya dalam Masyarakat Ekonomi Asia (MEA). Jurnal Kependidikan dan Kemasyarakatan* 13(2), 293-307.
- Yuningsih, Rahmi. (2020). *Uji Klinik Coronavac dan Rencana Vaksinasi Covid-19 Massal*

- di Indonesia. Bidang Kesejahteraan Sosial Info Singkat 12(16), 13- 18.*
- Anonim. (2020). *Pemahaman dan keyakinan warga terhadap obat & vaksin covid-19. Lapor covid-19.*
- Anonim. (2021). *Pelaksanaan Vaksinasi Massal Perdana di NTT Berjalan Sukses*, Gatra.com. Retrieved from <https://www.gatra.com/detail/news/500967/kesehatan/pelaksanaan-vaksinasi-massal-perdana-di-ntt-berjalan-sukses>.
- Bere, Sigiranus Marutho. (2021). *Cerita 5 orang di NTT yang pertama disuntik vaksin covid-19*, Kompas. Retrieved From <https://kupang.kompas.com/read/2021/01/14/19372501/cerita-5-orang-di-ntt-yang-pertama-disuntik-vaksin-covid-19?page=all>.
- Covid-19 NTT. (2021). *Gugus tugas percepatan penanganan COVID-19 di NTT*. Retrieved From <http://www.covid19.nttprov.go.id/>.
- Hidayat, Bahril. (2006). *Peran Keluarga Dalam Pembentukan Kematangan Anak*. Retrieved from <https://docplayer.info/59719833-Peran-keluarga-dalam-pembentukan-kematangan-anak.html>.
- IKATAN DOKTER INDONESIA. (2020). *Pedoman Standar Perlindungan Dokter di Era Covid-19*. Retrieved from <https://idi-jakpus.com/index.php/2020/09/30/pedoman-standar-perlindungan-dokter-era-covid19/>.
- Ilyushina, Mary. (2020). *Ecery country has vaccine skeptics, in Russia, doctors are in their ranks*, CNN News. Retrieved from <https://www.cnn.com/2020/12/23/europe/russia-vaccine-skeptics-doctors-intl/index.html>.
- Kardoso, Marselino. (2021). *Survey Kemenkes : 70 persen warga NTT bersedia gunakan vaksin covid-19*, Media Kupang. Retrieved from <https://mediakupang.pikiran-rakyat.com/news/pr-1381237017/survei-kemenkes-70-persen-warga-ntt-bersedia-gunakan-vaksin-covid-19?page=2>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Petunjuk Teknis Pelaksanaan Vaksinasi Dalam Rangka Penanggulangan Pandemi*

- Coronavirus Disease 2019 (Covid-19).* Retrieved from <https://promkes.kemkes.go.id/sk-dirjen-nomor-hk0202412021-tentang-petunjuk-teknis-pelaksanaan-vaksinasi-dalam-rangka-penanggulangan-pandemi-covid19.>
- Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPC PEN). 2021. *Peta sebaran Covid-19.* Retrieved from [https://covid19.go.id/.](https://covid19.go.id/)
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 21. (2021). *Pembatasan sosial berskala besar dalam rangka percepatan penanganan coronavirus disease 2019 (Covid-19).* Retrieved From database peraturan BPK RI.
- WHO (World Health Organization). (2020). *Covid-19 Vaccines, Emergencies,* WHOint. Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019/covid-19-vaccines.>
- WHO (World Health Organization).(2020). *CoronaVirus Disease (Covid-19) Pandemic, Emergencies,WHO int.* Retrieved from <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019.>
- (2017). *Penyebar hoax bisa dijerat segudang pasal.* Kominfo.go.id. Retrieved from https://kominfo.go.id/content/detail/8863/penebar-hoax-bisa-dijerat-segudang-pasal/0/sorotan_media.
- (2021). *Tenaga Kesehatan di Kupang Mulai divaksinasi Covid-19,* Newswire-Bisnis. Retrieved from <https://bali.bisnis.com/read/20210118/537/1344275/tenaga-kesehatan-di-kupang-mulai-divaksinasi-covid-19.>

Aspek-Aspek Psikologis dalam Budaya Mapalus pada Masyarakat Minahasa

(Psychological Aspects of the Mapalus Culture in Minahasan People)

TANNIA CHRISTIA RUMAGIT¹, MARSELIUS SAMPE TONDOK

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Email: tanniachristyna@gmail.com

Abstrak. Mapalus merupakan budaya gotong-royong yang telah ada sejak dulu sebagai warisan leluhur masyarakat Minahasa. Mapalus telah diinternalisasikan dan dilestarikan sebagai modal sosial agar tetap terjalin kerukunan di antara masyarakat Minahasa. Nilai budaya Mapalus yang membentuk perilaku individu dapat diketahui melalui aspek-aspek psikologis yang termuat di dalamnya, yang belum ditemukan dari riset terdahulu. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menemukan aspek-aspek psikologi yang ada dalam budaya Mapalus masyarakat Minahasa. Penelitian ini dilakukan dengan kajian literature dengan mengumpulkan dan mensintesiskan artikel jurnal dan buku yang ada tentang budaya Mapalus pada masyarakat Minahasa. Hasil literatur review menunjukkan bahwa budaya Mapalus sebagai aktualisasi dalam kehidupan bersama dan pengorganisasian prinsip hidup, memuat empat aspek psikologis yakni altruisme, perilaku prososial, norma timbal-balik, dan norma tanggung-jawab sosial. Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian empiris untuk mengembangkan alat ukur psikologis untuk konstruk budaya Mapalus.

Kata-kata kunci: altruisme, mapalus, norma tanggung jawab sosial, norma timbal balik, prososial.

Abstract. *Mapalus is culture of a mutual cooperation that has existed for a long time as the ancestral heritage of the Minahasa community. Mapalus has been internalized and preserved as social capital to maintain harmony among the Minahasa community. Mapalus cultural values that determine individual behavior can be identified through the psychological aspects contained in it, which have not been found from previous research. Therefore, this study aimed to find out the psychological aspects that exist in the Mapalus culture of the Minahasa community. This research was conducted by means of a literature review by collecting and synthesizing existing journal articles and books about Mapalus culture in the Minahasa community. The results of the literature review showed that Mapalus culture as an actualization in living together and organizing life principles, containing four psychological aspects namely altruism, prosocial behavior, reciprocity norms, and social responsibility norms. Further researchers can conduct empirical research to develop psychological measuring tools for Mapalus cultural constructs.*

Keyword: altruism, mapalus, social responsibility norms, reciprocal norms, prosocial.

PENDAHULUAN

Secara geografis, Indonesia memiliki banyak pulau yang terletak di garis khatulistiwa dan memiliki 17.504 pulau besar dan kecil. Indonesia memiliki 34 provinsi dengan 98 ibu kota dan 416 kabupaten. Ribuan pulau yang ada di Negara Kesatuan Republik Indonesia merupakan salah satu ciri bahwa negara ini merupakan negara dengan keragaman suku dan latar belakang kebudayaan yang berbeda-beda (Pitoyo & Triwahyudi, 2012). Dari beragam keanekaragaman tersebut, Indonesia mempunyai semboyan Bhineka Tunggal Ika “berbeda-beda tapi tetap satu”. Salah satu suku yang ada di Indonesia adalah suku Minahasa yang berada di provinsi Sulawesi Utara.

Luas wilayah Sulawesi Utara terhitung paling kecil diantara wilayah yang lain. Provinsi Sulawesi Utara merupakan provinsi yang terdiri dari 287 pulau dengan 59 pulau yang berpenduduk dan 228 tidak berpenduduk. Ibu Kota provinsi Sulawesi Utara adalah kota Manado. Dari beberapa pulau, sebelas pulau diantaranya berbatasan dengan Filipina dan laut Pasifik (Purwanto, 2020).

Setiap lingkungan dalam suatu daerah memiliki nilai budaya yang sudah lama tumbuh dan berkembang dalam kehidupan sosial. Dasar dalam kehidupan bermasyarakat merupakan landasan kehidupan dan kontrol sosial masyarakat dalam berperilaku. Nilai-nilai didalamnya adalah hasil konstruksi sosial yang sudah ada sejak lama (Salaki, 2014). Masyarakat Minahasa sendiri

memiliki berbagai macam nilai dan budaya seperti pada tarian adat perang yang dikenal dengan Cakalele. Ada juga tarian saat menyambut panen yang di kenal dengan Maengket. Tidak hanya tarian adat, Minahasa juga memiliki kegiatan yang sudah turun temurun berlangsung dalam lingkungan masyarakat yaitu Mapalus.

Mapalus dinilai sebagai suatu dasar kehidupan didalam lingkungan masyarakat Minahasa yang dapat membentuk karakter masyarakat hingga memiliki jiwa sosial yang tinggi. Jiwa kerjasama yang ada dalam Mapalus mengandung kekuatan besar dalam komunitas, sehingga masih tetap bertahan sampai saat ini (Salaki, 2014). Dari sudut pandang yang sempit, Mapalus memiliki makna: kemauan individu memberi diri untuk bekerjasama dalam kelompok, secara sukarela untuk tujuan bersama, dalam bentuk organisasi kerja. Dari sudut pandang yang luas, Mapalus adalah: kelompok sosial yang memiliki prinsip sederhana yang mampu mempengaruhi kehidupan orang Minahasa, dan suatu bentuk tingkah laku untuk memecahkan persoalan secara bersama. Mapalus menjadi nilai komunitas tertinggi bagi masyarakat Minahasa (Dhohir, 2014).

Budaya Mapalus ini menjadi bukti bahwa adanya perilaku tolong menolong pada masyarakat Minahasa. Jika ditelaah lebih lanjut, Mapalus merupakan suatu sistem, prosedur, metode atau teknik kerjasama dan memiliki prinsip-prinsip kehidupan sebagai berikut, terdiri dari bantuan bersama, keterbukaan, disiplin kelompok, kebersamaan dan kegunaan

(Turang dalam Nelwan, et al., 2018). Kerja sama penting dalam menyelesaikan pekerjaan. Dari kerjasama ini timbul rasa saling menghargai, peduli dan penuh kasih sayang dalam kehidupan kerukunan kelompok. Istilah “Torang samua bersaudara” adalah perbuatan dan tingkah laku yang mengedepankan kepentingan bersama, dalam perbuatan dan harapan nyata (Montori dalam Nelwan, et al., 2018).

Mapalus sudah seringkali dikaji dalam penelitian yang kaitannya dengan dalam berbagai perilaku etnik Minahasa diantaranya solidaritas (Mamentu, et al., 2019), sosial (Onsu, et al., 2020), kemasyarakatan (Lumintang, 2015), toleransi (Pangalila, et al., 2019), keamanan (Wawointana & Rantung, 2020), pembangunan (Lumantow, et al., 2017), bahkan sampai dengan kesehatan (Nelwan et al., 2018). Meski demikian, sepengetahuan peneliti belum ada kajian yang membahas secara psikologi tentang budaya Mapalus. Berdasarkan hal-hal tersebut, artikel ini bertujuan untuk membahas mengenai budaya Mapalus dari perspektif psikologi budaya. Harapannya artikel ini dapat menambah kajian baru tentang budaya Mapalus dan dapat menjelaskannya dalam kajian psikologi budaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review yakni *non-systematic* atau *narrative literature review*. Berbeda dengan

systematic literature review yang dilakukan secara sistematis misalnya dengan protokol PRISMA, *narrative literature review* menidentifikasi dan meringkas apa yang telah dipublikasikan sebelumnya, menghindari duplikasi, dan menemukan hal baru yang belum ditemukan sebelumnya (Ferrari, 2015). Melalui *narrative literature review* peneliti mendeskripsikan konstruk psikologis yang terkandung dalam budaya Mapalus berdasarkan literature terdahulu. Untuk itu pertama-tama peneliti mengumpulkan literature yang membahas tentang budaya Mapalus pada masyarakat Minahasa. Selanjutnya peneliti menggunakan kajian literature tentang psikologi sosial untuk memilih konstruk psikologi yang selama ini telah dikenal dalam psikologi guna menjelaskan aspek-aspek psikologi dalam budaya Mapalus pada masyarakat Minahasa.

HASIL

Berdasarkan kajian literature terdahulu dapat diketahui bahwa munculnya Mapalus, baik gagasan maupun aktivitas ajarannya sudah ada sejak awal kehadiran masyarakat Minahasa kuno. Selain itu, Mapalus juga berperan penting dalam sejarah Minahasa, baik sebagai individu maupun dalam proses "menjadi" budaya etnis (Umbas, 2011). Secara etimologi, kata Mapalus terdiri dari gabungan kata "ma" (saling) dan kata "palus" (tuang, tumpah). Dengan demikian, kata Mapalus berarti "saling menumpah" atau "saling menuang" (Pangalila

& Mantiri, 2020).

Secara sosial kultural, Mapalus merupakan norma dasar dalam aktivitas kehidupan orang Minahasa yang terpanggil dengan ketulusan hati nurani yang mendasar dan mendalam (*touching hearts*) sehingga menjadikan manusia memiliki kesadaran dan rasa tanggung jawab dalam kelompok (*teaching mind*) serta saling menghidupkan dan mensejahterakan setiap orang dalam komunitas (*transforming life*) (Onsu, et al., 2020).

Nilai budaya Mapalus dalam praktiknya secara jelas dapat dilihat dari empat asas aktualisasinya, yaitu (1) musyawarah dan mufakat, (2) kekeluargaan, (3) keagamaan dan (4) kerjasama. Selain itu, terdapat lima aspek dalam pengorganisasian prinsip hidup Mapalus, yaitu: (1) keterbukaan, (2) tolong-menolong, (3) kebersamaan, (4) disiplin kelompok, dan (5) hasil daya guna (Umbas, 2011). Mulanya Mapalus dilaksanakan dalam kegiatan yang berkaitan dengan aspek pertanian, dari membuka lahan sampai dengan proses pemetikan. Seiring dengan perkembangan budaya Mapalus sendiri, tidak hanya pada aspek pertanian saja, tetapi juga dilakukan dalam kegiatan sosial masyarakat dan hampir dalam segala aspek kehidupan. Contohnya dalam kegiatan-kegiatan upacara adat, membangun rumah, membuat perahu, pernikahan, kedukaan, dan lain sebagainya. Kegiatan ini dilakukan secara bersama dengan cara gotong royong (Onsu, et al., 2020). Masyarakat Minahasa sendiri melakukan

kegiatan tolong-menolong dalam hal ini Mapalus karena adanya rasa saling membutuhkan.

Rasa saling membutuhkan dalam Mapalus ini sesuai dengan nilai-nilai dalam *altruisme* dan prososial. Nilai Mapalus dapat dijelaskan melalui konsep psikologi *altruisme* (Myers & Twenge, 2018). *Altruisme* adalah keegoisan secara terbalik. Orang yang altruistik adalah orang yang memiliki rasa peduli dan rasa ingin membantu tanpa memikirkan balasan atau imbalan. Selain itu nilai Mapalus juga dapat dijelaskan berdasarkan konsep prososial. Perilaku prososial adalah perilaku individu yang ingin menolong orang lain tanpa memberi manfaat langsung terhadap penolong (Baron & Branscombe, 2012). Dalam hal ini masyarakat Minahasa melakukan kegiatan Mapalus atas dasar keinginan nurani dengan penuh kesadaran serta rasa tanggung jawab untuk saling mensejahterakan. Bentuk Mapalus yang termasuk dalam perilaku *altruisme* seperti Mapalus pembangunan. Budaya Mapalus pembangunan dilakukan oleh masyarakat disalah satu desa yaitu desa Tombasian atas. Masyarakat turut membantu pembangunan dan infrastruktur di desa, baik dari awal persiapan sampai selesai pembangunan (Lumantow, et al., 2017).

Masyarakat Minahasa menolong orang bukan hanya karena mereka memperhitungkan kepentingan diri sendiri, tetapi karena suatu hal yang membuat mereka sadar bahwa mereka harus melakukannya. Seperti saat masyarakat Minahasa melihat orang yang terluka, mereka

akan terdorong untuk menolong. Suatu norma adalah bagian dari sosial. Myers & Twenge (2018) mengidentifikasi dua norma sosial yang dapat memotivasi terjadinya *alturisme* yaitu norma timbal balik (*reciprocal*) dan norma tanggung jawab sosial (*social responsibility*).

Mapalus tidak hanya ada perilaku *alturisme* dan prososial namun ada juga norma timbal-balik. Salah satu kode moral universal adalah norma timbal-balik: jika seseorang membantu, harus dibalas bantuannya, bukan dengan kerugian. Dari prespektif psikologi sosial, harapan bahwa orang akan membantu, bukan menyakiti mereka yang telah membantu (Myers & Twenge, 2018). Norma timbal-balik dalam Mapalus dikemukakan oleh Pakasi (dalam Lumantow, et al., 2017), di mana sifat Mapalus dalam hubungan timbal-balik merupakan bentuk kewajiban yang dilandasi rasa solidaritas dan norma sosial. Norma timbal-balik sangat membantu dalam jaringan sosial, dalam masyarakat Minahasa teraktualisasi misalnya melalui Mapalus pernikahan. Mapalus pernikahan memiliki prinsip tolong-menolong timbal-balik. Masyarakat yang sedang mengadakan pernikahan akan ditolong oleh masyarakat lainnya. Pertolongan yang diberikan bisa berupa dana (materi) ataupun tenaga (membangun tenda), dengan harapan kelak jika ada masyarakat lain yang mengadakan pesta pernikahan akan di berikan pertolongan oleh pihak yang telah ditolong sebelumnya Lumantow, et al. (2017). Ada juga Mapalus

duka, di mana dalam aktivitas kedukaan para masyarakat Minahasa akan menolong keluarga yang sedang berduka baik berupa materi atau tenaga. Masyarakat Minahasa akan menolong dari awal acara kedukaan sampai dengan seminggu setelah acara kedukaan (Lumantow, et al., 2017). Hal ini sama dengan Mapalus pernikahan di mana masyarakat yang menolong berharap kelak mereka akan ditolong dengan bantuan yang sama. Ada juga Mapalus tani dan Mapalus nelayan di mana masyarakat akan saling membantu ketika musim panen tiba. Norma ini bekerja paling efektif karena orang menanggapi secara terbuka perbuatan yang sebelumnya dilakukan kepada mereka.

Selain norma timbal-balik ada juga norma tanggung jawab sosial. Norma tanggung jawab sosial menetapkan orang-orang untuk saling membantu mereka yang membutuhkan bantuan, dengan tidak memperhatikan pertukaran dikemudian hari. Harapan bahwa orang akan membantu mereka yang membutuhkan bantuan (Myers & Twenge, 2018). Seperti Mapalus kelompok masyarakat dalam hal ini kelompok beragama, masyarakat Minahasa mayoritas beragama Kristiani sehingga nilai-nilai keagamaan juga mempengaruhi budaya Mapalus pada masyarakat sekitar. Seperti nilai mengasihi yang di lakukan oleh masyarakat Minahasa dengan saling tolong-menolong saat berlangsungnya peribadatan hari raya umat Kristiani (Lumantow, et al., 2017). Hal ini terjadi karena adanya kesadaran dalam diri

individu untuk ikut serta membantu dan merasa adanya tanggung jawab sosial karena mereka merupakan bagian dari kelompok. Perbandingan temuan melalui literature review pada budaya Mapalus dan teori psikologi, khususnya psikologi sosial diringkas dalam tabel di bawah ini.

Tabel 1. Temuan Dimensi/Subdimensi dan Aspek Psikologis dari Budaya Mapalus

Temuan dari Literatur tentang Budaya Mapalus		Temuan dari Literatur Psikologi
Dimensi	Subdimensi	Aspek Psikologis
1. Aktualisasi dalam hidup bersama	1. Musyawarah dan mufakat 2. Kekeluargaan 3. Keagamaan 4. Kerjasama	1. <i>Altruisme</i> 2. Perilaku prososial Norma timbal-balik (<i>reciprocal norm</i>)
2. Pengorganisasian prinsip hidup	1. Keterbukaan 2. Tolong-menolong 3. Kebersamaan 4. Disiplin kelompok 5. <u>Hasil daya guna</u>	3. Norma tanggung-jawab sosial (<i>social responsibility norm</i>)

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dalam kajian literature ditemukan adanya 4 aspek psikologi dalam budaya Mapalus yaitu *alturisme* dan prososial, norma timbal-balik dan norma tanggung-jawab sosial. Dalam *alturisme* dan prososial ditemukan adanya perilaku tolong menolong yang tulus dalam masyarakat Minahasa seperti dalam Mapalus pembangunan. Serta adanya norma timbal-balik di mana masyarakat melakukan pertolongan agar kelak akan ditolong, seperti dalam Mapalus pernikahan dan Mapalus kedukaan.

Sebagai bagian dari masyarakat Indonesia, norma tolong-menolong termanifestasi dalam budaya Mapalus masyarakat Minahasa tidak dapat dilepaskan dari karakteristik budaya kolektivisme. Indonesia merupakan Negara yang kolektif, dimana adanya rasa sosial yang tinggi sehingga rasa ingin membantu orang lain muncul pada masyarakat dengan harapan kelak akan diberikan pertolongan

yang sama. Tentunya hal ini berbeda dengan Negara *individualism*. Norma tanggung jawab sosial merupakan kesadaran masyarakat untuk menolong karena adanya kesadaran dalam diri masyarakat yang merupakan bagian dari kelompok sosial tersebut, seperti Mapalus kelompok masyarakat dalam hal ini kelompok agama.

Mapalus merupakan sebuah kearifan lokal (*local wisdom* atau *local genius*). Kearifan lokal dapat didefinisikan sebagai tatanan sosial budaya dalam bentuk gagasan, pengetahuan, nilai, keterampilan, pengalaman, tingkah laku, serta kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat di wilayah tertentu (Hidayati, 2017). Berdasarkan riset ini dapat diketahui bahwa sebagai kearifan lokal, Mapalus memuat dimensi yang bersifat abstrak dan kongrit, yang keduanya merupakan suatu kesatuan yang tak terpisahkan. Dimensi yang bersifat abstrak merupakan gagasan, pengetahuan, dan nilai yang dalam budaya Mapalus termanifestasi sebagai pengorganisasian prinsip hidup melalui 5 sub dimensi yaitu keterbukaan, tolong-

menolong, kebersamaan, disiplin kelompok dan hasil daya guna. Dimensi yang bersifat konkret merupakan aktualisasi dari dimensi abstrak dalam hidup bersama masyarakat etnik Minahasa. Dari penelitian ini diketahui bahwa aktualisasi budaya Mapalus dalam hidup bersama masyarakat etnik Minahasa terwujud dalam musyawarah dan mufakat, kekeluargaan, keagamaan dan kerja sama. Sebagai kearifan lokal, Mapalus merupakan modal sosial yang dikembangkan masyarakat untuk menciptakan keteraturan dan keseimbangan dalam kehidupan sosial budaya terutama pada masyarakat kolektivistik. Modal sosial dapat didefinisikan sebagai rangkaian nilai atau norma sosial yang diimplementasikan oleh anggota kelompok sosial, yang memungkinkan terjadinya kerja sama terutama karena adanya kepercayaan diantara mereka (Fukuyama, 1995). Dalam penelitian ini, sebagai modal, Mapalus yang memuat nilai dan norma sosial. Norma sosial tersebut adalah norma timbal-balik (*reciprocal norm*) dan norma tanggung-jawab sosial (*social responsibility norm*), yang dilandasi kepercayaan diantara masyarakat. Norma sosial terbukti melahirkan kerja sama dalam bidang kehidupan sosial masyarakat etnik Minahasa diantaranya Mapalus pernikahan, Mapalus duka, Mapalus tani dan Mapalus nelayan.

Melalui kajian literature dalam riset ini diketahui bahwa Mapalus mencerminkan aspek psikologis *altruisme* dan perilaku sosial. *Altruisme* dan perilaku sosial merupakan konsep yang berbeda namun tidak dapat dipisahkan. Oleh

karena itu, Takwin (2021) mengatakan bahwa meskipun disatu sisi perilaku prososial berbeda dengan *altruism*, tetapi disisi lain keduanya dapat disamakan. Perbedaan terletak pada aspek yang mendapatkan penekanan. Perilaku prososial mengacu pada pola aktivitas. Sebaliknya, *altruisme* mengacu pada motivasi untuk menolong pihak lain karena perhatian murni pada kebutuhan pihak yang ditolong daripada bagaimana tindakan itu akan mendatangkan keuntungan bagi pihak yang menolong. Terlepas dari aspek aktivitas dan motifnya, *altruisme* dan perilaku prososial memiliki kesamaan ketika keduanya ditampilkan dalam tingkah laku. *Altruisme* tergolong perilaku prososial yang secara khusus dimotivasi oleh keinginan membantu pihak lain murni karena kebutuhan pihak lain. Oleh karena itu perilaku prososial dapat dipahami sebagai kategori perilaku yang mencakup *altruisme*.

Secara konseptual, perspektif psikologi budaya menjelaskan tentang hubungan individu dengan budayanya; bagaimana budaya merefleksikan dan membentuk proses-proses psikologis individu dari budaya tertentu (Valsiner, 2007; 2014). Untuk itu pengukuran aspek psikogi pada budaya Mapalus pada etnik Minahasa dapat memberikan gambaran tentang *altruisme*, perilaku prososial, serta internalisasi norma timbal-balik dan norma tanggung-jawab sosial pada etnis Minahasa. Oleh karena itu, penelitian literature review ini dapat menjadi dasar ataupun masukan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkonstruksi alat ukur

psikologis modal sosial Mapalu sebagai kearifan lokal etnik Minahasa melalui studi lapangan. Studi lapangan tersebut dapat berupa studi kualitatif dengan pendekatan etnografi atau survey eksploratif untuk menggali pemaknaan subjektif akan konstruk psikologis Mapalus pada masyarakat etnik Minahasa, termasuk mengkonfirmasi keempat aspek psikologis dalam budaya Mapalus yang ditemukan dalam penelitian ini melalui studi literature. Penelitian tersebut dapat dilakukan pada berbagai kelompok masyarakat etnik Minahasa dengan pendekatan longitudinal maupun *cross-sectional*.

SIMPULAN

Mapalus dilandaskan dengan niat baik untuk saling tolong-menolong. Nilai Mapalus di sini diterapkan dengan baik, dan menyebabkan rasa saling membantu itu tertanam betul pada masyarakat Minahasa dan hal ini sesuai dengan prinsip masyarakat Minahasa terhadap filosofi Sam Ratulangi yaitu, “*Si Tou Timou Tumou Tou*” yang artinya dalam kehidupan setiap hari hakikat hidup manusia adalah proses memanusiakan orang lain menjadi manusia yang seutuhnya.

Dari artikel ini dapat disimpulkan bahwa Mapalus pada masyarakat Minahasa memiliki nilai-nilai prososial seperti rasa tanggung jawab, perduli terhadap sesama dan memiliki kesadaran bahwa individu bagian dari kelompok. Mapalus dapat dijelaskan dengan perspektif psikologi sosial (Myers & Twenge 2018) di mana

masyarakat Minahasa melakukan sikap tolong menolong karena adanya perilaku *alturisme*, serta norma tanggung-jawab sosial, di mana individu menyadari bahwa mereka bagian dari kelompok sosial. Selain itu, terdapat norma timbal-balik di mana masyarakat Minahasa melakukan sikap tolong-menolong agar kelak bisa mendapatkan pertolongan kembali. Nilai luhur yang termuat dalam Mapalus ini membuat masyarakat Minahasa bisa hidup berdampingan dengan rukun dan damai, serta menganggap satu dengan yang lainnya saudara seperti slogan masyarakat Minahasa sendiri “Torang samua basudara”.

Tulisan ini merupakan kajian dari beberapa literature. Penulis atau peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian psikologi kedepan untuk melakukan penelitian berupa studi lapangan untuk bisa lebih mengembangkan konsep Mapalus dan pengembangan psikologis berupa penyusunan alat ukur nilai Mapalus pada masyarakat etnik Minahasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social psychology (13th edition)*. Pearson Education.
- Dhohir, M.A. (2014, 19 Oktober). *Budaya Mapalus di Sulawesi Utara*. Retrieved from <http://ayosemangatmembaca.blogspot.com/2014/10/tugas-ke-2-ilmu-budaya-dasar.html>
- Ferrari, R. (2015). *Writing narrative style literature reviews*. *Medical Writing*, 24(4), 230–235.

<https://doi.org/10.1179/2047480615Z.0000000329>

Fukuyama, F. (1995). *Trust: Social virtues and the creation of prosperity*. Simon & Schuster Inc

Hidayati, D. (2017). *Memudarnya nilai kearifan lokal masyarakat dalam pengelolaan sumber daya air*. *Jurnal Kependudukan*

Proses Pembentukan Identitas Diri pada Anak dalam Keluarga Beda Budaya

The Process of Forming the Identity of Children in Family with Different Cultural Background

DZULFIKAR SATRIO PRIMANTORO¹, MARY PHILIA ELISABETH²

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Email: ¹dzulsatrio2@gmail.com

Abstrak. Di masa modern semakin banyak pernikahan dengan perbedaan latar belakang budaya. Di dalam pernikahan beda budaya banyak menimbulkan konflik, tetapi terdapat manfaat dari pernikahan beda budaya yaitu pembentukan identitas pada anak. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui proses pembentukan identitas diri anak dalam keluarga yang memiliki perbedaan budaya sehingga mampu terhindar dari paham-paham radikal ataupun yang lain yang bisa memecah belah tanah air. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan terhadap keluarga dengan latar belakang budaya yang berbeda agar mendapatkan gambaran singkat mengenai cara membimbing anak dalam proses pembentukan identitas dirinya, sehingga anak tersebut memiliki identitas yang baik dalam menjalani kehidupan. Seperti orang dekat peneliti, yang mendapatkan kejadian serupa namun tetap mampu terbentuk Identitas diri mereka. Jenis penelitian ini kajian literatur dengan referensi teori proses pembentukan identitas diri terutama Erikson tahap *identity vs confusion* yang relevan dengan kasus ditemukan, dan kualitatif sehingga menemukan tema dari literatur agar dapat menggambarkan proses pembentukan identitas anak. Berdasarkan hasilnya pembentukan identitas terbentuk melalui *observational learning* dan konformitas, Proses pembentukan identitas diharapkan ada sentuhan langsung dari orangtua dan arahan dari mereka supaya mampu terbentuk identitas anak dengan latar belakang budaya orangtua campuran.

Kata kunci: Identitas diri, Keluarga beda budaya.

Abstract. In modern times more and more marriages with different cultural backgrounds. In intercultural marriages there are many conflicts, but there are benefits from intercultural marriages, namely the formation of identity in children. The purpose of this study is to determine the process of forming the identity of children in families who have cultural differences so that they are able to avoid radical or other ideas that can divide the country. This research is expected to provide views on families with different cultural backgrounds in order to get a brief overview of how to guide children in the process of forming their own identity, so that the child has a good identity in living life. Like people close to researchers, who find similar events but are still able to form their identity. This type of research is a literature review with references to the theory of the process of self-identity formation, especially Erikson's stage of identity vs. confusion, which is relevant to the case found, and qualitatively so as to find themes from the literature in order to describe the process of forming a child's identity. Based on the results, identity formation is formed through observational learning and conformity. The process of identity formation is expected to have a direct touch from parents and direction from them so that the identity of children with mixed parental cultural backgrounds can be formed.

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan sebuah hal yang dinantikan bagi setiap manusia. Pencarian jodoh atau pasangan yang tepat menjadi kunci dalam menjalani pernikahan dan kehidupan berkeluarga nantinya. Namun, masih ada diluar sana pernikahan dengan perbedaan latar belakang budaya, seperti jawa-china, asia-amerika, asia-eropa, dan berbagai macam beda budaya lainnya. Pernikahan beda budaya memanglah banyak menimbulkan konflik, namun juga terdapat keuntungan dari pernikahan beda budaya, dalam hal ini pembentukan identitas pada anak.

Xiang dan Tori (2018) menjelaskan bahwa memang pada awalnya pernikahan beda budaya menunjukkan banyak tantangan, namun seiring berjalannya waktu dengan saling memahami dan belajar satu sama lain, tantangan tersebut lambat laun hilang dan kehidupan rumah tangga menjadi selaras. Terutama dalam hal ini pola asuh terhadap anak, Xiang & Tori (2018) menjelaskan bahwa ketika orangtua mampu menyatukan persepsi mereka dalam hal pola asuh, justru memberikan hasil yang baik yaitu mengkombinasikan 2 budaya berbeda menjadi satu yang diterapkan dalam pola asuh anaknya. Selain itu, dalam prosesnya terdapat proses negosiasi terlebih dahulu seperti yang disebutkan dalam penelitian dari Crippen & Brew (2016) yaitu proses negosiasi seharusnya dimulai

sebelum anak lahir dan belum menjadi anggota keluarga, hal yang dinegosiasikan seperti tanggung jawab atas segala pilihan nantinya saat mengasuh anak dan memutuskan pola asuh yang tepat terhadap anak nantinya dan juga bertanggung jawab atas keputusan itu. Vivero & James (dalam Crippen & Brew, 2016) menyebutkan bahwa pernikahan beda budaya mampu memperluas relasi sosial, memperluas kemampuan kognitif, adaptasi budaya, efektivitas antar budaya, fleksibel dalam berhubungan interpersonal, dan berkurangnya etnosentrisme. Semua aspek tersebut bisa saja diterapkan kedalam cara asuh orangtua beda budaya yang tentunya membuat anak lebih baik.

Konsep Cross-Cultural Kid (CCK) didefinisikan oleh Van Reken dan Betel (dalam Nae, 2019) sebagai "orang yang pernah tinggal di - atau berinteraksi secara bermakna dengan - dua atau lebih lingkungan budaya untuk jangka waktu yang signifikan selama tahun perkembangan". Selain itu, adapula yang disebut Third Culture Kids (TCK); yaitu anak bi / multi-budaya dan bi / multi-ras, atau anak yang lahir dari orang tua yang berbeda budaya atau ras; anak-anak imigran; anak-anak pengungsi; anak-anak dari etnis minoritas; adopsi internasional; dan TCK "domestik", atau anak-anak yang orang tuanya berpindah-pindah di berbagai subkultur di negara asal anak tersebut. Dalam prosesnya terdapat 3 tahap pembentukan identitas anak

menurut Pollock dan Van Reken (dalam Nae, 2019): tahap pertama adalah mengikuti budaya dan memahami budaya masing-masing orangtua, tahap kedua adalah mengikuti budaya negara yang ditempati, tahap ketiga adalah mengikuti perilaku lingkungan sosialnya yang telah dipelajari secara mendalam termasuk juga bagaimana interaksinya.

Selain itu, ada proses yang dinamakan akulterasi (dalam Raman, 2006) yaitu sebuah "fenomena", yang dihasilkan ketika satu kelompok yang memiliki budaya berbeda terus menerus melakukan kontak langsung dengan lingkungan yang berbeda dengan budaya asli antar kelompok. Oleh karena itu, akulterasi merupakan proses dinamis yang mempengaruhi kedua (atau banyak) kelompok secara bersamaan. Sedangkan enkulturasasi terjadi saat seseorang disosialisasikan ke dalam kelompok budaya individu itu sendiri. Terdapat pula proses pengembangan identitas berorientasikan pada sumber daya yang ada, pernikahan lintas budaya dalam pembentukan identitas anak akan terbentuk jika adanya keterampilan bahasa, wawasan budaya yang luas dan komparatif, pandangan dunia yang diperluas (Salole, dalam Schuff 2016), dan keterampilan adaptif, serta membekali mereka dalam 'keseimbangan' dalam budaya yang ada (Prieur, dalam Schuff 2016).

Secara keseluruhan, beberapa pemaparan data di atas merupakan sedikit gambaran fenomena yang ada terkait pembentukan identitas anak terutama bagaimana kedepannya anak dapat bersosialisasi dengan baik terhadap lingkungannya. Artikel ini akan berfokus kepada

pandangan yang ada dalam pernikahan beda budaya terutama dalam hal proses pembentukan identitas anak. Disebut memberi pandangan positif karena dalam proses perkembangan anak, menurut teori psikososial Erikson (dalam Weiten, 2011) menjelaskan pentingnya pembentukan identitas pada anak berusia 6 sampai dengan pubertas dalam kehidupan bersosialnya dan jika tidak demikian, anak akan memasuki tahap confusion, yaitu bingung dengan identitas diri yang menyusahkan anak ketika berinteraksi dengan teman sebayanya di kemudian hari. Kemudian, peneliti akan membahas pula pentingnya pembuatan atau pembentukan identitas diri pada anak dengan latar belakang keluarga beda budaya. Hal tersebut untuk memberikan pandangan terhadap keluarga dengan latar belakang budaya yang berbeda supaya mampu memberikan gambaran mengenai cara membentuk identitas diri pada anak di era modern ini.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui proses pembentukan identitas diri anak dalam keluarga yang memiliki perbedaan budaya. Sehingga mampu menentukan identitas diri dan terhindar dari rasa confusion. Kemudian, hubungan dengan penelitian sebelumnya diatas, diharapkan bagi pembaca mampu memetik pandangan pula mengenai bagaimana proses pembentukan anak supaya tidak mengalami confusion pada anak mereka nantinya. Sedangkan penelitian ini diharapkan dapat menggambarkan memberikan pandangan terhadap keluarga dengan latar belakang budaya yang berbeda supaya mampu memberikan

gambaran singkat mengenai bagaimana cara membimbing anak dalam proses pembentukan identitas dirinya, dari sanalah anak memiliki identitas dan tidak kebingungan dalam menjalani kehidupan kedepannya.

Selain teori Psikososial Erikson, terdapat teori lain yang berkaitan dengan penelitian ini. Sosio-emosi, Pada saat ini, masa dewasa awal dan dewasa madya, pemaknaan seringkali ditemukan melalui perjalanan (Strens & Huyck, dalam boundless.com 2017) dan selain hal tersebut disampaikan pula oleh Markus dkk (dalam boundless.com 2017) bahwa kehidupan keluarga juga menentukan. Semua hal tersebut berkaitan dengan tahap perkembangan Erikson tahun 1956 yaitu generativity vs stagnation dan intimacy vs isolation, yang memiliki aspek 1) Hubungan pada masa dewasa, hubungan yang positif dengan orang lain pada masa dewasa dapat berkontribusi untuk membangun kondisi well-being (Ryff & Singer, dalam boundless.com 2017); 2) Krisis pada masa dewasa, penyebab utama krisis pada masa ini adalah datang dari pekerjaan, permasalahan pernikahan, pertumbuhan anak, penuaan atau orangtua meninggal; 3) Menemukan makna melalui kerja, banyak orang dewasa menemukan pemaknaan dan mendefinisikan dirinya melalui apa yang mereka lakukan, terutama pekerjaan. Tahap perkembangan Erikson generativity vs stagnation dapat mengembangkan diri mereka terkait bagaimana kontribusi mereka pada dunia. Lalu, teori observational learning sebuah konsep psikologi kepribadian, yang menjelaskan mengenai bagaimana perilaku manusia dapat

berubah melalui observasi atau melihat suatu model (Bandura, dalam Fryling 2011) yang memiliki 4 tahap proses 1) attentional, 2) retention, 3) motor reproduction, 4) motivational. Teori konformitas, adalah tindakan menyesuaikan diri dengan kelompok. Sebagai manusia yang hidup berkelompok, sebagian besar perilaku kita difokuskan pada pelestarian kohesi kelompok. Kecenderungan untuk mengubah perilaku diri agar sesuai dan diterima dengan lingkungan juga orang lain yang seringkali bersifat adaptif (Cialdini & Goldstein, dalam Coultas & Van Leeuwen 2015). Konformitas adalah perubahan perilaku atau sikap yang terjadi sebagai akibat dari beberapa tekanan kelompok yang nyata atau yang dibayangkan (Walker & Heyns, dalam Sanaria 2004).

Teori Maslow hierarchy of needs (dalam Milheim, 2012).



GAMBAR 1.1 HIRARKI KEBUTUHAN

1. Psychological needs, kebutuhan dasar yang dibutuhkan manusia, seperti makanan, minuman, udara, tidur, baju.
2. Safety needs, kebutuhan yang menunjang

hidupnya, pekerjaan, keamanan diri, Kesehatan, tempat tinggal.

3. Love and belonging, seperti persahabatan, kekasih, keluarga, koneksi antar orang.
4. Esteem, kebutuhan untuk dihormati, status, pengakuan, kekuatan, kebebasan.
5. Self-actualization, tahap ketika semua hal terpenuhi dan bisa memahami dirinya sendiri dengan baik, termasuk menjadi sosok yang bermanfaat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kajian literatur dengan mencari referensi teori yang relevan dengan kasus atau permasalahan yang ditemukan. Menurut Creswell (2014), menyatakan bahwa kajian literatur adalah ringkasan tertulis mengenai artikel dari jurnal, buku, dan dokumen lain yang mendeskripsikan teori serta informasi baik masa lalu maupun saat ini mengorganisasikan pustaka ke dalam topik dan dokumen yang dibutuhkan.

HASIL

Berikut tabel dari 5 artikel yang telah di review peneliti, masing-masing jurnal menjelaskan hal yang berbeda, namun tetap membahas pembentukan identitas pada anak. Sama halnya dengan tema teori yang ditemukan peneliti, bahwa tema teori dan ke-khas-an masing-masing jurnal juga berbeda, mulai dari konformitas, pola asuh, social-learning, dst. Pada tabel dibagi menjadi 3 bagian judul & penulis, teori yang berkaitan dan paling khas dalam jurnal

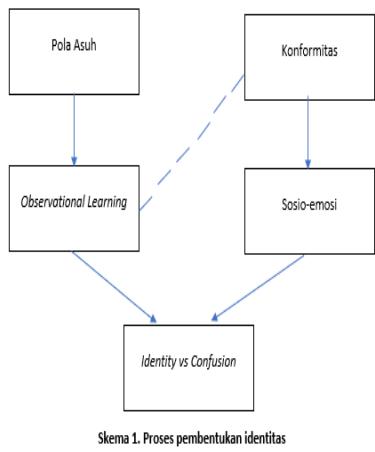
tersebut, yang terakhir pembentuk ID dalam jurnal tersebut, jurnal tersebut menggambarkan bagaimana proses pembentukan identitas pada anak dan menghindarkan mereka dari perasaan confusion.

Judul dan Penulis	Teori yang Berkaitan	Proses Pembentukan ID
Japan's Cross Cultural Kids (CCK) and Their Quest for Identity. Nae, Niculina (2019).	<ul style="list-style-type: none"> • Konformitas • Cultural Socialization • Observational Learning 	Mendalamai budaya Negara yang ditinggali dan budaya kedua orangtua
Cultural Identity and Child Health. Dr. Shanti Raman (2006).	<ul style="list-style-type: none"> • Konformitas • Humanistik (safety needs) • Sosio-emosi 	Merubah identitas diri termasuk juga cara berinteraksi supaya mendapat rasa aman di negara tersebut karena seorang imigran yang terus berpindah-pindah.
Supporting Identity Development in Cross-cultural Children and Young People: Resource, Vulnerability, Creativity. Schuff, Hildegunn (2016).	<ul style="list-style-type: none"> • Konformitas • Humanistik (Safety) • Observational Learning 	Penyesuaian yang berkali-kali karena sebagai ai seorang pengungsi yang daerah asalnya ber konflik, sehingga "dipaksa" untuk menyesuaikan bagaimana mereka hidup dan berinteraksi dengan lingkungannya.
Intercultural Parenting and the Transcultural Family: A literature Review. Crippen & Brew, (2016).	<ul style="list-style-type: none"> • Pola Asuh • Sosio-emosi • Humanistik (love belongingness) 	Negosiasi dan berbicara dengan anak, kemudian membiarkan anak menentukan sendiri.
Childrearing Experiences in Cross-national Families. Yajuan Xiang & Tori Colson, (2018).	<ul style="list-style-type: none"> • Pola Asuh • Sosio-emosi • Konformitas 	Melalui pembicaraan antar orangtua yang kemudian memutuskan identitas untuk anaknya.

Tabel 1.

Berdasarkan tabel 1 dapat dikatakan bahwa pengaruh besar pembentukan identitas anak berdasar dari konformitas dan observational learning. Hal ini terlihat dari 5 literatur tersebut yang lebih menonjol pada bagian tersebut. Karena anak akan lebih cenderung memilih identitasnya ketika sudah berkumpul dengan temannya atau ketika ia berinteraksi dengan lingkungannya. Sedangkan sosio-emosi disini berarti ketika dirinya berkumpul dengan teman sebayanya, anak akan mampu merasakan emosi satu sama lain dan

akan merasa cocok dengan identitas budaya yang akan anak pilih nantinya.



Dari Skema diatas dapat ditunjukkan bahwa proses pembentukan identitas anak dapat dibentuk melalui berbagai hal dari dimensi teori tersebut. Observational learning dengan konformitas tidak berkaitan langsung dan lebih kepada saling melengkapi apabila memang dibutuhkan menyesuaikan dengan kondisi dan keadaan termasuk lingkungan keluarga tersebut tinggal. Anak bisa melihat cara orangtua mengasuh, atau bisa konformitas dari lingkungan dia tinggal, atau juga bisa kombinasi dari keduanya, apabila orangtua dirasa kurang sesuai, anak akan menyesuaikan dengan lingkungannya dan begitu pula sebaliknya.

Berikut data wawancara sebagai preliminary study, bukan merupakan analisis kualitatif, hanya sebagai data pendukung bahwa proses pembentukan identitas juga merupakan hal

yang krusial.

“yaa awalnya susah sih... tapi akhirnya mama papa mau diskusi terus akhirnya mama bilang kalo mengikuti papa saja” (Y, 12 Mei 2021)

Kutipan diatas merupakan percakapan peneliti dengan saudara sepupu yang orang tuanya berbeda budaya, Ayah merupakan orang Bali dan Ibu orang Jawa, orang tua beda budaya dan juga beda agama. Pada akhirnya anak dan Ibu mengikuti Ayah karena menurut mereka, Ayah tetaplah keluarga dan seharusnya mengikuti Ayah. Pada awalnya anak bingung dikarenakan ketika sekolah dia mengikuti pelajaran Islam atau Hindu, pada akhirnya setelah menentukan bahwa Hindu dan Bali adalah utamanya, maka anak terhindar dari confusion.

“orangtua cenderung membebaskan sih mas, malah justru saya gak tahu identitas diri itu kayak gimana, tapi setelah dipikir-pikir temen-temen sih yang bikin saya jadi karakter seperti ini, jadi ya bisa dibilang tanpa orangtua juga” (D, 18 Mei 2021)

Dari kutipan di atas, D merupakan teman SMA peneliti yang memang dikenal “nakal”. D sering membolos, “cangkruk” bersama teman, menggunakan uang sekolah untuk jajan, bahkan yang terburuk ikut tawuran. Hal yang menarik adalah orangtua beda budaya yaitu Ayah sebagai orang Medan dan Ibu orang Madura, keduanya memang stereotype sebagai budaya yang cukup keras. Sehingga D lahir di Jawa, tumbuh dan besar di Jawa, Ayah Ibu yang bekerja menjadikan D jarang berkumpul dengan orang tua, sehingga D menolak meyakini sifat kerasnya tidak berasal dari orang tua melainkan dari lingkungannya

supaya bisa diterima dan dengan hal tersebut D tidak merasa confusion sehingga mampu membaur di lingkungannya.

SIMPULAN

Anak tidak bisa dipaksakan untuk memilih identitas dirinya terutama dengan latar belakang orangtua yang berbeda. Anak diharapkan mampu menentukan identitas diri dengan sendirinya baik dengan arahan orang tua atau terbentuk berdasar lingkungannya yang membantu menentukan identitasnya. dengan berbagai dimensi teori yang ditemukan dari review literatur menjelaskan bahwa dengan melihat dan mengamati juga bisa membuat anak mampu menentukan identitas dirinya.

Anak juga terkadang perlu adanya arahan dari orangtua ataupun orang terdekatnya. Karena dengan adanya arahan tersebut, anak akan lebih memiliki gambaran kedepannya dan konsekuensi-konsekuensi apa saja yang akan diterimanya jika sudah terbentuk identitas tersebut. Proses pembentukan identitas ini menjadi tahapan yang penting untuk dilalui karena akan tersimpan dalam ingatan anak seumur hidupnya. Pembentukan identitas pada anak juga penting karena jika tidak akan menghambat proses atau tahap selanjutnya dalam hirarki psikososial. Anak akan kehilangan arah apabila identitas dirinya masih belum terbentuk hingga dewasa.

DISKUSI

Berdasarkan hasilnya pembentukan identitas terbentuk melalui observational learning dan konformitas, Proses pembentukan identitas diharapkan ada sentuhan langsung dari orang tua dan arahan dari mereka supaya mampu terbentuk identitas anak dengan latar belakang budaya orangtua campuran. Terutama pada era saat ini, pembentukan identitas menjadi hal yang krusial. Dikarenakan banyaknya paham radikal, paham serba “hoax”, bahkan paham racial. Maka dari itu, pembentukan identitas yang baik pada anak juga harus disertai dukungan dari orang tua meskipun dengan latar belakang yang berbeda. Pembentukan identitas yang terbentuk dari perkumpulan rekan sesama tidaklah buruk, akan tetapi orangtua tidak boleh merasa acuh terhadap pertumbuhan anak termasuk pengembangan diri dan bagaimana anak bersikap dalam mengarungi kehidupannya. Apabila anak tumbuh dengan identitas yang kurang tepat dan dengan adanya paham-paham tersebut, bisa membuat persatuan dan kesatuan menjadi terbelah di kemudian hari apabila tidak mendapat arahan yang baik.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah antara lain :

- Lebih memperkaya data empiris terutama di Indonesia, karena fenomena yang didapat dalam penelitian ini sebagian besar di luar Indonesia.
- Menspesifikasi jenis kelamin, karena jika wanita sebagian besar jika sudah menikah akan mengikuti budaya suaminya.

- Menentukan proses di tiap dimensi teorinya sehingga analisis akan semakin mendalam.

405B1A640AFFD44AE3

Nae, N. (2019). *Japan's Cross Cultural Kids (CCK) and Their Quest for Identity*. Cogito-Multidisciplinary Research Journal, Vol. XI (No. 1).

DAFTAR PUSTAKA

Boundless. (2016). *Social and Emotional Aspects of Adulthood*. Retrieved from <https://www.boundless.com/psychology/textbooks/boundless-psychology-textbook/human-development-14/early-and-middle-adulthood-74/socioemotional-development-in-adulthood-289-12824/>

Coultas, J., & Van Leeuwen, E. (2015). *Conformity: Definitions, Types, and Evolutionary Grounding*. Springer International Publishing, Vol. 15. https://doi.org/10.1007/978-3-319-12697-5_15

Crippen, C., & Brew, L. (2016). *Intercultural Parenting and the Transcultural Family: A Literature Review*. The Family Journal, 15(2), 107-115. <https://doi.org/10.1177/1066480706297783>

Fryling, M., Johnston, C., & Hayes, L. (2011). *Understanding Observational Learning: An Interbehavioral Approach*. The Analysis Of Verbal Behavior, 27(1), 191-203. <https://doi.org/10.1007/bf03393102>

Karen L. Milheim. (2012). *Toward a Better Experience: Examining Student Needs in the Online Classroom through Maslow's Hierarchy of Needs Model*. Journal of Online Learning and Teaching, 8(2), 159-171. <http://www.informaworld.com/openurl?genre=article&doi=10.1080/713688409&magical=crossref%7C%7CD404A21C5BB053>

Perez-Gramaje, A. F., Garcia, O. F., Reyes, M., Serra, E., & Garcia, F. (2020). *Parenting styles and aggressive adolescents: Relationships with self-esteem and personal maladjustment*. The European Journal of Psychology Applied to Legal Context, 12(1), 1-10. <https://doi.org/10.5093/ejpalc2020a1>

Raman, D. (2006). *Cultural Identity and Child Health*. Journal Of Tropical Pediatrics, Vol. 52(No. 4). <https://doi.org/10.1093/tropej/fml034>

Sanaria, A. (2004). *Conformity & Norms: The Individual Perspective*. Journal Of Developmental Psychology, Vol. 21. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.4957.8329>

Schuff, H. (2016). *Supporting Identity Development in Cross-Cultural Children and Young People: Resources, Vulnerability, Creativity*. FLEKS - Scandinavian Journal Of Intercultural Theory And Practice, 3(1). <https://doi.org/10.7577/fleks.1687>

Weiten, Wayne. 2014. *9th edition psychology themes and variations, briefer version*. Canada: Wadsworth Cengage Learning.

Xiang, Y., & Colson, T. (2018). *Childrearing Experiences in Cross-national Families*. International Journal Of The Whole Child, Vol. 3(No. 1).

Perbedaan Generasi Baby Boomers dan Generasi X Dalam Menghadapi Society

5.0

Differences between Baby Boomers and Generation X in Facing Society 5.0

HIKMIA UMAYATUL ADIBAH

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Email: ¹hikmiaadibah95@gmail.com

Abstrak: Perkembangan teknologi saat ini telah memasuki era *society 5.0*, yakni konsep dimana masyarakat disebut *human centered* dengan berbasis teknologi informasi. Berbeda dari masa 4.0 yang lebih berdampak pada bidang teknologi informasi, era 5.0 justru menciptakan nilai baru yang akan menghilangkan kesenjangan sosial, usia, jenis kelamin, bahasa dan menyediakan produk dan layanan khusus yang dirancang untuk kebutuhan masyarakat. Dengan begitu, hal ini tentu tidak hanya akan dirasakan oleh mereka yang berada pada bidang industri saja, namun mereka yang juga bekerja dalam bidang pendidikan, kesehatan, transportasi, tata kota, dan pertanian ikut merasakan perubahan zaman pada era 5.0. Melalui *literatur review* ini, penulis mencoba mengkaji revolusi peradaban 5.0 dari perspektif psikologi, serta sikap adaptif yang harus dimiliki dalam menghadapi perkembangan era menjadi *society 5.0*. Penulis berharap kedepannya akan lebih banyak literatur yang membahas mengenai revolusi peradaban 5.0, dimana pengambilan data dapat langsung dilakukan pada individu yang sesuai kriteria penelitian, sehingga hasil yang didapatkan akan tervalidasi dan sesuai dengan tujuan penelitian.

Kata Kunci: *society 5.0; human centered; perkembangan teknologi*

Abstract: The current technological development has entered the era of society 5.0, which is a concept in which the community is called a human center based on information technology. Different from the 4.0 era which had more impact on the industrial sector, the 5.0 era actually created new values that would eliminate social, age, gender, language gaps and provide special products and services designed for the needs of society. That way, this will certainly not only be felt by those in the industrial sector, but those who also work in the fields of education, health, transportation, urban planning, and agriculture will also feel the changes in the 5.0 era. Through this literature review, the author tries to examine the civilization revolution 5.0 from an educational psychology and perspective social psychology, as well as the adaptive attitude that must be had in facing the development of the 4.0 era into a 5.0 society. The author hopes that in the future there will be more literatur that discusses the 5.0 civilization revolution, where data collection can be directly carried out on individuals who match the research criteria, so that the results obtained will be validated and in accordance with the research objectives.

Keywords: *society 5.0; human centered; education and social.*

PENDAHULUAN

Pentingnya kehidupan yang lebih baik dari generasi ke generasi saat ini sudah semakin banyak disadari. Hal ini terbukti dengan seiring berkembangnya era teknologi informasi yang telah memasuki 5.0. melalui society 5.0 disebut sebagai *human center* yaitu kecerdasan buatan dengan menuntut individu untuk lebih berpikir kritis. Dalam metode pengajar pun dari yang sebelumnya *teacher center* saat ini lebih banyak berpusat pada mahasiswa yaitu *student center*, yakni kondisi dimana mahasiswa dituntut untuk lebih mandiri dengan berpikir kritis. Hal ini dapat membantu individu dalam menjalani kehidupan lebih bermakna (Setiawan & Lenawati, 2020).

Berbeda dengan era 4.0 yang berfokus pada kecanggihan teknologi dan informasi, dampak dari adanya society 5.0 dapat dirasakan oleh semua kalangan. Kemajuan globalisasi inilah yang disebut *super smart society*, yaitu kemampuan teknologi yang kuat. Tuntutan untuk dapat cepat beradaptasi pada teknologi informasi tidak hanya menjadi tuntutan generasi milenial sebagai penerus, melainkan karyawan yang tergolong kategori baby boomers (Setiawan & Lenawati, 2020). Hal ini tentu menjadi tantangan tersendiri, keadaan dimana individu harus bertahan hidup dengan mengikuti perkembangan, segala lapisan generasi dituntut untuk memiliki sikap cermat dan adaptif dalam menyikapi setiap perubahan zaman.

Konsep society 5.0 ditemukan pertama kali oleh pemerintah Jepang, sebagai upaya

untuk mempermudah kehidupan masyarakat setempat. Menurut (Fukuyama, dalam Hendarsyah 2019). Society 5.0 dirumuskan dalam Rencana Dasar Sains dan Teknologi kelima oleh Dewan Sains, Teknologi dan Inovasi, dan disetujui oleh keputusan Kabinet pada Januari 2016. Melalui society 5.0 juga nilai-nilai baru yang diciptakan akan menghilangkan kesenjangan regional, usia, jenis kelamin dan bahasa (Hendarsyah, 2019). Hal ini akan memunculkan penyediaan produk dan layanan yang bergam untuk masyarakat. Dengan makna lain, individu akan meningkatkan kualitas diri dan kualitas produk demi mencapai standard tertentu.

Menurut (Lancaster & Stillman, 2002) terdapat tiga generasi yang dapat dikelompokkan, yaitu generasi baby boomers (1946-1964), generasi X (1965-1980), generasi Y (1981-1999). Penelitian lain dari (Martin & Tulgan, 2002) mengemukakan bahwa terdapat *silent generation* (1925-1942), baby boomers (1946-1964), generasi X (1965-1977), dan millenials (1978-2000). Penelitian terbaru dari (Oblinger & Oblinger, 2005) mengelompokkan generasi matures (<1946), baby boomers (1947-1964), generasi X (1965-1980), generasi Y (1981-1995), dan post millenials (1995-sekarang).

Setiap generasi memiliki keunikan dan ciri khasnya sendiri, secara keseluruhan generasi baby boomers mempercayai adanya peluang, sehingga seringkali terkesan idealis untuk membuat perubahan yang positif. sikap kompetitif dan terkadang mencari cara untuk melakukan perubahan sistem yang lebih sesuai. generasi X yang tertutup, *independent*,

dan potensial untuk tidak bergantung pada orang lain. selanjutnya generasi millenials adalah individu yang memiliki ciri khas dalam menghargai adanya perbedaan, menyukai kerjasama, dan realistik dalam menjalani kehidupan (Lancaster & Stillman, 2002).

Seiring berkembangnya zaman, setiap generasi memiliki keistimewaan dalam bekerja bahkan ketika menyikapi persoalan dalam hidup. Maka dari itu generasi society 5.0 bertujuan untuk menciptakan kesejahteraan masyarakat, dengan meningkatkan kualitas individu dalam menghadapi permasalahan sosial pada setiap individu dari berbagai generasi. Pemahaman yang diyakini berdasarkan kejadian dimasa lalu dan budaya yang juga mempengaruhi tindakannya saat ini (Nobel & Schewe, 2003 dalam Putra 2016).

METODE PENELITIAN

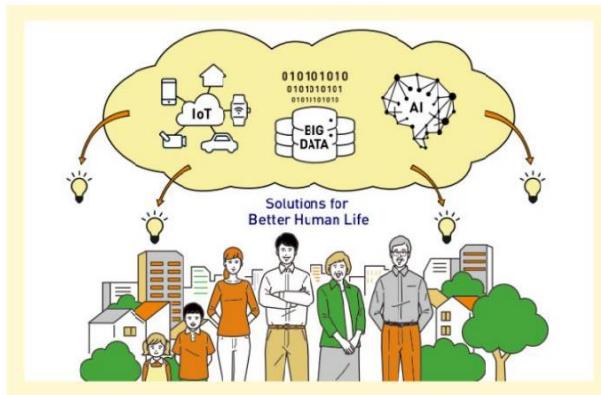
Pada penelitian ini, penulis menggunakan *literatur review* dari berbagai acuan jurnal dan penelitian linear yang pernah dilakukan sebelumnya. Metode ini dipilih untuk menggambarkan revolusi yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penulisan yaitu studi pustaka, dimana penulis mengumpulkan literatur yang berhubungan dengan topik ini, kemudian penulis mengeksplorasi data sesuai dengan pembahasan mengenai dinamika generasi baby boomers dan generasi X dalam menghadapi era society 5.0. Ketika data telah terkumpul, penulis menganalisa konsep dari society 5.0 dan pengelompokan pada setiap generasi

(Raharja, 2019).

Penulis mengumpulkan data yang didapat dari hasil penelitian terdahulu, artikel yang membahas society 5.0, memahami definisi dan keunikan dari generasi baby boomers dan generasi X melalui jurnal ilmiah, sebagai tambahan peneliti juga mengamati lingkungan sekitar sebagai hasil observasi yang dapat menambah perspektif dari penelitian ini. Batasan masalah dari penelitian ini adalah penulis menganalisa data yang relevan dengan topik perbedaan generasi, terutama generasi baby boomers dan generasi X dalam menghadapi era society 5.0 melalui metode penelitian *literatur review*.

HASIL

Perbandingan industri dari masa ke masa memunculkan perbedaan cara kerja dalam menghadapi society 5.0, dimana sebelumnya terdapat society 1.0 (pemburuan), society 2.0 pertanian, society 3.0 (industri), society 4.0 (teknologi informasi), dan tahun ini society 5.0 yaitu, merupakan konsep yang dikembangkan untuk menjadikan individu sebagai ‘super smart people’ dengan memberdayakan individu agar dapat mengoptimalkan pemanfaatan *Internet of Thing, Big Data, dan Artificial Intelligence*.



Gambar 1. Society 5.0

SIMPULAN

Pada generasi baby boomers dan generasi X dapat disimpulkan bahwa maksud dan tujuan Jepang dalam mencetuskan society 5.0 yang semula hanya untuk masyarakat Jepang, namun dapat diterapkan untuk seluruh negara di dunia. Peluang keberhasilan ketika individu dari berbagai generasi sadar akan manfaat society 5.0, yaitu individu dapat dengan mudah melihat peluang yang tepat, sehingga tidak hanya berpengaruh positif terhadap perkonomian saja, melainkan level pekerjaan dari berbagai bidang. Oleh sebab itu, kualitas individu dari berbagai generasi diharapkan dapat menyelesaikan setiap permasalahan dengan mampu berpikir kritis dan mendalam.

Tidak ada jawaban benar atau salah bagi generasi dalam mempersiapkan dan menjalani manfaat dari society 5.0. Proses penyesuaian dan adaptasi tiap individu bisa saja berbeda, yang terpenting individu sadar akan pentingnya era society 5.0 dan dapat memanfaatkannya dengan optimal.

DISKUSI

Pada ilustrasi society 5.0 diatas, (Setiawan & Lenawati, 2020) menggambarkan Internet of Things (IoT) berupa kecanggihan alat komunikasi hingga camera drone, pengiriman barang hingga perawatana medis yang memadai merupakan bagian dari Artificial Intelligence (AI). Semua akan disimpan dan dikelola ke dalam Big Data, lalu dikirim menggunakan IoT. Terdapat robot dan sensor yang dioptimalkan dengan tujuan inspeksi dan perawatan infrastruktur.

Secara empiris setiap masyarakat pada setiap generasi memiliki pemahaman mengenai potensi dan inovasi dengan mengevaluasi pengelompokan generasi dari waktu ke waktu (Savaneviciene, 2019). Generasi baby boomers era society 5.0 di Amerika Utara telah menghadapi masa pensiun dan menurut laporan eurostat (2018), individu berada pada usia 65 tahun ke atas sebesar 29,1% dari 30% untuk populasi tahun 2080. Hal ini dirasa terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2017 yaitu 19,4%. Di Negara Lituania, pada tahun 2007-2017 penduduk dengan usia >65 tahun telah meningkat sebanyak 2,7%. Melalui data tersebut dapat disimpulkan bahwa populasi masyarakat generasi baby boomers tergolong berada pada jumlah yang cukup banyak, yaitu hampir 30%. tren society 5.0 menjadi tantangan tersendiri untuk masyarakat baby boomers dapat bertahan, terlebih bagi mereka yang telah berhenti bekerja (Savaneviciene, 2019).

Menurut (Nichols & Wright, 2018)

penggolongan generasi yang terbagi menjadi empat, yaitu Baby Boomers, Generasi X, Generasi Y, dan Generasi Z telah berinovasi dalam bidang sains dan teknologi, semua ini dilakukan untuk meningkatkan perekonomian dan kualitas bagi tiap individu. Tidak seperti generasi baby boomers, mereka yang terlahir pada tahun 1965-1977 yaitu generasi X yang tergolong masih aktif bekerja memiliki lebih besar kemungkinan dalam berhasil mengikuti tren society 5.0. Hal ini juga dapat bermanfaat sebagai perbekalan ketika individu pada 5-10 tahun mendatang telah pensiun dari pekerjaan atau bahkan untuk generasi baby boomers agar dapat bertahan dalam menghadapi fase hidup. Dalam hal alat dan teknologi, perkembangan 5.0 juga dapat bermanfaat bagi masyarakat generasi sebelumnya. Dalam kehidupan sehari-hari kawat gigi yang identik dengan gaya anak muda. Pada perkembangan era society memunculkan penemuan berupa *aligner gigi*, dengan hasil dan manfaat yang sama, waktu penggunaan yang lebih singkat, dan berkurangnya rasa sakit di mulut. Individu dimudahkan dengan adanya dua pilihan tersebut.

- Amherst, MA: HRD Press. Nichols, Th., & Wright, M. (2018). Generational differences: understanding and exploring generation Z. 2017-2018 Officers President President-Elect: 177–185.
- Savaneviciene. (2019). *Individual Innovativeness of Different Generations in the Context of the Forthcoming Society 5.0 in Lithuania*. Inzinerine Ekonomika-Engineering Economics, 2019, 30(2).
- Hendarsyah. (2019). *E-Commers di Era Industri 4.0 dan Society 5.0*. IQTISHADUNA: Jurnal Ilmiah Ekonomi Kita.
- Setiawan, D. & Lenawati. (2020). *Peran Dan Strategi Perguruan Tinggi Dalam Menghadapi5.Era Society 5.0*. Madiun. Journal of Computer, Information System, & Technology Management.
- Raharja, H.Y. (2019). *Relevansi Pancasila Era Industri 4.0 dan Society 5.0 di Pendidikan Tinggi Vokasi*. Batam. *Journal of Digital Education, Communication, and Arts*, 2(1).
- Putra, Y.S. (2016). *Theoretical Review : Teori Perbedaan Generasi*. Salatiga. Among Makarti, 9(18).

DAFTAR PUSTAKA

- Lancaster, L. C. and Stillman, D. (2002). *When Generations Collide. Who They Are. Why They Clash. How to Solve the Generational Puzzle at Work*. New York: Collins Business.
- Martin, C. A. and Tulgan, B. (2002). *Managing the Generational Mix*.

Gambaran Empati pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Empathy on Medical Faculty Students

DILA RIZQI PRIMASARI¹, SISKA OKTARI², IZZANIL HIDAYATI³

Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

Email: ¹dilarizqi@gmail.com

Abstrak. Salah satu tujuan dari Perguruan Tinggi adalah dimilikinya *softskill* oleh mahasiswa. Empati merupakan salah satu *softskill* yang dibutuhkan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran yang akan menjadi penyedia layanan kesehatan nantinya. Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat empati mahasiswa kesehatan dan penyedia layanan kesehatan masih rendah. Penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran empati mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Penelitian ini dilakukan pada 218 orang mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan teknik pengambilan sampel proporsional berstrata. Alat ukur yang digunakan adalah adaptasi skala Interpersonal Reactivity Index oleh Hadi (2018) yang diadaptasi dari skala *Interpersonal Reactivity Index* oleh Davis (1983). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Berdasarkan hasil penelitian, mean skor mahasiswa Fakultas Kedokteran adalah 78,94. Kemudian, aspek dengan mean tertinggi adalah aspek *empathic concern* dengan mean 22,8. Berdasarkan jenis kelamin, mahasiswa perempuan memiliki mean skor 79,49 dan mahasiswa laki-laki memiliki mean skor 75,85, dan hasil analisis statistik variabel jenis kelamin menunjukkan perbedaan mean skor yang signifikan ($p = 0,008$). Berdasarkan hasil tersebut, mean skor mahasiswa Fakultas Kedokteran berada pada kategorisasi empati yang tinggi. Terdapat perbedaan yang signifikan antara mean skor mahasiswa perempuan dan mahasiswa laki-laki, dimana mahasiswa perempuan memiliki mean skor yang lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki.

Kata Kunci : Empati, Fakultas Kedokteran, Mahasiswa.

Abstract. One of the goals of higher education is the students having soft skills. Empathy is one of the soft skill that are needed by Medical Faculty students who will become health care providers in the future. Previous researches shows that the level of empathy for health students and health care providers is still low. This study was conducted to see an overview of empathy in Universitas Andalas Medical Faculty students. This research was conducted on 218 students of Medical Faculty with sampling technique used is proportionate stratified random sampling. The measuring instrument used is an adaptation of Interpersonal Reactivity Index by Hadi (2018) adapted from Interpersonal Reactivity Index by Davis (1983). The research method used in this research is descriptive quantitative. Based on research results, the mean score of Medical Faculty students is 78,94. Then, the aspect with highest mean is empathic concern with 22,8 mean score. Based on gender, female students has a mean score of 79,49 and male students has a mean score of 75,85, and the statistical result of gender variable analysis show a significant difference in mean scores ($p = 0,008$). Based on these results, the mean score of Medical Faculty students were in the high empathy categorization. There was a significant difference between the mean scores of female students and male students, where female students has a higher mean score than male students.

Key words: College Students, Empathy, Medical Faculty.

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional, tujuan dari pendidikan nasional adalah “Untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggungjawab”. Lalu, salah satu tujuan dari Pendidikan Tinggi menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi adalah “Berkembangnya potensi Mahasiswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, terampil, kompeten, dan berbudaya untuk kepentingan bangsa”.

Berdasarkan tujuan-tujuan tersebut, Perguruan Tinggi tidak hanya mementingkan kemampuan, keterampilan atau pengetahuan secara akademis atau lebih dikenal sebagai *hard skill* dari mahasiswa. *Soft skill* yang merupakan kemampuan, keterampilan, dan sifat-sifat yang berhubungan dengan kepribadian, sikap, dan perilaku selain pengetahuan formal dan teknis (Mahasneh & Tabet, 2015) juga merupakan kemampuan yang dianggap penting.

Universitas Andalas merupakan salah

satu perguruan tinggi yang menekankan pentingnya *soft skill* mahasiswa. Hal ini bisa dilihat dari pembentukan Karakter Andalasian yang merupakan nilai-nilai yang dianut dan menjadi sumber inspirasi yang mewarnai aspek sikap, perilaku, dalam berfikir, berbuat dan bertindak oleh warga Universitas Andalas. Pada tahun 2015, Pelatihan Karakter Andalasian yang dikembangkan oleh dosen-dosen Universitas Andalas sendiri dimulai. Pelatihan Karakter Andalasian ini diharapkan menghasilkan mahasiswa yang memiliki karakter Sabar, Empati, Jujur, Adil, Tanggung jawab, dan Ikhlas yang disingkat SEJATI. Enam keterampilan ini diharapkan dimiliki oleh semua mahasiswa Universitas Andalas, termasuk mahasiswa Fakultas Kedokteran yang memiliki Program Studi Pendidikan Profesi Dokter, Program Studi Psikologi, dan Program Studi Kebidanan yang akan menjadi penyedia layanan kesehatan nantinya. Untuk menjalankan profesinya dengan baik, penyedia layanan kesehatan membutuhkan empati, dimana penyedia layanan kesehatan yang memiliki empati yang baik akan memberikan kualitas pelayanan yang baik (Suharmiati, Suratmi & Pebryatie, 2018).

Davis (1983) mendefinisikan empati sebagai kemampuan individu untuk memberikan respon kognitif dan afektif yang kemudian dapat menjadi perilaku sosial yang ditujukan kepada orang lain yang muncul karena adanya pemparan terhadap pengalaman orang lain tersebut. Davis (1983) kemudian menjelaskan

lebih lanjut mengenai empati melalui aspek-aspeknya. Pertama, yaitu *perspective taking* atau kecenderungan mengambil pandangan psikologis orang lain. Kedua, *fantasy* atau kecenderungan untuk menempatkan diri secara imajiner pada perasaan dan sikap karakter fiktif. Ketiga, *empathic concern* atau perasaan simpati dan perhatian terhadap orang lain yang kurang beruntung. Terakhir, *personal distress* atau kecenderungan menanggapi kemalangan orang lain dengan rasa cemas dan gelisah.

Empati memiliki dampak yang positif terkait dengan beberapa hal pada individu. Hal-hal tersebut adalah altruisme (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley, & Birch dalam Baron & Branscombe, 2012), penyesuaian sosial (Gleason, Jensen-Campbell, & Ickes, 2009), dan perasaan bahagia (Smith, Keating, & Stotland, 1989). Beberapa penelitian lain juga menemukan dampak dari tingginya empati, yaitu memberikan rasa nyaman, harapan dan *sense of control* pada orang lain (Montgomery dalam Jeffrey, 2019), membuat individu merasa lebih tercukupi dan berkurangnya burnout (Jackson et al., 2008), mengurangi stres (Larson & Yao, 2005; Neuman et al., 2007; Hegazi & Wilson, 2013; Gleichgerrcht & Decety, 2014), dan meningkatkan pemaafan (Lestari & Agung, 2016). McDonald dan Messinger (2011) juga menemukan bahwa empati memiliki dampak pada dua hal yaitu perilaku terhadap orang lain dan hubungan sosial. Perilaku terhadap orang lain meliputi penginternalisasian nilai-nilai, perilaku prososial dan altruistik. Sedangkan

hubungan sosial meliputi peningkatan kompetensi sosial, dan peningkatan kualitas hubungan.

Beberapa penelitian mengenai empati secara umum juga telah dilakukan oleh beberapa peneliti terdahulu. Howick et al. (2018) menemukan bahwa penyedia layanan kesehatan yang memiliki tingkat empati yang tinggi cenderung membawa kemajuan kecil bagi berbagai kondisi psikologis dan fisik pasien, juga meningkatkan kepuasaan pasien. Secara khusus, bagi dokter, empati dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap rencana pengobatan (Hojat, Louis, Maio & Gonnella, 2013; Del Canale et al., 2012) dan meningkatkan hasil klinis (Stepien & Baernstein, 2006; Blasi, Harkness, Ernst, Georgiou & Kleijnen, 2001). Lalu, bagi psikolog, empati dapat meningkatkan kepercayaan diri pada kemampuan konseling (Khattar & Gawali, 2014). Kemudian, bagi bidan, empati berperan besar dalam membuat pengalaman positif saat melahirkan (Moloney & Gair, 2015) juga meningkatkan kontrol dalam melahirkan, kepercayaan diri, rasa aman, dan partisipasi ibu lalu membangun rasa saling percaya antara bidan dan ibu juga memberikan semangat bagi ibu (Lundgren & Berg, 2007).

Dampak-dampak empati terhadap individu akan memberikan dampak yang positif pada mahasiswa kesehatan maupun penyedia layanan kesehatan. Meskipun memiliki dampak yang positif pada individu, beberapa penelitian menemukan bahwa empati belum ditemukan pada tingkat yang tinggi pada penyedia layanan

kesehatan (Moloney & Gair, 2015; Hubung, 2015; Suryowati, 2017) dan mahasiswa kesehatan (Anna, 2012; Neuman et al., 2011; Haque et al., 2018).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat terlihat bahwa empati memiliki dampak positif bagi individu dan bagi penyedia layanan kesehatan secara umum, namun sayangnya data menunjukkan bahwa empati pada mahasiswa kesehatan dan penyedia layanan kesehatan masih tergolong rendah. Selain itu, pada masa pandemi ini empati juga akan dibutuhkan bagi tenaga kesehatan dalam bekerja. Sama halnya dengan mahasiswa kesehatan yang nantinya akan bekerja sebagai tenaga kesehatan ataupun yang telah menjadikan dirinya relawan. Kemudian, Universitas Andalas sendiri telah memberikan Pelatihan Karakter Andalasian kepada mahasiswa yang hasilnya mengharapkan mahasiswa memiliki karakter SEJATI (Sabar, Empati, Jujur, Adil, Tanggung Jawab, dan Ikhlas) yang dimana empati adalah salah satunya. Penelitian mengenai empati pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sendiri belum pernah dilakukan sedangkan empati merupakan salah satu karakter yang diperlukan dan sudah diberikan pelatihan sebelumnya. Oleh karena itu, peneliti memilih melakukan penelitian mengenai empati pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

METODE

Responden penelitian. Responden penelitian terdiri dari 218 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020. Untuk mendapatkan hasil yang lebih umum, peneliti mengambil responden dari setiap angkatan menggunakan teknik *sampling* pengambilan sampel proporsional berstrata.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* atau survei untuk mengambil informasi dari responden

Instrumen penelitian. Penelitian ini menggunakan Skala *Interpersonal Reactivity Index* yang diadaptasi dan dimodifikasi oleh Hadi (2018) dari Davis (1983) dengan 21 aitem. 6 aitem pada aspek *perspective taking*, 4 aitem pada aspek *fantasy*, 6 aitem pada aspek *empathic concern*, dan 5 aitem pada aspek *personal distress*. Skala ini merupakan skala *likert* dengan respon sangat tidak sesuai, tidak sesuai, netral, sesuai dan sangat sesuai. Bobot penilaian dimulai dari 1 sampai 5 untuk *favorable* dan 5 sampai 1 untuk *unfavorable*. Kategorisasi penilaian skor terdiri dari kategori rendah yaitu di bawah 49, sedang yaitu $49 \leq X < 76$, dan tinggi yaitu $77 \leq X$.

Prosedur penelitian. Uji coba penelitian dilakukan sebanyak 2 kali pada 7 - 26 April 2021 dan 4 - 6 Mei 2021. Kemudian penelitian dilaksanakan pada 6 - 27 Mei 2021. Proses pengambilan data dilakukan secara *online* melalui *Google Form*.

Analisis data. Data yang didapatkan diolah dengan menggunakan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* 22 for

Windows.

HASIL

Tabel 1.1 Deskripsi Statistika Skor Hipotetik Empati

Variabel	Skor Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
Empati	21	105	63	10,5

Tabel 1.2 Deskripsi Statistika Skor Empirik Empati

Variabel	Skor Hipotetik			
	Min	Max	Mean	SD
Empati	57	97	78,94	7,4

Berdasarkan hasil yang didapatkan, *mean* skor empirik (Tabel 1.2) empati mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas lebih tinggi daripada skor hipotetik (Tabel 1.1). Hal ini menunjukkan bahwa *mean* skor empati mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berada pada kategorisasi yang tinggi dengan penyebaran sebagai berikut:

Tabel 1.3 Penyebaran Skor Empati Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

Kategorisasi	Frekuensi (%)
Rendah ($X < 49$)	0(0)
Sedang ($49 \leq X < 77$)	82(37,6)
Tinggi ($77 \leq X$)	136(62,4)
Jumlah	218(100)

Tabel 1.4 Mean Skor Aspek Skala

Interpersonal Reactivity Index

Skala	Aspek	Mean
<i>Interpersonal Reactivity Index</i>	<i>Perspective Taking</i>	22,8
	<i>Fantasy</i>	15
	<i>Empathic Concern</i>	23,52
	<i>Personal Distress</i>	17,61

Aspek dengan *mean* tertinggi yaitu *empathic concern* yaitu perasaan simpati dan khawatir yang berorientasi pada orang lain untuk orang lain yang sedang mengalami kemalangan (Davis, 1983). Kemudian diikuti dengan aspek *perspective taking*, lalu *personal distress* dan terakhir *fantasy*.

Tabel 1.5 Perbandingan Mean Skor Hasil Empati Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	N	M	Sig.	Ket.
Laki-laki	34	75,85	0,008	Terdapat perbedaan
Perempuan	184	79,49		

Terdapat perbedaan yang signifikan antara skor empati mahasiswa perempuan dengan mahasiswa laki-laki dimana mahasiswa perempuan memiliki *mean* skor yang lebih tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas memiliki rata-rata skor yang berada pada kategorisasi tinggi dengan aspek yang memiliki *mean* paling tinggi adalah *empathic concern*. Lalu, terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor

mahasiswa laki-laki dan perempuan dimana mahasiswa perempuan memiliki skor yang lebih tinggi.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan hasil bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas memiliki empati yang tinggi. Hal ini memungkinkan mahasiswa untuk mengambil sudut pandang orang lain untuk memahami sudut pandang orang lain tersebut, memahami perasaan orang lain, memiliki perasaan simpati dan khawatir terhadap orang lain dan merasakan cemas dan tidak tenang jika orang lain mengalami kemalangan. Tingginya tingkat empati ini diharapkan dapat menjadi bekal bagi mahasiswa untuk kedepannya.

Penelitian ini menggunakan angket skala yang bersifat *self report* yang memiliki beberapa kekurangan karena responden dapat memberikan respon yang dilebihkan atau tidak sesuai sama sekali yang diakibatkan oleh keinginan untuk terlihat lebih baik, respon yang cenderung selalu setuju atau selalu tidak setuju tanpa melihat konteks dari pernyataan yang diakibatkan oleh salah satu sifat dari kepribadian individu yang berhubungan dengan sifat impulsif dan konformitas, dan respon yang ekstrim dimana individu cenderung memilih pilihan paling awal atau paling akhir yang dikarenakan oleh faktor emosional, ambiguitas, dan keinginan atau tekanan untuk memberikan hasil cepat (Paulhus

& Vazire, 2007). Hal ini menjadi salah satu kekurangan penelitian karena adanya kemungkinan-kemungkinan yang disebutkan di atas. Oleh karena itu, hal ini dapat menjadi pertimbangan untuk menyimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas memiliki tingkat empati yang tinggi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa penelitian lain yang juga menggunakan angket skala *self report* yang menunjukkan bahwa empati mahasiswa Fakultas Kedokteran tergolong tinggi (Nugroho, Pasiak, & Tanudjaja, 2016; Runtuwarow, Pasiak, & Ticoalu, 2017; Listiyandini et al., 2017). Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menunjukkan empati pada mahasiswa Fakultas Kedokteran tergolong rendah yaitu penelitian Haque et al. (2018) yang menggunakan metode *self report*, penelitian Neuman et al. (2011) yang menggunakan metode *systematic review* dan artikel yang ditulis oleh Anna (2012) yang membahas hasil tes psikometri mahasiswa Fakultas Kedokteran UI.

Pada penelitian ini juga didapatkan hasil bahwa empati mahasiswa perempuan lebih tinggi daripada mahasiswa laki-laki. Hal ini sesuai dengan pendapat Davis (1983) dan Koestner, Franz, dan Weinberger (1990) yang mengatakan bahwa perempuan memiliki tingkat empati yang lebih tinggi daripada laki-laki juga penelitian Nugroho et al. (2016), Runtuwarow et al. (2017), Listiyandini et al. (2017), dan Arumi et al. (2017) yang menunjukkan bahwa

perempuan memiliki tingkat empati yang tinggi daripada laki-laki.

Penelitian ini menggunakan metode *self report* yang memiliki beberapa kekurangan, bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan metode lain atau menggabungkan metode ini dengan metode lain sehingga hasil yang didapatkan lebih terpercaya. Lalu, penelitian ini hanya meneliti empati secara kuantitatif sehingga gambaran empati secara mendalam belum didapatkan, bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian dengan metode eksplorasi untuk melihat gambaran empati secara mendalam. Kemudian, dari penelitian ini didapatkan aspek dengan rata-rata tertinggi adalah *empathic concern* dan aspek dengan rata-rata terendah adalah *fantasy*. Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian mengenai aspek-aspek empati yang lebih mendalam atau kaitan aspek-aspek empati dengan faktor-faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anna, L. K. (2012, 24 Februari). *Rasa empati calon dokter rendah*. *Kompas.com*. Retrieved from <https://lifestyle.kompas.com>
- Arumi, M. S., Sulistian, M. A., Parmono, H. S., Ratnasari, S., Atika, F., & Ningrum, P. S. (2017). *Empati mahasiswa Psikologi*. *Jurnal Psiko Bhara*, 1(2), 137-157.
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social Psychology 13th Edition*. New Jersey, NJ: Pearson Education.
- Blasi, Z. D., Harkness, E., Ernst, E., Georgiou A., & Kleijnen, J. (2001). *Influence of context effects on health outcomes: A systematic review*. *The Lancet*, 357, 757-762.
- Canale, S., Louis, D. Z., Maio, V., Wang, X., Rossi, G., Hojat, M., & Gonnella, J. S. (2012). *The relationship between physician empathy and disease complications: An empirical study of primary care physicians and their diabetic patients in Parma, Italy*. *Academic Medicine*, 87(9), 1243-1249.
- Davis, M. H. (1983). *Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
- Gleason, K. A., Jensen-Campbell, L. A., & Ickes, W. (2009). *The role of empathic accuracy in adolescents' peer relations and adjustment*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 997-1011.
- Gleichgerrcht, E., & Decety, J. (2014). *The relationship between different facets of empathy, pain perception and compassion fatigue among physicians*. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 8(243), 1-9.
- Hadi, H. K. (2018). *Pengaruh empati terhadap penerimaan sosial siswa reguler kepada*

- siswa berkebutuhan khusus di SMP Inklusi Bukittinggi (SMP Negeri X Bukittinggi) (Skripsi).* Universitas Andalas, Padang, Indonesia.
- Haque, M., Sa, B., Majumder, M. A. A., Islam, M. Z., Othman, N. S. A. B., Lutfi, S. N. N. B., Kibria, G. M., ... Abdullah, S. L. (2018). *Empathy among undergraduate medical students: A cross-sectional study in one Malaysian public medical school.* *Annals of African Medicine*, 17, 183-188.
- Hegazi, I., & Wilson, I. (2013). *Maintaining empathy in medical school: It is possible.* *Medical Teacher*, 35, 1002-1008.
- Hojat, M., Louis, D. Z., Maio, V., & Gonnella, J. S. (2013). *Empathy and health care quality.* *American Journal of Medical Quality*, 28(1), 6-7.
- Howick, J., Moscrop, A., Mebius, A., Fanshawe, T. R., Lewith, G., Bishop, F. L., ... Onakpoya, I. J. (2018). *Effects of empathic and positive communication in healthcare consultations: a systematic review and meta-analysis.* *Journal of the Royal Society of Medicine*, 0(0), 1-13.
- Hubung, H. (2015). *Kualitas pelayanan kesehatan pada Puskesmas Kampung Baqa Kecamatan Samarinda Seberang Kota Samarinda.* *eJournal Ilmu Administrasi Negara*, 3 (5), 1437-1451.
- Jackson, V. A., Mack, J., Matsuyama, R., Lakoma, M. D., Sullivan, A. M., Arnold, R. M., ... Block, S. D. (2008). A Qualitative study of oncologists' approaches to end-of-life care. *Journal Of Palliative Medicine*, 11(6), 893-905.
- Jeffrey, D. I. (2019). *Exploring empathy with medical students.* Cham: Springer Nature.
- Khattar, T., & Gawali, G. (2014). *The role of empathy in building counselling self-efficacy for counsellors-in-training.* *Journal of Psychological Researches*, 58(1), 49-46.
- Koestner, R., Franz, C., & Weinberger, J. (1990). *The Family Origins of Empathic Concern: A 26-year Longitudinal Study.* *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 709-717.
- Lundgren, I., & Berg, M. (2007). *Central concepts in the midwife-woman relationship.* *Scand J Caring Sci*, 21, 220–228.
- Mahasneh, J., & Thabet, W. (2015). *Rethinking construction curriculum: A descriptive cause analysis for soft skills gap.* *Proceedings of ASC Annual International Conference*.
- McDonald, N. N., & Messinger, D. S. (2011). *The development of empathy: How, when, and why.* *Moral behavior and free will: A neurobiological and philosophical approach.* Coral Gables: University of Miami.
- Moloney, S., & Gair, S. (2015). *Empathy and*

- spiritual care in midwifery practice: Contributing to women's enhanced birth experiences.* *Women and Birth*, 427, 1-6.
- Neumann, M., Edelhäuser, F., Tauschel, D., Fischer, M. R., Wirtz, M., Woopen, C., ... Scheffer, C. (2011). *Empathy decline and its reasons: A systematic review of studies with medical students and residents.* *Academic Medicine*, 86(8), 996-1009.
- Neuman, M., Wirtz, M., Bollschweiler, E., Mercer, S. W., Warm, M., Wolf, J., & Pfaff, H. (2007). *Determinants and patient-reported long-term outcomes of physician empathy in oncology: A structural equation modelling approach.* *Patient Education and Counseling*, 69, 63–75.
- Nugroho, K. M., Pasiak, T. F., & Tanudjaja, G. N. (2016). *Gambaran empati pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2012.* *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, 4(1), 1-7.
- Paulhus, D. L., & Vazire, S. (2007). *The self report method.* In R. W. Ronins, R. C. Fraley, & R. F. Krueger (Eds.), *Handbook of research methods in personality psychology* (pp. 224-239). New York, NY: Guilford.
- Stepien, K. A., & Baernstein, A. (2006). *Educating for empathy.* *Journal of General Internal Medicine*, 21(5), 524-530.
- Smith, S. S., & Richardson, D. (1985). *On deceiving ourselves about deception: Reply to Rubin.* *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 254–255.
- Suharmiati, Suratmi, & Pebryatie, E. (2018). *Peningkatan empati bidan melalui pemeriksaan Leopold dengan komunikasi interpersonal (Modifikasi Oyog) di Puskesmas Kalibuntu Kabupaten Cirebon.* *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 37-47.
- Suryowati, E. (2017, 23 Mei). *Riset Prakarsa: Pasien BPJS Kesehatan merasa dokter kurang peduli.* *Kompas.com*. Retrieved from <https://nasional.kompas.com>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. (2003). Retrieved from <https://kelembagaan.ristekdikti.go.id>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012. (2012). Retrieved from <http://sumberdaya.ristekdikti.go.id>

Mental Inlander, Kata Siapa?

Colonial Mentality, Says Who?

FITRIA ZAHRAH¹, EKO A MEINARNO²

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

Email: ¹meinarno@ui.ac.id

Abstrak. Mental Inlander adalah istilah yang berasal dari periode kolonisasi yang diduga memiliki kaitan dengan reaksi unik bangsa Indonesia dalam mempersepsi kehidupan sosialnya. Konsep ini diajukan oleh setidaknya dua pengkaji kebudayaan Indonesia yakni Mochtar Lubis dan Koentjaraningrat. Peneliti hendak menguji mentalitas inlander ini dengan skala *Appropriated Racial Oppression Scale* (AROS, 2014) pada responden dewasa muda. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 124 orang, berumur 16-24 tahun ($M = 20,91$). Hasil pengukuran menunjukkan skor 59,22 dengan $SD = 15,4177$. Penemuan penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan gambaran keberadaan mentalitas inlander dan juga utilisasi alat ukur AROS di Indonesia. Kajian yang lebih mendalam sangat diperlukan.

Kata kunci: *internalized oppression*, mental inlander, Indonesia.

Abstract. *Colonial Mentality is a term that originated from a colonization period and is suspected to be related to how Indonesians react to how they perceive their social life. This concept is brought by at least two Indonesian cultural practitioners, Mochtar Lubis and Koentjaraningrat. This research aims to test the existence of colonial mentality using the Appropriated Racial Oppression Scale (AROS, 2014) on a group of young adults. This research consists of 124 participants aged 16-24 ($M = 20.91$). This results in a score of 59,22 with a standard deviation of 15,42. The findings of this study can be used to describe how the concept of colonial mentality manifests and the utilization of AROS in Indonesia. Deep discussions are in urgency for this topic.*

Key words: *internalized oppression*, *colonial mentality*, *Indonesia*.

PENDAHULUAN

Kenapa kita mengajak orang *bule* berfoto? Kenapa kita menggunakan frasa “seperti bule” sebagai pujian? Kenapa kita membanggakan fitur fisik kulit putih?

Pertanyaan-pertanyaan ini, menurut pegiat ilmu poskolonialisme, dapat dijawab melalui konsep mental kolonial yang dikategorikan sebagai perasaan inferior yang terinternalisasi dan perasaan ingin menjadi penjajah (Fanon dalam Rangel, 2014). Term ini, sudah disadari dan dibicarakan sejak awal Indonesia merdeka, namun pendekatan akademis untuk melihat keberadaan hal ini masih sangat sedikit, terutama di Indonesia. Indonesia memenuhi karakteristik bangsa yang konon memiliki pola internalisasi opresi karena sudah sekian lama dijajah sebagai bentuk mentalitas inlander, dan hal ini sering dibahas namun terbatas pada portal-portal non-ilmiah (e.g Bayuaji, 2021; Juvano, 2021; Komarudin, 2021). Pembahasan tentang keberadaan mental inlander memang sering dihindari atau dianggap tabu diantara *people of color* atau ras berwarna

dikarenakan dinilai mengindikasikan kelemahan tertentu pada kelompok yang diopresi (Pyke, 2010). Bila memang bangsa Indonesia tidak memiliki hal ini, perlu ada bukti konkret untuk yakin, dibandingkan menghindari keseluruhan pembicaraan mengenai keberadaan mentalitas Inlander. Hal ini dikarenakan, membahas keberadaan mentalitas inlander tidak berarti membuktikan bahwa hal tersebut ada, karena dapat sebaliknya. Membahas ini dapat

diartikan sebagai suatu bentuk usaha untuk menyempurnakan konsep mentalitas kolonial, dan terlebih lagi, pembahasan ini dapat mendekatkan kita kepada identitas bangsa yang sesungguhnya.

Dalam studi identitas rasial pada ras berwarna, konsep mental inlander dapat disetarakan dengan *internalized oppression*. Pembahasan yang ekstensif sudah dilakukan untuk membuktikan bahwa mereka yang berada pada kelompok dominan atau yang memimpin, melimitasi kebebasan personal dan intelektual bagi mereka yang berada di kelompok subordinat ataupun tertindas, sehingga memunculkan perasaan takut dan *self-deprecation* (Prilleltensky & Gonick, 1996). Konsep *internalized oppression* sendiri merujuk pada watak yang dimiliki oleh individu yang menjadi subjek opresi. Salah satu contoh watak yang dimaksud dalam konsep *internalized oppression* adalah perasaan negatif atau lemah terkait bangsa sendiri yang dipercaya hasil internalisasi dari opresi (Sonn & Fisher, 2000).

Implementasi dari konsep *internalized oppression* sebenarnya sudah lama menjadi pembahasan banyak pemikir dan budayawan ternama Indonesia, dan memberikan bukti kuat keberadaan mentalitas ini dalam diri masyarakat Indonesia. Mochtar Lubis dalam pidato kebudayaannya pada tahun 1977 menyampaikan enam ciri sifat manusia Indonesia sebagai bangsa yang kian lama dijajah. Salah satu diantaranya ciri

manusia Indonesia ini adalah apa yang ia sebut sebagai ‘watak lemah’ (Lubis, 2001). Koentjaraningrat (1978) menyampaikan pandangan serupa tentang manusia Indonesia yang memiliki watak lemah yang perwujudannya adalah sifat tak percaya dengan diri sendiri.

Profil kepribadian masyarakat Indonesia sebagai “watak lemah” dihadapkan dengan tanggapan yang beragam, salah satunya dari Sarlito Wirawan Sarwono yang menyanggah dengan pernyataan bahwa ciri Manusia Indonesia yang dipaparkan oleh Mochtar Lubis tidak didasarkan pada penelitian yang ilmiah (Lubis, 2013). Namun, karena memang belum ada temuan pasti mengenai keberadaan mentalitas ini yang diukur secara konkret dan sistematis (dalam bentuk instrumen psikologis), tanggapan ini diberikan dalam bentuk pengamatan yang cenderung personal. Pandangan oposisi terhadap ciri Manusia Indonesia ini diperlukan untuk memperkaya pemahaman akan konsep ini, atau setidaknya memberikan dorongan tertentu untuk memulai studi yang lebih ilmiah terkait hal ini, yang mana penulis berusaha capai dalam penelitian ini.

Keberadaan dari apa yang disebut *internalized oppression* senada dengan satu konsep besar yang mewarnai diskursus mengenai “watak lemah” yang disebut dengan mental inlander yang secara umum dikaitkan dengan perasaan dan perilaku yang mencerminkan inferioritas secara kebangsaan.

Implementasi dari keberadaan mental inlander atau *internalized oppression* dapat dilihat dari kecenderungan untuk mengutamakan kulit putih sebagai standar kecantikan dalam iklan (Winarni, 2010), *money politic* yang meminggirkan kaum kelas dua dalam negeri (Anshorly, 2008), kecenderungan untuk mengimpor seperti yang dikemukakan oleh Presiden Soekarno dalam pidatonya mengenai Revolusi Mental tahun 1957, hingga persoalan spesifik seperti bagaimana bangsa sendiri merespons cita rasa makanan nusantara yang seringkali dianggap jorok, ndeso, ataupun udik (Budiyanto & Latifah, 2018). Mental inlander adalah konsep yang lazim dibahas dalam lingkup non-formal (e.g., Nurdhania, 2020) namun tidak begitu lazim dalam dunia akademis, terutama dalam disiplin ilmu psikologi. Maka dari itu, *internalized oppression* menjembatani pemahaman tentang mental inlander dengan ruang lingkup bahasan akademis agar dapat memperkaya pengkajian keberadaan mentalitas ini di masyarakat Indonesia. Untuk penelitian awal ini, peneliti mengukur konsep mental inlander ini dengan instrumen Appropriated Racial Oppression (AROS) yang dikembangkan oleh Rangel (2014), dan sejatinya mengukur apa yang penulis sebut sebagai *internalized oppression* pada penelitian ini.

Internalized Oppression

Internalized oppression adalah suatu bentuk internalisasi akan perasaan penerimaan pesan-pesan negatif mengenai

kemampuan dan nilai intrinsik dari anggota kelompok yang terstigmatisasi (Jonas, 2000). Lebih spesifik, internalized oppression didefinisikan sebagai suatu internalisasi akan pandangan negatif anggota kelompok yang lebih dominan oleh seorang anggota kelompok subordinat (terutama dengan deprivasi sosial dan material yang tinggi) dan penerimaan akan posisi subordinat mereka dan perlakuan tidak adil yang diterima sebagai suatu hal yang pantas didapatkan (Krieger, 2000).

Fenomena yang terlihat disebut sebagai “Mentalitas terjajah” ini mulai dikenal sejak adanya pergerakan hak sipil tahun 1960-an dimana beberapa penulis anti-kolonialisme menemukan adanya efek psikologis negatif yang terlihat pada kaum terjajah dalam bentuk rasa inferioritas dan keinginan untuk menjadi lebih mirip dengan penjajah (Fanon dalam Pyke, 2010). Salah satu upaya mengukur efek psikologis dari opresi panjang membentuk apa yang disebut sebagai *appropriated racial oppression* yang diajukan oleh Rangel (2014) melalui alat ukur Appropriated Racial Oppression Scale (AROS) yang secara umum mengukur keberadaan *internalized oppression* dengan fokus pada apropiasi atau internalisasi stereotipe negatif.

Sejarah studi *Internalized Oppression*

Studi tentang *internalized oppression*

diawali dengan studi identitas rasial pada kulit hitam di Amerika Serikat (e.g Horowitz, 1939; Clark & Clark, 1939) Pembahasan yang lebih teoretis dalam melihat apa yang dahulu dianggap *self-hatred* terhadap ras sendiri baru benar-benar dimulai semenjak Thomas dan juga Cross (1971) berusaha untuk melihat tahapan penerimaan identitas pada ras kulit hitam. Terminologi seperti identitas rasial dan juga status ego serta kaitan dari keduanya dikonsepsikan dengan cukup

dalam melalui kedua studi ini. Cross (1971) mengemukakan empat tahapan dalam menerima identitas diri bagi masyarakat kulit hitam yang diantaranya adalah 1) *Pre-encounter*; 2) *Encounter*; 3) *Immersion/Emmersion*; 4) *Internalization*; dan 5) *Internalization-commitment*. Namun penelitian ini walaupun sudah menjadi pijakan awal untuk konsepsi *internalized oppression*, masih ditujukan secara umum pada kulit hitam di Amerika dan dinamika rasisme yang terjadi kepada minoritas.

Penelitian-penelitian yang diadakan untuk membangun skala yang secara khusus mengukur *internalized racial oppression* diantaranya Colonial Mentality Scale yang disusun oleh David & Okazaki (2008), Mochihua Tepehuani yang disusun oleh Hipolito-Delgado (2007), dan juga Internalized Racial Oppression Scale (Bailey et. al., 2011). Pengukuran- pengukuran yang disebutkan disiapkan untuk memenuhi kebutuhan pengukuran *internalized racial*

oppression bagi berbagai konteks ras seperti Filipina- Amerika, Latina/Latino dan Chicana/Chicano, dan kulit hitam.

Dalam penelitian yang ditujukan pada subjek Filipina-Amerika, David dan Okazaki (2006) terlebih dahulu mengonsepsikan apa yang disebut sebagai Colonial Mentality (CM) yang ditandai sebagai perilaku penolakan otomatis terhadap segala hal yang berhubungan dengan Filipina sebagai identitas rasial sendiri, dan juga perilaku penerimaan otomatis terhadap segala hal yang berhubungan dengan Amerika. Konstruk ini dijabarkan dalam empat poin manifestasi diantaranya 1) merendahkan diri sebagai orang Filipina dalam bentuk rasa malu, hina, atau bahkan benci terhadap identitas rasial diri; 2) Merendahkan budaya dan bentuk fisik sebagai orang Filipina dengan menganggap segala produk, budaya, dan karakter fisik orang Amerika sebagai superior dan diminati; 3) Mendiskriminasi orang Filipina yang dianggap “kurang” Amerika; dan 4) menoleransi opresi historis dan kontemporer dari Amerika dengan alasan bahwa hal tersebut memang diperlukan atau pantas diterima oleh masyarakat Filipina (p. 241-242). Berangkat dari empat dimensi yang disebut sebelumnya, penelitian tersebut menemukan bahwa CM memiliki kontribusi dalam evaluasi yang kurang positif terhadap kelompok etnis sendiri, dan juga ditemukan bahwa manifestasi dari CM yang bersifat *covert* (ditunjukkan dengan perasaan malu

terhadap kelompok etnis sendiri) dapat dipengaruhi oleh sosialisasi yang turun temurun dan juga opresi yang berkelanjutan, sedangkan manifestasi CM yang bersifat *overt* (perilaku menampilkan diri berbeda dari kelompok etnis sendiri) berasal dari faktor internal berupa menjaga jarak dengan apa yang individu nilai sebagai karakteristik yang inferior.

Bailey (2011) berargumen bahwa *internalized racial oppression* perlu dibedakan dengan konsep *self-hatred* atau sikap *anti-black* yang sering dijadikan tolak ukur karena *internalized racial oppression* mengarah pada internalisasi dari stereotipe negatif terhadap kulit hitam yang diadopsi dari kulit putih, sedangkan *self-hatred* ataupun *anti-black* dapat dikategorikan sebagai salah satu komponen dari *internalized racial oppression*. Maka dari itu, Bailey et al. (2011) menyusun alat ukur Internalized Racial Oppression Scale (IROS) yang secara khusus mengukur *internalized racial oppression* dan memperluas konsepnya dari sekadar internalisasi akan stereotipe negatif akan kulit hitam, dengan menyodorkan 5 dimensi utama yang dapat digunakan sebagai patokan pengukuran *internalized racial oppression*, yakni 1) internalisasi akan stereotipe negatif, 2) perilaku *self-destructive*, 3) merendahkan pandangan dan motif Afrika, 4) kepercayaan akan representasi yang bias dalam sejarah, dan 5) pengubahan penampilan fisik. IROS termasuk

diantara tes awal yang membuka gerbang bagi pembahasan mengenai konsep *internalized racism/internalized racial oppression*. Studi akan konseptualisasi *internalized racial oppression* yang terbaru diadakan oleh Rangel (2014) yang menyimpulkan bahwa *internalized racial oppression* secara negatif memengaruhi *self-worth* individu, menimbulkan perasaan marah dan malu, memengaruhi penilaian kecantikan atau keindahan, mendorong perubahan fisik, dan termanifestasikan dalam bentuk diskriminasi antara kelompok rasial-etnis sendiri, dan kepercayaan yang mendukung ideologi rasis, termasuk kepercayaan tentang superioritas akan ras kulit putih. Rangel (2014) menyusun alat yang mengukur *appropriated racial oppression* yang merupakan sebutan lain dari *internalized racial oppression*. Penggunaan kata *appropriated* pada nama skala ditujukan agar terdapat penekanan pada proses psikologis yang lebih sadar dibandingkan *internalized* (diinternalisasi) dengan anggapan bahwa kata *appropriasi* yang dapat dikaitkan dengan teori Vygotsky ini dapat menangkap sifat multidimensional dan kompleks dari proses internalisasi akan stereotipe rasial yang negatif pada POC dan juga komponen sosiokultural, psikologis, dan historis dari fenomena tersebut (Rangel, 2014). Dalam studinya, Rangel (2014) mengangkat empat dimensi untuk mengukur *appropriated racial oppression* atau *internalized oppression* yaitu

1) Respons Emosional, 2) Standar Kecantikan Amerika Serikat, 3) merendahkan kelompok sendiri sebagai bentuk Devaluasi Kelompok, dan 4) Apropriasi Stereotipe Negatif. Keempat dimensi tersebut melahirkan alat ukur Appropriated Racial Oppression Scale (AROS) yang didesain untuk menggeneralisasikan konstruk *appropriated racial oppression* yang tidak terbatas hanya pada etnis atau kelompok ras tertentu.

Dalam penelitian ini, *internalized oppression* akan diukur dengan AROS yang telah dimodifikasi untuk memenuhi stereotipe negatif tentang menjadi bagian dari masyarakat Indonesia. Selain itu, AROS juga menampilkan beberapa dimensi dari CMS yang dianggap sesuai dengan konteks budaya Indonesia, yang mengutamakan penampilan diri yang mirip dengan kulit putih. Aitem dalam AROS merepresentasikan mentalitas kolonial yang terdapat dalam CMS namun tidak terpaku pada kelompok rasial Filipina-Amerika layaknya CMS. AROS menangkap komponen lain dalam *internalized oppression* yang dapat digunakan pada partisipan Indonesia.

METODE

Desain Penelitian Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif. **Responden Penelitian** Penelitian ini diberikan pada partisipan yang dikategorikan dalam remaja dan dewasa muda yakni berumur 16-24 tahun. Pemilihan kelompok

umur tersebut didasarkan pada teori perkembangan psikologi pada remaja dan dewasa muda. Pembentukan identitas etnis dan rasial dimulai pada masa-masa tersebut, dimana kemampuan kognisi remaja dan dewasa muda memungkinkan mereka untuk mengeksplorasi identitas tersebut terlepas dari anggapan orangtua (Umana-Taylor dkk., 2014).

Instrumen Penelitian. Sesuai namanya, skala *Appropriated Racial Oppression* mengukur tingkat pengapropriasian penindasan untuk semua ras. Walaupun memiliki nama yang ditransliterasi menjadi Apropriasi opresi rasial, skala ini benar adanya mengukur mentalitas kolonial, karena skala ini disusun melalui berbagai skala yang mengukur hal serupa pada setiap ras. Skala ini memuat empat dimensi yang diantaranya adalah 1) Respons emosional;

(2) Standar kecantikan Amerika Serikat; (3) Devaluasi kelompok sendiri; dan (4) Apropriasi Stereotipe negatif kelompok sendiri. Pembuatan skala *Appropriated Racial Oppression* dilakukan dengan mengulas berbagai alat ukur yang membahas Internalized Oppression (NAD, 1972; CMS, 2006; IROS, 2007; Mochihua Tepehuani Scale, 2008) dan subskala dari Cross Racial Identity Scale (CRIS) serta Intercultural Values Inventory (ICV).

Melalui berbagai proses pengembangan, 24 aitem akhir didapatkan melalui *confirmatory*

factor analysis. 24 aitem akhir AROS inilah yang dipakai untuk mengukur tingkatan *internalized oppression* pada partisipan penelitian. Modifikasi diberikan pada aitem IROS di penelitian ini secara umum berkaitan dengan ide utama bahwa negara Indonesia termasuk dalam negara dengan kumpulan etnis tertentu yang hidup bersama dengan identitas budaya yang kuat, berlainan dengan struktur budaya melting pot yang lebih familiar di Amerika (Berry, Poortinga, Segal & Dasen, 2002). Maka dari itu, peneliti menyetarakan frasa “kelompok rasial” menjadi “negara Indonesia” atau “bangsa Indonesia”, karena aitem digunakan dalam konteks keberadaan opresi dalam kacamata postkolonialisme, bukan rasisme atau diskriminasi rasial layaknya Amerika Serikat.

Uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas dengan metode cronbach alpha menunjukkan bahwa aitem pada skala AROS yang mengukur internalized oppression memiliki konsistensi internal yang baik dengan nilai koefisien alpha sebesar 0.87.

Hasil Uji Diskriminan. Pengujian daya diskriminan aitem secara statistik menemukan bahwa beberapa aitem pada skala AROS memiliki nilai rendah karena memiliki daya diskriminan dibawah 0.2 yang ditemukan pada aitem nomor 1 dan 10. Pada beberapa aitem lain terdapat nilai Crit dibawah 0.3 yaitu pada aitem nomor 4, 6, 1, 18. Namun, nilai koefisien alpha tidak berubah signifikan

apabila aitem ini dibuang, sehingga peneliti memutuskan untuk mempertahankan seluruh aitem dari AROS.

Prosedur Penelitian. Penelitian diselenggarakan dengan membagikan kuesioner menggunakan *google forms* melalui link yang disebarluaskan pada berbagai platform media sosial dan aplikasi pesan instan. Pada Google forms tersebut partisipan pertama-tama memberikan *consent* untuk mengikuti penelitian.

Partisipan yang memberikan persetujuan mengerjakan penelitian juga diinformasikan mengenai kesempatan memenangkan hadiah berupa saldo elektronik Go-pay bagi partisipan yang beruntung. Lalu setelah mengisi *informed consent* partisipan mengisi data diri dan kuesioner AROS. Pengambilan data berduri sekitar tiga minggu.

Analisis Data. Peneliti pertama-tama melakukan uji alat ukur, menggunakan metode penghitungan korelasi antar-item dan juga diskriminan aitem. Lalu, peneliti melakukan uji deskriptif untuk melihat gambaran umum partisipan dan gambaran alat ukur yang digunakan.

HASIL PENELITIAN

Peneliti mengumpulkan sebanyak 137 partisipan, namun 12 diantaranya tidak memenuhi kriteria umur partisipan sehingga harus dieliminasi serta 1 data *outlier* dikeluarkan, menyisakan data dari 124

partisipan yang dapat diolah melalui analisa statistik. Partisipan berasal dari suku mayoritas serta minoritas, dengan status pendidikan mulai dari SMA hingga S2, dan berumur 16-24 tahun ($M = 20,91$, $SD = 2.768$). Patisipan penelitian datang dari berbagai suku dan bangsa di Indonesia, dan juga dari berbagai jenjang pendidikan. Secara umum, partisipan yang mengikuti penelitian ini berasal dari kalangan pelajar baik di SMP atau SMA, dan juga mahasiswa. Karakteristik dari partisipan penelitian dapat dilihat dari tabel berikut.

Tabel 1 Karakteristik partisipan

Karakteristik	n	%
Status Pendidikan		
Setara dan dibawah SMA	3	2.4
D3	53	42.7
S1	65	52.4
S2	3	2.4
Suku bangsa		
Jawa	31	25.0
Suku asal Sulawesi	24	19.2
Suku asal Sumatra	20	16
Suku asal Maluku	14	11.2
Betawi	13	10.5
Sunda	11	8.9
lainnya	9	7.2

Internalized Oppression diukur dengan 24

aitem menggunakan 6 tingkatan skala Likert mulai dari 1 (Sangat Tidak Setuju) , 2 (Tidak Setuju), 3 (Agak Tidak Setuju), 4 (Agak Setuju), 5 (Setuju), hingga 6 (Sangat Setuju).

Tabel 2 Gambaran Umum Internalized Oppression

	N	Min	Max	M	SD
Skor	124	31	107	59.2	15.41
AROS				2	7

Skala AROS memiliki empat dimensi yaitu 1) Respons Emosional, 2) Standar Kecantikan Amerika Serikat, 3) Devaluasi Kelompok, dan 4) Apropriasi Stereotipe Negatif. Keempat skala ini memiliki jumlah aitem yang tidak setara, dimana dimensi keempat memiliki jumlah aitem 3, berbeda jauh dengan aitem lain yang memiliki lebih banyak aitem (>6 aitem).

Tabel 3 Gambaran Dimensi AROS

Dimensi	1	2	3	4
N item	7	6	8	3
Min	11	6	8	3
Max	35	31	34	17
M	20.31	16.03	13.38	9.49
SD	5.17	6.64	5.17	3.38

SIMPULAN

Dari hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa persebaran skor *internalized oppression* adalah rendah, dengan dimensi ketiga yaitu Devaluasi Kelompok memiliki persebaran aitem yang paling rendah.

DISKUSI

Alat ukur yang dipakai pada penelitian ini, yaitu Appropriated Racial Oppression oleh Rangel (2014), walaupun digadang sebagai aitem yang memotret fenomena penindasan rasial secara umum, perlu melewati beberapa proses adaptasi agar dapat digunakan pada sampel masyarakat Indonesia. Dari penelitian ini, angka *internalized oppression* yang juga ditemukan cukup rendah pada partisipan Indonesia memberikan gambaran bahwa konsep umum *internalized racial oppression* belum begitu matang untuk dipasangkan pada partisipan Indonesia, walaupun sama-sama menggunakan tolak ukur opresi. Hal ini dikarenakan opresi rasial yang menjadi titik tolak penelitian Rangel (2014) dalam menyusun alat tersebut berkisar pada rasisme, yang manahal ini bukanlah permasalahan yang relevan di Indonesia kini.

Dimensi yang paling mencolok dan menarik untuk ditilik keberadaannya pada perilaku bangsa adalah dimensi kedua, yaitu Standar Kecantikan Amerika, yang dimanifestasikan dalam berbagai representasi

standar kecantikan bagi wanita Indonesia yang termaktub dalam iklan kosmetik (e.g., Winarni, 2010) di berbagai media, gaya hidup selebritas, dan terkadang selera pasangan. Tetap ada kemungkinan bahwa apa yang dimaksud sebagai mentalitas kolonial atau *internalized oppression* ada di Indonesia, namun dengan skor yang rendah pada dimensi ini, menandakan bahwa bilapun benar adanya *internalized oppression*, perlu pengkajian lebih dalam mengenai hal ini namun dengan menggunakan tolak ukur yang unik dimiliki Indonesia.

Kolonisasi di Indonesia dapat dikategorikan sebagai *classical colonialism*, yang dapat dibedakan dengan *internal colonialism* yang berlaku di Amerika Serikat, karena keberadaannya masih terasa pada kelompok minoritas atau ras berwarna di Amerika Serikat (David, 2008). Untuk negara Indonesia, perasaan buruk sebagai bangsa mungkin ada, namun dalam konteks kolonialisme yang tidak terjadi pada generasi sekarang, sehingga dapat diduga bahwa respons emosional terkait penjajahan sudah luntur

intensitasnya seiring berjalannya waktu. Berkaitan dengan *classical colonization*, bangsa Indonesia juga memiliki struktur budaya yang memungkinkan keberadaan berbagai jenis kelompok etnis yang hidup bersamaan pada suatu tempat atau disebut sebagai *ethnocultural groups* (Skelton & dalam Berry, Poortinga, Segal & Dasen,

2002). Hal ini dapat menyebabkan kurangnya relevansi dari beberapa aitem pada AROS untuk digunakan pada partisipan Indonesia.

Tidak sedikit dari bangsa Indonesia beranggapan bahwa penjajahan yang terjadi di masa lalu memiliki ‘hikmah’ tertentu bagi bangsa Indonesia, atau bahkan berpikir bahwa rakyat nusantara pantas untuk mengalami penindasan tersebut agar dapat menjadi bangsa yang lebih beradab. Pertanyaan ini ada pada dimensi keempat, Apropriasi Stereotipe Negatif, dengan aitem berbunyi “*Walaupun penjajahan benar terjadi, tapi dampaknya tetap saja dilebih-lebihkan oleh bangsa Indonesia.*” Penerimaan akan kolonisasi ini terkait dengan konstruk yang ditawarkan David & Okazaki (2006) yang bercermin pada masa kolonisasi yang dirasakan oleh penduduk berdarah Filipina. Namun, alat ukur yang bernama Colonial Mentality Scale (CMS) ini ditujukan untuk partisipan Filipina-Amerika yang tinggal di Amerika, sedangkan hal ini kurang relevan bila diterapkan pada warga non-imigran Indonesia.

Dengan demikian, postulat dari Mochtar Lubis (2001) bahwa bangsa Indonesia masih memiliki mental inlander dibuktikan tidak sesuai dengan keadaan Indonesia yang sekarang. Konteks dari argumen Mochtar Lubis dapat dijadikan sebuah faktor besar munculnya istilah Mental Inlander, yang seiring berjalannya waktu terkikis oleh zaman yang sudah mengaburkan garis antara satu budaya/kelompok dengan yang lainnya. Hal ini

dapat dilihat dari persebaran umur partisipan yang pada dasarnya merupakan golongan *youth* atau anak muda.

Identitas individu merupakan proses yang kompleks, dan akan bertambah kompleks seiring dengan berjalananya waktu. Berdasarkan prinsip perkembangan, model yang ditemukan oleh Amiot, Terry, Wirawan, & Grice (2010) berasumsi bahwa diri cenderung bertambah kompleks dengan bertambahnya identitas sosial yang diintegrasikan dalam konsep diri individu. Ada kemungkinan bahwa sebagai bangsa, model ini terjadi pada masyarakat Indonesia secara kolektif, dimana melesatnya pertukaran budaya yang dibantu oleh teknologi mengurangi sensitivitas akan adanya perbedaan budaya dan juga perbedaan antar-individu.

Temuan ini tidak lantas menolak keberadaan mentalitas inlander. Penemuan ini ditujukan sebagai bukti bahwa untuk mendekatkan diri dengan pengetahuan akan identitas Indonesia, diperlukan suatu determinasi untuk melakukannya menggunakan tolak ukur yang memang datang dari alam pikiran manusia Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiot, C. E., Terry, D. J., Wirawan, D., & Grice, T. A. (2010). *Changes in social identities over time: The role of coping and adaptation processes*. British *Journal of Social Psychology*, 49(4), 803–826. doi:10.1348/014466609x480624
- Anshorly, Nasaruddin. (2008). *Bangsa Inlander: Potret Kolonialisme di Bumi Nusantara*. Yogyakarta: LKiS Pelangi Aksara.
- Bailey, Tamba-Kuui & Chung, Y & Williams, Wendi & Singh, Anneliese & Terrell, Heather. (2011). *Development and Validation of the Internalized Racial Oppression Scale for Black Individuals*. *Journal of counseling psychology*. 58. 481-93. 10.1037/a0023585.
- Bayuaji, S. (2021). *Menaklukkan Jerman: Si Menir dan Si Inlander*. Retrieved from <https://medium.com/@bayu256/menaklukkan-jerman-si-menir-dan-si-inlander-45dadd139106>
- Budiyanto, A. & Latifah, E. (2018). *Ambiguitas aruna dan paradoks citarasa lidahnya postkolonialitas novel kulier Laksmi Pamuntjak*. *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra*, (18)2.
- Carter, Robert T., (1996). "5. Exploring The Complexity of Racial Identity Attitude Measures". *Multicultural Assessment in Counseling and Clinical Psychology*. 9. <https://digitalcommons.unl.edu/burosbookmulticultural/>
- Clark, K. B. & Clark, M. P. (1939). *The development of consciousness of self and the emergence of racial identification in Negro pre-school children*. *The Journal of Social Psychology*, 10, 591-599.

- Cooper, J., & Fazio, R. H. (1986). *The formation and persistence of attitudes that support intergroup conflict*. In S. Worchel & W. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 183–195). Chicago: Nelson-Hall.
- Cross, W.E., Jr. (1971). *The Negro-to-Black conversion experience: Toward a psychology of Black liberation*. *Black World*, 20, 13-27.
- David, E. J. R. (2008). A colonial mentality model of depression for filipino americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 14(2), 118-127.
- David, E. and Okazaki, S. (2006). *The Colonial Mentality Scale (CMS) for Filipino Americans: Scale construction and psychological implications*. *Journal of Counseling Psychology*, 53(2), pp.241-252.
- Helms, J. E. (2008). *A race is a nice thing to have: A guide to being a White person or understanding the White persons in your life* (2nd ed.). Hanover, MA: Microtraining Associates.
- Hipolito-Delgado, C. P. (2007). *Internalized racism and ethnic identity in Chicana/o and Latina/o college students*. (Doctoral dissertation). Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No. 3277390).
- Horowitz, R. E. (1939). *Racial Aspects of Self-Identification in Nursery School Children*. *The Journal of Psychology*, 7(1), 91–99.
- Juvano, E. (2021). *Kenapa Orang Indonesia Suka Minder sama Bangsa Lain?* | Opini.id. Retrieved from <https://opini.id/sosial/read-14161/kenapa-orang>

Pemaknaan Siri Na Pacce Ditinjau Dari Aspek Psikologis

The Meaning of Siri Na Pacce From Psychological Aspects

DELLA WIDASUARI

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Email: ¹dellawidasuari@gmail.com

Abstrak. Siri na pacce merupakan nilai yang memiliki makna mendalam khususnya bagi masyarakat Bugis. Belakangan, pemaknaan siri na pacce seringkali disalahartikan oleh sebagian orang, serta digunakan untuk melakukan perilaku dengan alasan mempertahankan nilai dalam dirinya. Hal tersebut memunculkan kesan bahwa orang Bugis memiliki watak serta karakteristik yang keras. Tujuan penulisan artikel ini adalah mengkaji pemaknaan siri na pacce dari perspektif ilmu psikologi berdasarkan hasil literature review. Penggunaan electronic data based menjadi sumber dari penulisan artikel ini. Dari sumber-sumber yang telah ditemukan, dan dikumpulkan menunjukkan bahwa terdapat lima aspek psikologis dalam pemaknaan siri na pacce bagi orang Bugis yaitu rasa malu, harga diri, motivasi, kultural empati, dan budaya kolektivisme. Pada dasarnya nilai siri na pacce akan mempengaruhi pola pikir serta pola perilaku dari orang Bugis. Siri na pacce yang dimaknai secara seimbang akan mencapai pemaknaan yang sesungguhnya serta mencapai keharmonisan dalam kehidupan.

Kata kunci: siri na pacce, bugis, aspek psikologis.

Abstract. *Siri na pacce as a value that has deep meaning especially for Bugis. Lately, the meaning of siri na pacce is often misinterpreted and used to perform a behavior as a reason to maintain these values in themselves. This gives make impression that Bugis have a strong character and characteristics. The purpose of writing is to examine the siri na pacce from psychological perspective based on the result of literature review. The authors use article sourced from electronic data based as articles, and books. From several sources it is found and collected that there are five psychological aspects namely shyness, self-esteem,, motivation, cultural empathy, and collectivism. Basically, the values of siri na pacce contained in mindset and behavior patterns of the Bugis. In general, the meaning of siri na pacce is to uphold self-esteem and as a human being in a positive way. Siri na pacce interpreted in a balanced way, will achieve true meaning and harmony of life. Indonesia is a nation that has various ethnic groups, a well as diverse cultures.*

Key words: siri na pacce, bugis, psychological aspects.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan

dengan berbagai macam keberagaman suku bangsa, agama, dan juga budaya. Setiap daerah memiliki kebudayaan masing-masing yang

kemudian terbentuk menjadi sebuah kesatuan yaitu kebudayaan nasional yang tertuang dalam Undang Undang Dasar 1945 ayat 32 (Marzali, 2014). Kebudayaan menjadi salah satu unsur penting dalam membangun kehidupan dalam berbangsa serta bernegara, dan kebudayaan akan menjadi jati diri bagi sebuah bangsa. Perilaku manusia diatur oleh norma yang dapat menciptakan kebudayaan dan tersusun dalam kehidupan bermasyarakat. Oleh karena itu, kebudayaan akan cenderung mempengaruhi sifat, karakteristik, serta perilaku dari individu itu sendiri.

Sulawesi Selatan merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang terletak berbatasan dengan Sulawesi Tengah dan bagian utara Sulawesi Barat. Sulawesi Selatan didiami oleh beragam suku besar antara lain suku Bugis, Makassar, Toraja, Mandar, dan Duri (Rahim, 2016). Suku Bugis merupakan suku paling besar di Sulawesi Selatan yang mana tersebar dalam beberapa wilayah di Sulawesi Selatan, yaitu mulai dari kabupaten Bone, Bulukumba, Pare-Pare, Sidrap, Pinrang, Luwu, hingga Sinjai. Salah satu ciri khas dari suku Bugis pada zaman dahulu adalah tidak mendirikan kota sebagai pusat aktivitas masyarakat (Pelras, 2006). Pada abad ke 17 dan 18, perpindahan besar-besaran dilakukan oleh orang Bugis untuk keluar dari wilayah Sulawesi Selatan sehingga saat ini populasinya sudah tersebar baik di dalam maupun diluar dilayan nusantara. Namun meskipun demikian, dimanapun tinggal, orang Bugis akan tetap mempertahankan identitas “ke-

bugis-an-nya”.

Sejak dahulu kala, orang Bugis dikenal sebagai masyarakat yang memiliki sistem dan tata nilai budaya yang dijadikan sebagai pedoman kehidupan sehari-hari, baik dalam kehidupan berumah tangga maupun dalam kehidupan bermasyarakat (Yusuf, 2013). Pada kehidupan masyarakat Bugis terdapat berbagai nilai-nilai utama yang menjadi pedoman bagi masyarakat Bugis antara lain meliputi kejujuran (*lempu*), usaha (*reso*), keteguhan (*aget tengeng*), kepatutan (*asstitinajang*), kecendekiaan (*amaccang*), dan malu (*siri*) (Yusuf, 2013). Nilai-nilai tersebut diwariskan oleh para leluhur Bugis yang dikemukakan melalui *Papangngaja* (nasihat), dan *Paseng* (amanat).

Budaya Bugis telah tercatat di literatur kuno Bugis yang disebut “*lontara*” yang mencantumkan ajaran-ajaran yang mengulas mengenai asal mula manusia, terbentuknya kerjaan, aturan-aturan dalam berkehidupan manusia, dan lain sebagainya. Selain itu, “*lontara*” juga diceritakan mengenai keadaan masyarakat Bugis di awal abad ke XVII (Pelras, 2006). Melalui “*lontara*”, watak dan juga sifat dari orang Bugis dapat ditelusuri. Isi dalam “*lontara*” dapat digambarkan menjadi dua bagian yaitu *aja mupakasiriwi metei tu* yang artinya jangan pernah mempermalukan orang lain karena bisa jadi ia akan memilih mati daripada harus dipermalukan oleh orang lain, dan *mullebbaiwi nabokoiko tu* yang artinya ketika orang Bugis merasa dikecewakan maka ia akan pergi oleh karena itu jangan pernah

mengecewakan orang lain (Moein, 1977). Watak dan mental orang Bugis dalam menghadapi tantangan-tantangan hidup adalah tabah, mengutamakan harga diri sebagai sesuatu yang bernilai, setia kawan, sukar untuk dikhianati, keras, serta apabila pernah ditolong oleh orang lain, maka kewajiban baginya untuk membalasnya (Moein, 1997). Oleh karena itu, terdapat perbedaan pandangan mengenai watak orang Bugis, menurut orang dalam suku Bugis dengan orang yang berada di luar suku Bugis.

Nilai *siri na pacce* sangat dijunjung tinggi oleh masyarakat Bugis dalam kehidupan dan kesehariannya. *Siri na pacce* merupakan nilai dengan karakteristik yang sangat kokoh bagi orang Bugis. *Siri na pacce* menjunjung tinggi harkat dan martabat sebagai manusia. Contohnya, penganiayaan yang terjadi karena menjatuhkan harga diri maka kewajiban juga untuk menegakkan kembali. Artinya ketika ada pertumpahan darah, maka harus dibalas juga dengan pertumpahan darah. Hal ini disebabkan adanya keyakinan bahwa orang yang mati atau terbunuh karena menegakkan *siri* maka digolongkan pada mati syahid dan disebut sebagai sejatinya seorang ksatria.

Pemaknaan nilai *siri na pacce* dapat dikatakan sangat ekstrim oleh orang Bugis, sehingga kemudian terbentuk stereotip di masyarakat yang menganggap bahwa orang Bugis adalah orang yang berwatak serta berkarakteristik keras. Contohnya, ketika melihat berita di televisi mengenai suatu kelompok yang bertengkar, maka muncul

pikiran berasal dari daerah mana? Dan lain sebagainya. Pandangan mengenai watak dan karakteristik orang Bugis oleh orang diluar masyarakat Bugis salah satunya akibat penanaman makna dari *siri na pacce* kepada masing-masing individu orang Bugis.

Sebagai bangsa yang memiliki keberagaman budaya, memiliki dasar yang mempengaruhi latar belakang psikologis dari perilaku yang dilakukan oleh individu tersebut. Pemahaman dan pengertian mengenai dasar pola perilaku dan pola pikir individu yang sudah bercampur dengan aspek budaya perlu diketahui oleh satu sama lainnya. Hal tersebut juga akan berpengaruh terhadap keseimbangan Bhinneka Tunggal Ika, dan kesejahteraan bangsa Indonesia sebagai bangsa yang memiliki banyak budaya mulai dari Sabang hingga Merauke.

Oleh karena itu berdasarkan uraian diatas, maka tujuan dari studi literatur ini adalah untuk memberikan gambaran mengenai aspek-aspek psikologis yang terkandung dalam pemaknaan nilai *siri na pacce* bagi masyarakat Bugis.

METODE

Penulisan dalam artikel ini menggunakan metode *literature review*. *Literature review* merupakan sebuah metode penulisan yang sistematis, dan eksplisit untuk melakukan identifikasi, dan juga evaluasi terhadap hasil-hasil penelitian dan pemikiran yang dihasilkan oleh para peneliti (Zulvikar & Mayu, 2020). *Literature review* dilakukan

dengan mengumpulkan data-data yang memenuhi, sesuai dengan topik artikel. Dalam penulisan artikel ini dengan menggunakan sumber data yang berasal dari jurnal elektronik maupun buku. Sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif. Analisis deskriptif menguraikan data secara teratur, sehingga lebih mudah dipahami oleh pembaca.

HASIL

Siri na pacce pada masyarakat Bugis sudah menjadi bagian dalam kehidupan bermasyarakat. Sebagai nilai yang sudah mendarah daging pada orang Bugis, *siri* maupun *pacce* adalah sebuah kesatuan yang tidak dapat berdiri sendiri yang artinya dapat mencapai harmoni dan arti yang sesungguhnya apabila keduanya diamalkan secara bersamaan dan seimbang. *Siri na pacce* merupakan sebuah kesatuan yang dipegang oleh orang Bugis sebagai sebuah pedoman hidup yang akan diturunkan dari generasi ke generasi berikutnya.

Bagi masyarakat Bugis, *siri* dan *pacce* masih dipegang teguh sebagai pedoman hidup dan juga mempengaruhi pola perilaku yang ditampilkan. Dalam “*lontara*”, orang Bugis diharapkan dapat menghargai *siri* yang telah dianggap sebagai pedoman penting dalam kehidupan sehari-hari, serta tetap menujukkan *pacce* terhadap sesama kerabatnya. Orang Bugis menganggap dirinya sebagai manusia dan layak apabila sungguh-sungguh dalam memegang dan

menghargai nilai *siri* karena *siri* bagi orang Bugis adalah sebuah martabat yang harus dijunjung. Pada dasarnya, orang Bugis akan selalu melindungi diri dari perilaku yang dapat menodai kehormatannya dengan memegang teguh *siri* yang dimiliki, serta memegang teguh *pacce* yang membuat orang Bugis memiliki tingkat kepekaan yang lebih tinggi terhadap lingkungan sosialnya. Sehingga pada beberapa kasus yang terjadi di kehidupan sehari-hari dalam bermasyarakat, nilai *siri na pacce* sering disalahgunakan oleh segelintir orang Bugis, salah satunya adalah demi mempertahankan *siri* akan melakukan tindakan yang berujung pada perkelahian atau pertengkar yang tidak jarang menimbulkan korban. Bahkan ada ungkapan yang muncul apabila seseorang merasa martabatnya direndahkan di depan khalayak umum yaitu *pabbambangangi na tolo, eja tomapi seng na doing* (pemarah dan bodoh, nanti malu setelah terbukti) (Darwis & Dilo, 2012). Bagi orang Bugis ketika *siri* dilanggar maka harus segera bertindak, dan terkadang tidak memikirkan konsekuensi yang akan ditimbulkan. Hal ini kemudian yang memunculkan kesimpulan serta anggapan bahwa orang Bugis memiliki watak serta karakteristik yang keras, tidak peduli, dan agresif dalam berperilaku.

Makna dan arti *siri* bagi orang Bugis bermacam-macam seperti rasa malu, hingga tersinggung apabila kehormatannya dijatuhkan secara tidak bertanggung jawab. Ada salah satu kalimat yang menunjukkan arti *siri* dalam

bahasa Makassar yaitu *siri' lanri anggaukanna anu kodi* yang memiliki arti bagi orang Bugis untuk menegakkan malu apabila melakukan perbuatan yang tercela (Darwis & Dilo, 2012). Makna *siri* dapat ditegakkan dalam dua arah yaitu secara positif dan juga negatif tergantung sudut pandang yang digunakan (Kapojos & Wijaya, 2018). *Siri* yang dimaknai ke dalam arah yang positif adalah upaya yang dilakukan oleh orang Bugis dalam kehidupannya untuk meraih dan mencapai sebuah keberhasilan. Orang Bugis menjadikan memaknai *siri* sebagai motivasi untuk mempertahankan harga diri dan martabatnya. Perilaku yang muncul pada diri individu didasarkan pada banyak motif dan kebutuhan. Hal ini sejalan dengan penjelasan Maslow yang mengemukakan bahwa individu akan terus termotivasi oleh kebutuhan sehingga bila satu kebutuhan terpenuhi maka akan tergantikan oleh kebutuhan lainnya (Feist & Feist, 2008). Namun, apabila ada kebutuhan yang belum terpenuhi maka akan menjadi sumber motivasi bagi individu untuk memenuhinya. Idealnya, apabila kebutuhan dasar sudah terpenuhi maka akan timbul kebutuhan lainnya yang lebih tinggi. Harga diri dianggap sebagai salah satu kebutuhan dasar individu karena memiliki peran penting bagi individu, serta merupakan salah satu bagian dari kepribadian manusia.

Harga diri dapat dianggap sebagai hasil perbandingan yang dilakukan oleh individu mengenai *ideal self* (apa yang menurut individu yang seharusnya) dengan *real self* (kondisi

realitas sebenarnya yang dimiliki dirinya) (Santrock, 2012). Hasil evaluasi antara *ideal self* vs *real self* mempengaruhi sikap dan perilaku individu yang bersifat positif atau negatif (Baron & Byrne, 2012). Oleh karena itu, nilai *siri* yang dimaknai oleh individu Bugis apabila dipandang dan diyakini secara positif akan menghasilkan sesuatu yang positif pula. Salah satu tren yang ada pada masyarakat Bugis salah satunya adalah keluar dari wilayah Bugis dan merantau ke wilayah lainnya untuk memulai usahanya, dengan tetap membawa makna *siri* ini. Mereka akan kembali ke tanah Bugis menjadi orang yang kaya, dan atau orang yang memiliki pengaruh. Artinya, lebih baik bersusah payah dan bekerja keras diluar tanah Bugis, tidak terlihat kerabatnya, akan tetapi kembali ke tanah Bugis menjadi orang terpandang. Hal itu merupakan salah satu cara orang Bugis untuk mempertahankan harga diri dan martabatnya dengan memaknai nilai *siri* itu secara positif. Banyak sekali contoh orang Bugis yang “berhasil” menerapkan dan memaknai nilai *siri* secara positif baik pengusaha maupun tokoh berpengaruh yang merupakan asli suku bugi seperti Jusuf kalla, Tanri Abeng, dan lainnya.

Sebaliknya, *siri* dimaknai ke dalam arah yang negatif salah satunya dapat terlihat dari tindakan serta perilaku kekerasan yang dilakukan kepada orang lain yang telah menyakiti dan memperlakukan dirinya dengan tidak baik. *Siri* dalam konteks negatif sering kali dijadikan sebagai alasan untuk melakukan perilaku negatif karena martabat dan

kehormatannya dianggap telah dijatuhkan oleh orang lain dan menjadi alasan untuk melakukan perilaku yang negatif (Basjah dalam Darwis & Dilo, 2012). Pada “*lontara*” juga menuliskan mengenai watak dari orang Bugis itu sendiri melalui kalimat *aja mupakasiriwi metei tu, aja mullebbaiwi nabokoiko tu* yang mendeskripsikan bahwa orang Bugis memiliki watak yang cukup keras, tegas, dan menjunjung tinggi martabat dan kehormatannya (Moein, 1977). Orang Bugis yang sangat menjunjung tinggi martabat dan kehormatannya tidak akan bermain-main dan segera bertindak apabila ada yang melanggarinya karena dianggap telah melanggar nilai yang diwariskan oleh para leluhurnya. Pada beberapa kasus yang terjadi, orang Bugis mempertahankan dan membela harga dirinya hingga berperilaku agresif. Beberapa contohnya nyata dari perilaku agresif yang mungkin dilakukan adalah mencaci maki, mengolok-olok, mengumpat dengan kata-kata kasar, melakukan tindakan perampukan, bahkan hingga pembunuhan dan tindakan-tindakan lain yang bersifat kriminal dan kekerasan.

Myers (2012) mengemukakan bahwa agresivitas merupakan perwujudan dari frustasi individu yang akan muncul apabila ada sesuatu hal yang menghambat tujuan individu. Agresi dapat didefinisikan sebagai perilaku melukai dan mencelakakan individu (Baron & Byrne, 2012). Perilaku agresi sebagai salah satu cara untuk melawan dengan melukai, menyerang, membunuh atau menghukum orang lain. Salah satu perspektif agresi menurut pendekatan

psikologis adalah perspektif frustasi agresi (*frustration-aggression hypothesis*) (Dollard dalam Myers, 2012). Perspektif frustasi agresi menjelaskan bahwa apabila muncul hambatan yang mempengaruhi individu dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan maka akan muncul dorongan untuk berperilaku agresif terhadap suatu hal, baik objek maupun subjek yang dianggap sebagai sebab dari hambatan tersebut. Perspektif frustasi agresi dan perilaku agresi cenderung muncul pada individu yang memiliki harga diri tinggi. Hal ini dikarenakan individu dengan harga diri tinggi cenderung lebih percaya diri sehingga ketika menghadapi sebuah konflik merasa bahwa dirinya pantas menjadi pemenang dan berhak untuk berperilaku agresif terhadap lawannya (Sarwono, 2002). Hal tersebut banyak terjadi pada individu di tanah Bugis, karena pada dasarnya mereka mencoba memaknai *siri* akan tetapi dari sisi yang negatif untuk mempertahankan harga diri atau martabatnya yang direndahkan serta cenderung melakukan kekerasan bahkan hingga menyebabkan luka parah bahkan hingga berujung pada kematian apabila kedua belah pihak sama-sama mempertahankan.

Nilai *siri* dalam *siri na pacce* salah satunya didefinisikan sebagai rasa malu. Malu merupakan perasaan yang muncul karena takut akan hasil yang negatif (Dingman & Bloom, 2012). Rasa malu dapat didefinisikan sebagai kecemasan sosial subjektif yang merupakan hasil dari kehadiran orang lain dan evaluasi interpersonal. Malu juga dapat disebut sebagai

keadaan psikologis yang dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman sehingga lebih baik memilih untuk melakukan penghindaran kontak sosial. Selain itu, malu juga dapat muncul dari sebuah situasi yang tidak bermoral atau permasalahan seperti kegagalan ataupun perilaku yang tidak pantas secara sosial. Pada konteks sosial, rasa malu dapat dideskripsikan sebagai sebuah reaksi emosi pada diri individu yang berhubungan dengan norma sosial yang berlaku disekitarnya (Kim, 2010). Oleh karena itu, rasa malu dapat memotivasi individu untuk tidak melakukan atau membatalkan perilaku yang akan dilakukan karena tidak sesuai dengan norma kelompoknya (Gausel, 2012).

Apabila ditinjau lebih mendalam, rasa malu memiliki dua makna yang berbeda. Pertama, rasa malu sebagai sebuah perasaan yang penting untuk ditanamkan dan dikembangkan sebagai nilai yang dapat mencegah tindakan dan perbuatan tidak bermoral. Terkait hal ini, orang Bugis akan mengedepankan malu diatas segalanya, tidak terkecuali ketika orang Bugis akan berperilaku di lingkungan sosialnya. *Siri* yang diartikan sebagai rasa malu ini akan menekan untuk tidak melakukan perilaku yang tidak bermoral seperti malu untuk melakukan perilaku kejahatan (Rusdi & Prasetyaningrum, 2015). Contoh lainnya, apabila seorang keluarga memiliki anak perempuan yang hamil diluar nikah, maka lebih baik berpisah dengan anak peremuannya tersebut karena telah dianggap mencemarkan nama baik dan martabat keluarganya. Kedua,

siri sebagai rasa malu yang mana harus dihindari oleh individu dalam kehidupan sehari-hari. Rasa malu ini dapat berpotensi sebagai penghambat ketika berinteraksi dengan orang lain seperti sikap yang menunjukkan rendah diri, tidak percaya diri. Bagi orang Bugis, makna *siri* sebagai rasa malu ini harus dihindari sebab secara tidak langsung akan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan. Dampaknya apabila terus dipupuk akan menjadi penghambat bagi orang Bugis untuk mengaktualisasikan dirinya menjadi lebih baik.

Selain itu, orang Bugis diharapkan dapat tetap menunjukkan *pacce* sebagai rasa solidaritas kepada sesama manusia, tidak hanya dilakukan kepada yang sedang berada pada situasi yang kekurangan, berduka, musibah, dan atau menderita. *Pacce* muncul dalam keadaan yang sulit, dan dapat menjadi kekuatan yang akan saling mempersatukan. *Pacce* merupakan rasa pedih, perih, haru terhadap penderitaan yang dialami baik oleh kerabat maupun anggota dalam kelompok sosialnya (Pelras, 2006). Dengan kata lain, *pacce* merupakan kesadaran dan perasaan empati atas penderitaan anggota kelompok sosialnya. Empati juga dapat diartikan sebagai perasaan simpati dan perhatian kepada orang lain khususnya terhadap individu yang sedang mengalami penderitaan. Empati dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk ikut merasakan secara emosional keadaan yang dialami oleh orang lain, termasuk dengan memberikan rasa simpati dan keinginan untuk membantu menyelesaikan permasalahan

berdasarkan perspektif orang tersebut. Saat ini, konsep empati sudah banyak diteliti, baik dalam konteks budaya dan non budaya. Dalam konteks budaya, empati disebut sebagai empati kultural. Sama dengan konsep empati pada umumnya, hanya saja pada empati kultural lebih sempit ruang lingkupnya, yaitu dalam satu kelompok masyarakat (Gustini, 2017). Empati kultural dapat diartikan sebagai rasa yang diberikan kepada anggota kelompok sosialnya terhadap apa yang dialami serta menjadi sebuah tonggak untuk berperilaku dan berinteraksi. Pada dasarnya nilai *pacce* adalah konsep umum pada masyarakat. Nilai dan makna dari *pacce* menunjukkan sebuah kebaikan untuk mencapai tujuan bersama yang dimulai dari hal kecil, yaitu mengajarkan kepada semua manusia untuk bersikap baik serta bersedia membantu sesamanya yang berada dalam situasi sulit atau menderita. Bahkan *pacce* yang diterapkan pada skala yang besar salah satunya adalah untuk membantu mencapai persatuan dan juga kesatuan bangsa Indonesia (Pelras, 2006).

Pemaknaan *pacce* selain sebagai sebuah empati kultural, dapat juga dikatakan sebagai sebuah budaya kolektivisme yang berlaku pada masyarakat Bugis. Budaya kolektivisme mengarah pada kondisi setiap anggota kelompok terintegrasi dalam sebuah ikatan yang kuat, dan sepanjang hidupnya akan saling melindungi satu dengan lainnya (Hofstede, 2011). Hofstede juga mengemukakan bahwa Indonesia merupakan bangsa dengan nilai budaya kolektivisme yang tinggi bila dibandingkan dengan negara lain

seperti India, Malaysia, Jepang, Filipina, dan negara Uni Emirat Arab. Kolektivisme dicirikan sebagai sebuah ketergantungan pada kelompoknya baik dalam konteks komunikasi, informasi, hingga kendala internal seperti memperhatikan kebutuhan kelompok yang semata-mata untuk mencapai harmonisasi kelompok (Triandis, 2018). Kolektivisme juga didefinisikan sebagai kerangka sosial yang erat dalam mengikat individu yang tergabung dalam kelompok untuk saling membantu. Hal tersebut membuat individu dalam kelompok memiliki tingkat loyalitas yang tinggi di kelompoknya. Budaya kolektivisme ditunjukkan dengan kata “kita” yang dapat menggambarkan kebersamaan dalam sebuah kelompok.

Budaya kolektivisme dalam masyarakat Bugis sangat kental dan lekat, terutama dengan kelompok sosialnya. Salah satu contoh makna *pacce* dalam bentuk perilaku adalah ketika individu yang mengalami penderitaan atau musibah maka anggota kelompok yang lain akan sesegera mungkin mengambil tindakan untuk memberikan bantuan baik secara fisik, *materiil*, atau *non-materiil* (Musnur, 2018). Perilaku seperti itu juga berlaku secara timbal balik kepada anggota lainnya. Masyarakat Bugi secara tidak langsung memiliki ketergantungan dengan anggota kelompok lainnya. Perasaan seperti ini yang mendorong kearah solidaritas pada sebuah kelompok masyarakat. Namun, apabila makna nilai *pacce* dibiarkan secara berlebihan, maka bukan hal yang tidak mungkin apabila yang menolong ataupun yang ditolong akan tetap

berada dalam penderitaan atau kesusahan.

Konsep dari pemaknaan pace menjadi fungsi kontrol dalam mewujudkan sebuah keinginan dengan memperhatikan dan memastikan bahwa tidak ada kepentingan orang lain yang dilanggar. *Pacce* akan menjadi penyeimbang dari *siri*, sehingga tidak menyebabkan terjadinya perilaku ekstrim yang mengakar pada egosentrisme. Pada nilai *siri na pacce*, masing-masing nilai baik siri maupun *pacce* memiliki sisi positif dan negatifnya masing-masing. *Siri* dinilai mampu untuk memelihara dan mengontrol perbuatan individu yang tercela atau terlarang, baik dari segi agama, adat, maupun hukum negara (Darwis & Dilo, 2012). Berbeda dengan *siri*, *pacce* dapat mendorong individu untuk bersikap empati dan tolong menolong antara satu sama lain. Seperti pepatah dalam bahasa Makassar yang dituliskan dalam buku Manusia Bugis yaitu “*paunna siri ma'palete pesse ri pa' masareng esse'*” yang memiliki arti bahwa ketika kita memberikan kebaikan kepada orang lain, maka akan mempermudahmu ketika di alam setelah kehidupan berakhir namun ketika terlalu mempertahankan kehormatan bisa saja mempercepatmu untuk mencapai pada kematian (Pelras, 2006). Dengan demikian jelas bahwa antara *siri* dan *pacce* harus seimbang satu dengan lainnya, karena apabila tidak seimbang maka akan menunjukkan perilaku ekstrim dan apabila seimbang maka sisi ekstrim yang muncul dapat dihindari.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan

bahwa orang Bugis memiliki budaya, serta tata cara dan nilai yang dijunjung dengan sangat kuat. Pemaknaan *siri na pacce* pada masyarakat Bugis mempengaruhi pola pikir dan pola dalam berperilaku dalam kesehariannya. Sebagai masyarakat yang tinggal dalam bangsa yang memiliki keberagaman khususnya dalam kebudayaan, maka wajib bagi kita untuk saling menghormati dan menghargai makna dari masing-masing budaya atau nilai yang diyakini oleh pribadi maupun kelompok. Pada dasarnya, tidak ada budaya yang mengajarkan sebuah kejelekan, ada makna-makna tertentu yang tersirat pada sebuah nilai dalam suatu budaya. Pemaknaan nilai *siri na pacce* mengajarkan untuk menegakkan kebaikan mulai dari berperilaku ketika martabat atau harga dirinya dijatuhkan, hingga memberikan kebaikan kepada kerabat yang mengalami kesulitan sesuai dengan porsinya masing-masing. Hal ini dikarenakan apabila sesuatu dilakukan secara berlebihan maka akan menimbulkan ketidakseimbangan dalam berperilaku. Tentu saja pengetahuan mengenai budaya-budaya atau nilai yang ada di Indonesia sangat penting, selain mengetahui latar belakang mengapa hal tersebut ada, akan tetapi juga akan mendukung bangsa Indonesia untuk tetap rukun dan sejahtera meskipun banyak perbedaan yang ada di dalamnya.

SIMPULAN

Siri na pacce merupakan nilai yang diyakini oleh masyarakat Bugis sebagai

pedoman dalam kehidupan berumah tangga maupun bermasyarakat. *Siri na pacce* merupakan dua nilai yang tidak dapat berdiri sendiri atau dipisahkan. *Siri* merupakan rasa malu dan *pacce* merupakan rasa solidaritas. *Siri* menjunjung tinggi harga diri dan martabat sebagai manusia sedangkan *pacce* merupakan rasa yang ditunjukkan ketika melihat kerabat yang sedang menghadapi kesulitan. Pemaknaan *siri na pacce* dilakukan secara seimbang untuk mencapai harmonisasi dalam kehidupan bermasyarakat dan keseharian masyarakat Bugis. Hal ini dikarenakan pemaknaan *siri na pacce* pada masyarakat Bugis akan membentuk pola pikir dan pola perilaku. Pembahasan mengenai pemaknaan *siri na pacce* apabila dilihat dari aspek-aspek psikologis diharapkan dapat menyampaikan serta membuka wawasan masyarakat luas mengenai latar belakang dari makna *siri na pacce* bagi orang Bugis yang banyak membentuk asumsi diluar yang menyatakan bahwa watak dan karakteristik orang Bugis adalah keras. Banyak makna-makna positif yang yang dapat diambil dan dijadikan pembelajaran yang baik bagi masyarakat Bugis itu sendiri, maupun masyarakat diluar Bugis.

Selain itu, bagi peneliti lain yang ingin mengetahui lebih lanjut mengenai konsep dari nilai *siri na pacce* yang ditinjau dari aspek-aspek psikologis, dapat menggali dari sisi yang lain, seperti hubungan atau relasi yang terbentuk antar sesama, hingga pola asuh orang tua yang kemudian membentuk pemaknaan dari *siri na pacce* itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, & Byrne. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Darwis, & Dilo. (2012). *Implikasi falsafah siri'na pacce pada masyarakat suku makassar di kabupaten Gowa*. *el Harakah*, 14(2), 186-205.
- Dingman, R., & Bloom, J. (2012). *Managing shyness*. Indianapolis: Ringgold Inc.
- Feist, J., & Feist, G. (2008). *Theories of personality* (6th ed.). New York: Mc Graw-Hill.
- Gausel, N. (2017). *Facing in group immorality: Differentiating expressed shame from expressed guilt*. *Review of European Studies*, 4(4), 1-6.
- Gustini, N. (2017). *Empati kultural pada mahasiswa*. *Journal Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(1), 17-35.
- Hofstede, G. (2011). *Dimensionalizing cultures: The Hofstede model in context*. *Journal of Psychological and Culture*, 2, 1-26.
- Kapojos, & Wijaya, H. (2018). *Mengenal budaya suku Bugis: Pendekatan misi terhadap suku Bugis*. *Jurnal Lembaga STAKN Kupang*, 6(2), 153-174.

- Kim, Y. (2010). *An understanding of shame and guilt: Psycho-socio spiritual meaning.* *Torch Trinity Journal*, 13(2), 218-232.
- Marzali, A. (2014). *Memajukan kebudayaan nasional Indonesia.* *Humaniora*, 26(3), 251-265.
- Moein, M. (1977). *Menggali nilai sejarah kebudayaan Sulsera Siri & Pacce.* Ujungpandang: SKU Makassar Press.
- Myers, D. (2012). *Social psychology: Psikologi sosial Edisi 10 Jilid 1* (10th ed. ed.). (L. S. Aliya Tasyani, Trans.) Jakarta: Salemba Humanika.
- Pelras, C. (2006). *Manusia Bugis.* (H. N. Abu, Trans.) Jakarta: Nalar x Forum Jakarta-Paris.
- Rahim, A. (2016). *Nilai-nilai sistem perekonomian islam dalam ritual Mappadendang.* *Jurnal Hukum Islam*, 14(1), 93-100.
- Santrock, J. (2012). *Life span development: Perkembangan masa hidup.* (Widyasinta, Trans.) Jakarta: Erlangga .
- Sarwono, S. (2002). *Psikologi sosial: Individu dan teori-teori psikologi sosial.* Jakarta: Balai Pustaka.
- Triandis, H. (2018). *Individualism & Collectivism.* New York: Routledge.
- Yusuf, M. (2013). *Relevansi nilai-nilai budaya Bugis dan pemikiran ulama Bugis: Studi atas pemikiran dalam tafsir Bugis karya MUI Sulsel. el Harakah*, 15(2), 199-216.

MOTIVASI KERJA GURU PNS SELAMA PANDEMI COVID-19

WORK MOTIVATION OF CIVIL SERVANT TEACHER DURING COVID-19 PANDEMIC

INTAN NAQIYA RABBANI¹, CLARA MONINGKA²

Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

Email: ¹intan.naqiyarabbani@student.upj.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran motivasi kerja guru pegawai negeri sipil sekolah menengah atas negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan responden guru pegawai negeri sipil sekolah menengah atas negeri di Jakarta. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menyebarluaskan kuesioner motivasi kerja yang dikonstruksi berdasarkan teori dua faktor Frederick Herzberg. Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran motivasi kerja guru pegawai negeri sipil sekolah menengah atas negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 adalah cenderung tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa dalam kondisi pandemi dengan pembelajaran jarak jauh dan dengan berbagai keterbatasan mereka tetap memiliki motivasi mengajar yang tinggi.

Kata kunci: motivasi kerja, guru SMA Negeri, Covid-19.

Abstract. This study aims to describe the work motivation of civil servant teachers at state high schools in Jakarta during the Covid-19 pandemic. The research method used is a quantitative research method. Respondents in this research are civil servant teachers at public high schools in Jakarta. The data collection technique was carried out by distributing a work motivation questionnaire which was constructed based on Frederick Herzberg's two-factor theory. The data analysis technique in this study used descriptive statistical analysis. The results of this study indicate that the description of the work motivation of civil servant teachers at state high schools in Jakarta during the Covid-19 pandemic tends to be high. This indicates that in a pandemic condition with distance learning and with various limitations they still have high teaching motivation.

Keywords: work motivation, Public SHS teachers, Covid-19.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah berbagai metode

edukasi untuk setiap peserta didik agar bisa mengerti, memahami, dan membuat setiap individu lebih bijaksana dalam berpikir (Wedan,

2016). Namun, sejak munculnya pandemi Covid-19, sistem pendidikan di Indonesia khususnya di wilayah DKI Jakarta menjadi berbeda. Sejak bulan April 2020, tercatat bahwa Daerah Khusus IbuKota Jakarta merupakan provinsi yang memiliki tingkat positif Covid terbesar se-Indonesia yaitu sebanyak 1.753 kasus (Dewi, 2020).

Adanya pandemi ini telah membawa efek samping yang besar bagi DKI Jakarta, khususnya dalam bidang pendidikan. Sejak 16 Maret 2020 menurut Nahdiana selaku Kepala Dinas Pendidikan Provinsi DKI Jakarta (Amrullah ,2020), kegiatan belajar dan mengajar di wilayah DKI Jakarta dilakukan dengan prosedur pembelajaran jarak jauh karena disebabkan oleh munculnya pandemi Covid-19. Dengan adanya fenomena pandemi Covid-19 tersebut, metode pembelajaran peserta didik pun diubah menjadi metode pembelajaran secara daring (*online*).

Proses pembelajaran ini memberikan dampak yang sangat besar bagi kualitas pembelajaran siswa dan guru yang pada awalnya melakukan proses pembelajaran secara langsung atau tatap muka di dalam kelas, namun saat ini harus melaksanakan proses pembelajaran dengan ruang lingkup daring yang sangat terbatas (Cahyani, Listiana, & Larasati, 2020). Tantangan dan hambatan baru pun muncul untuk para dewan guru, mulai dari lingkungan belajar yang berbeda, sampai dengan perubahan cara mengajar yang berbeda. Dalam hal ini, guru tidak hanya harus beradaptasi dengan pembelajaran

daring, metode baru, bisa mengelola kelas dengan cara berbeda. Hal lain yang cukup berubah adalah bagaimana sistem penggajian pada guru, khususnya guru yang berstatus Pegawai Negeri Sipil.

Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang guru Pegawai Negeri Sipil (PNS) yang mengajar di salah satu SMA Negeri di Jakarta Selatan (Oktober, 2020), ia mengatakan bahwa sejak munculnya pandemi Covid-19 ini, para guru PNS di Jakarta pun turut ikut serta mengalami pemotongan tunjangan penghasilan. Mulai Mei 2020, Tunjangan kinerja daerah (TKD) atau tunjangan penghasilan pegawai (TPP) para pegawai negeri sipil (PNS) Pemprov DKI Jakarta akan dipotong 50 persen (Sari, 2020). Sebagaimana yang dikemukakan oleh Makdori (2020) bahwa, *Peraturan Gubernur Daerah Khusus IbuKota Jakarta Nomor 49 Tahun 2020 Rasionalisasi Penghasilan Pegawai Negeri Sipil Dalam Rangka Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19)* telah diterbitkan oleh Gubernur DKI Jakarta, Anies Baswedan. Pergub ini berisi tentang informasi penyesuaian besaran penghasilan PNS yang dipotong untuk memenuhi anggaran kebutuhan penanganan Covid-19. Beberapa tantangan, hambatan berhubungan dengan pekerjaan dan masalah penggajian dapat berdampak pada motivasi kerja pada setiap guru PNS di wilayah Jakarta.

Motivasi kerja sendiri dapat didefinisikan sebagai faktor-faktor yang menyebabkan seseorang mengerahkan usahanya untuk bekerja daripada pada sesuatu yang lain

(Aamodt, 2016). Kemudian dalam ruang lingkup pekerjaan, motivasi kerja merupakan usaha atau dorongan untuk mencapai tujuan berhubungan dengan pekerjaan (Krishna, Tesfa, & Prasad dalam Moningka, Broek, & Angkawijaya, 2017). Motivasi kerja merupakan mekanisme intelektual yang memusatkan tindakan terarah kepada tujuan; dalam hal ini tentunya berhubungan dengan tugas pekerjaan atau tujuan organisasi (Reiner dalam Astuti, 2017). Wexley dan Yukl (dalam Setiawan, 2016) mendefinisikan bahwa motivasi kerja dapat timbul karena sesuatu yang memberikan semangat dan mendorong untuk kerja. Menurut Aamodt (2016), kemampuan dan keterampilan menentukan apakah seorang pekerja dapat melakukan pekerjaan itu, tetapi motivasi menentukan apakah pekerja akan melakukannya dengan benar atau tidak. Tinggi rendahnya motivasi pada individu akan menentukan performansi kerja seseorang, termasuk cepat atau lambatnya pekerjaan diselesaikan (Afandi, 2014). Pada guru sebagai agen pendidik dan penggerak, motivasi kerja sangat dibutuhkan. Guru dengan motivasi kerja yang baik akan bersemangat dalam melakukan tugas dan tanggung jawabnya agar tujuannya dapat tercapai (Silvia, 2013).

Motivasi sendiri dapat terbagi menjadi dua faktor. Dalam teorinya, Herzberg (Aamodt, 2016) menjelaskan faktor-faktor yang berhubungan dengan pekerjaan yang ia sebut sebagai teori dua faktor (*Two-Factor Theory*), yang terdiri atas faktor higiene (*Hygiene factors*) dan motivator (*Motivators*). Faktor higiene

menurut Herzberg adalah faktor yang berhubungan dengan pekerjaan yang dihasilkan tetapi tidak melibatkan pekerjaan itu sendiri, misalnya gaji, keamanan, rekan kerja, kondisi kerja, kebijakan perusahaan, jadwal kerja, dan pengawas (Aamodt, 2016). Kemudian, faktor motivasi (*Motivators*) menurut Herzberg adalah faktor pekerjaan yang menyangkut tugas-tugas aktual yang dilakukan oleh karyawan, yaitu misalnya tanggung jawab, pertumbuhan, tantangan, stimulasi, kemerdekaan, variasi, pencapaian, kontrol, dan pekerjaan yang menarik (Aamodt, 2016).

Penelitian mengenai motivasi di Indonesia kerap dilakukan. Penelitian Patintingan, Pasinringi dan Anggraeni (2013) pada perawat di ruang rawat inap di Rumah Sakit Universitas Hasanuddin Makassar menunjukkan bahwa motivasi intrinsik atau bagaimana individu memaknai pekerjaannya akan sangat berpengaruh terhadap kinerja mereka. Penelitian lain yang dilakukan oleh Gardjito, Musadieq dan Nurtjahjono (2014) pada karyawan di suatu perusahaan menunjukkan bahwa kinerja karyawan akan lebih baik dengan adanya motivasi kerja eksternal dan internal. Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Irianto dan Junaidi (2021), menemukan adanya pengaruh positif motivasi kerja terhadap kinerja guru di mana motivasi kerja berkontribusi sebesar 44% terhadap kinerja guru di salah satu Yayasan Pendidikan. Selain itu, penelitian lain yang dilakukan Moningka, Broek, dan Angkawijaya (2017) menunjukkan bahwa motivasi kerja

mempengaruhi sebagian organisasi pengemudi taksi generasi X sebesar 8,4%. Masih dalam penelitian yang dilakukan oleh Moningka, Broek, dan Angkawijaya (2017), hasil penelitian juga menunjukkan motivasi kerja sebagian mempengaruhi komitmen organisasi (.033, $p < .05$) pengemudi taksi generasi Y dengan nilai pengaruh 7,8%. Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana motivasi kerja guru SMAN yang berstatus PNS. Pada masa pandemi Covid-19 ini ketika semua orang mengalami perubahan dan tantangan, perlu diketahui bagaimana motivasi pada guru sebagai agen perubahan dalam masyarakat.

METODE

Responden penelitian. Responden dalam penelitian ini adalah guru PNS SMA Negeri di Jakarta yang berjumlah 125 orang, yaitu 48 laki-laki dan 77 perempuan. Pemilihan responden karena sejalan tujuan penelitian ini, yaitu untuk mengetahui bagaimana motivasi kerja guru SMA Negeri di Jakarta yang berstatus PNS pada masa pandemi Covid-19. Kemudian, teknik pemilihan responden yang digunakan adalah teknik *convenience sampling*. Teknik *convenience sampling* atau *accidental sampling* adalah teknik pemilihan responden atas sampel yang diperoleh dengan memilih responden yang mudah didapatkan (Gravetter & Forzano, 2019).

Desain penelitian. Pada penelitian ini peneliti memakai metode penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Dalam Gravetter dan Forzano

(2019), metode penelitian kuantitatif adalah metode yang dianalisis statistik untuk ringkasan dan interpretasi dan didasari oleh pengukuran variabel bagi peserta individu untuk mendapat skor, biasanya nilai numerik.

Instrumen Penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner dengan alat ukur motivasi kerja yang diadaptasi dari Moringka, Broek, dan Angkawijaya (2017) yang berisi 30 butir pernyataan diadaptasi dari teori dua faktor Herzberg dan terdiri dari dua faktor, yaitu faktor higien dan faktor motivasi dengan skala 1-4. Semakin tinggi skor yang diperoleh individu, maka semakin tinggi motivasinya, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah motivasinya. Reliabilitas alat ukur diperoleh dengan menggunakan teknik *alpha cronbach*, ditemukan nilai $\alpha = 0, 944$. Rentang item *rest-correlation* pada alat ukur ini adalah $0, 179 - 0, 788$, dengan 1 butir gugur.

Prosedur penelitian. Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih 2 bulan dengan proses pengambilan data melalui penyebaran kuesioner yang berbentuk formulir online dan disebarluaskan melalui media sosial sehingga memudahkan responden untuk mengisi serta memudahkan peneliti dalam proses pengambilan data di masa pandemi Covid-19.

Analisis data. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik penelitian analisis statistik deskriptif. Peneliti berusaha menggambarkan motivasi kerja guru PNS SMA Negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Menurut Gravetter dan Forzano (2019), teknik analisis

statistik deskriptif adalah teknik analisis yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran (deskripsi) tentang karakteristik tertentu dari sekelompok individu tertentu.

HASIL

Pada penelitian ini, peneliti berhasil mendapatkan 125 responden dari target awal 120 responden. Hasil perhitungan terhadap 125 responden menunjukkan bahwa motivasi kerja guru PNS SMA Negeri di Jakarta pada masa Pandemi Covid-19 cenderung tinggi/cenderung di atas rata-rata/cenderung kuat. Hasil tersebut didapat dari perbandingan rata-rata (*mean*) empirik dengan rata-rata (*mean*) teoritik. *Mean* empirik adalah *mean* yang didapat dari lapangan. Pada penelitian ini, *mean* empirik yang didapat adalah sebesar 101,296 ($\bar{X} = 101,296$, $SD = 13,072$). Sedangkan, *mean* teoritik adalah *mean* yang didapat dari teori dengan berdasarkan rumus perhitungan antara jumlah butir item pernyataan, skala paling tinggi, dan skala paling rendah. *Mean* teoritik yang didapat dalam penelitian ini adalah sebesar 75 ($\bar{X} = 75$). Setelah melakukan perbandingan, peneliti mendapatkan hasil bahwa dalam penelitian ini, nilai *mean* empirik yang didapat lebih besar daripada nilai *mean* teoritik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa gambaran motivasi kerja guru PNS SMA Negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 adalah cenderung tinggi.

Kesimpulan tersebut didukung oleh hasil wawancara singkat peneliti dengan seorang guru PNS SMA yang mengajar di Jakarta. Ia mengatakan bahwa motivasi kerjanya selama masa pandemi ini cenderung tinggi dan tidak menurun walaupun telah terjadi beberapa fenomena, seperti pemotongan gaji PNS selama masa pandemi, sistem mengajar yang berbeda, dan lokasi mengajar yang juga berbeda. Hal tersebut tidak mempengaruhi penurunan motivasi kerjanya sebagai seorang guru PNS. Menurutnya, ia melakukan pekerjaan tidak berdasarkan jumlah gaji yang akan ia terima karena menurutnya, uang tidak mencerminkan kesuksesannya. Ia bekerja karena memiliki rasa tanggung jawab dengan pekerjaannya, ia juga menganggap bekerja itu sebagai ibadah sehingga ia bekerja dengan senang hati dan ia juga sangat mencintai pekerjaannya sebagai seorang guru PNS meskipun dalam keadaan dan situasi mengajar yang cukup sulit di masa pandemi Covid-19 ini. Kemudian menurutnya, motivasi kerja guru yang cenderung tinggi ini juga didasari oleh pandangan positif guru untuk mengambil hikmah terhadap pandemi Covid-19. Pendapat tersebut juga didukung oleh Alwiyah (2020), menurutnya, jika melihat sisi positif wabah ini, ternyata terdapat dampak positifnya bagi guru karena wabah covid ternyata dapat mendorong guru untuk lebih kreatif memanfaatkan teknologi sehingga dihasilkan formula yang terbaik bagi siswa. Dalam Widyanuratikah (2020), motivasi kerja guru yang cenderung tinggi juga dipengaruhi oleh adanya pelatihan guru gratis di

masa pandemi Covid-19. Menteri Pendidikan, Nadiem Makarim juga sangat terharu akan sumbangsih guru yang terus memperjuangkan agar pengajaran di tengah pandemi Covid-19 tidak terhenti (Ismail, 2020). Sumbangsih guru yang tiada henti tersebut merupakan gambaran dari motivasi kerja guru yang cenderung tinggi di masa pandemi Covid-19 ini.

Selain mengolah *mean* empirik dan *mean* teoritik, peneliti juga mengolah data berdasarkan jenis kelamin menggunakan *Mann-Whitney U-test* melalui *JASP 14.0* dan didapatkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan ($W = 1797.000$, $p > 0,05$, *rank-biserial correlation* = -0,028) antara tingkat motivasi kerja kelompok guru laki-laki ($\overline{X} = 100,583$, $SD = 14,904$) dengan kelompok guru perempuan ($\overline{X} = 101,740$, $SD = 11,871$). Sehingga, dapat dikatakan bahwa tingkat motivasi kerja guru laki-laki dengan perempuan adalah sama, yaitu keduanya memiliki tingkat motivasi kerja yang cenderung tinggi.

SIMPULAN

Dari hasil dan pembahasan terhadap penelitian yang telah dilakukan, peneliti menarik kesimpulan bahwa motivasi kerja guru PNS SMA Negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 adalah cenderung tinggi. Hal tersebut terjadi karena adanya makna yang diberikan para guru terhadap pekerjaannya di mana para guru memaknai pekerjaannya sebagai ibadah sehingga

dalam keadaan pandemi Covid-19 yang menyebabkan beberapa perubahan, seperti perubahan dalam sistem pembelajaran hingga perubahan jumlah upah yang akan diterima ternyata mereka tetap menjalankan tugasnya sebagai seorang guru dengan penuh rasa tanggung jawab dan dengan senang hati karena rasa cintanya terhadap pekerjaannya dan mereka berupaya membuat formula pembelajaran yang terbaik bagi siswa dan siswinya.

DISKUSI

Penelitian yang telah dilakukan ini merupakan suatu penelitian yang diharapkan dapat menggambarkan motivasi kerja guru PNS SMA Negeri di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Kemudian, berdasarkan hasil penelitian, dapat dikemukakan sebuah implikasi, yaitu implikasi praktis di mana hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk siswa, orang tua, dan juga pemerintah. Oleh karena itu, peneliti menyarankan kepada para orang tua wali murid untuk senantiasa membantu guru dalam memotivasi anak agar dapat lebih bersemangat belajar.

Peneliti juga menyarankan kepada pemerintah untuk sesering mungkin mengadakan pelatihan guru di masa pandemi agar semua guru dapat menjalani tugasnya dengan lebih efektif di masa pembelajaran jarak jauh. Peneliti memberikan saran kepada siswa-siswi agar selalu menghormati guru atas apa yang telah guru lakukan terlebih di masa pandemi Covid-19 ini

dan peneliti mengharapkan siswa-siswi dapat menyelesaikan tugas serta menghadiri kelas dengan tepat waktu. Berdasarkan hasil wawancara singkat peneliti dengan seorang guru PNS SMA yang mengajar di DKI Jakarta, ia mengatakan bahwa banyak siswa-siswinya yang masih sering terlambat dalam mengumpulkan tugas dan juga sering terlambat untuk mengikuti pembelajaran jarak jauh yang telah dijadwalkan. Menurut GPN (Salah satu Guru SMA) dalam Lesmana (2020), siswa-siswi menjadi terbiasa akan kondisi rumah yang menyebabkan waktu kegiatan belajar mengajar menjadi mengulur hingga siang hari yang seharusnya sudah dimulai sejak jam 8.00 pagi. Hal yang dirasakan GPN ternyata juga dirasakan oleh salah satu guru PNS yang sebelumnya sempat peneliti wawancarai. Menurutnya, ia dan guru-guru lain sudah senantiasa mengingatkan mengenai tugas dan jadwal pelaksanaan pembelajaran jarak jauh.

Peneliti juga memberikan saran untuk penelitian selanjutnya untuk melakukan wawancara, FGD, atau menggunakan kuesioner dengan pertanyaan terbuka mengenai faktor-faktor yang mendukung motivasi kerja dan yang menghambat pada saat pandemi ini untuk menambah pemahaman terhadap hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Aamodt, M. G. (2016). *Industrial/organizational psychology an applied approach* (8th ed.). Cengage Learning.

Afandi, W. (2014). *Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi kerja karyawan pada PT. Riau Crumb Rubber Faktory (PT. Ricry) Rumbai Pekanbaru* [Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau]. <http://repository.uin-suska.ac.id/4481/>

Alwiyah. (2020). *Berkah corona bagi guru oleh Alwiyah.* Retrieved from <http://sman97jakarta.sch.id/read/39/berkah-corona-bagi-guru-oleh-alwiyah>

Amrullah, A. (2020, July 12). *DKI lanjutkan pembelajaran jarak jauh di TA 2020/2021.* Republika. Retrieved from <https://republika.co.id/berita/qdc752396/dki-lanjutkan-pembelajaran-jarak-jauh-di-ta-20202021>

Astuti. (2017). *Analisis motivasi kerja karyawan dalam upaya meningkatkan produktivitas kerja karyawan: Studi kasus bagian assembling perusahaan metal button* [Universitas Pasundan]. Retrieved from <http://repository.unpas.ac.id/29352/>

Cahyani, A., Listiana, I. D., & Larasati, S. P. D. (2020). Motivasi Belajar Siswa SMA pada Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 3(01), 123–140. <https://doi.org/10.37542/iq.v3i01.57>

Gardjito, A., Musadieq, M. Al, & Nurtjahjono,

- G. E. (2014). Pengaruh motivasi kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan (Studi pada karyawan bagian produksi PT. Karmand mitra andalan Surabaya). *Jurnal Administrasi Bisnis SI Universitas Brawijaya*, 13(1), 83778. <http://administrasibisnis.studentjournal.ub.ac.id/index.php/jab/article/view/531>
- Gravetter, F. J., & Forzano, L.-A. B. (2019). *Research methods for the behavioral sciences* (6th ed.). Cengage Learning.
- Irianto, I., & Junaidi, J. (2021). Pengaruh motivasi kerja terhadap kinerja guru di masa pandemi covid-19. *BEduManageRs JournalBorneo Educational Management and Research Journal*, 2(1), 42–49. <https://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/bedu/article/view/592>
- Lesmana, A. S. (2020, May 19). Mendengar cerita guru saat mengajar murid di masa pandemi corona. *Suara.Com*. <https://www.suara.com/news/2020/05/19/070500/mendengar-cerita-guru-saat-mengajar-murid-di-masa-pandemi-corona?page=all>
- Makdori, Y. (2020, May 30). Anies terbitkan pergub penyesuaian gaji PNS DKI untuk tangani covid-19. *Liputan6*. <https://www.liputan6.com/news/read/4266784/anies-terbitkan-pergub-penyesuaian-gaji-pns-dki-untuk-tangani-covid-19>
- [gaji-pns-dki-untuk-tangani-covid-19](#)
- Moningka, C., Broek, K. F. A. van den, & Angkawijaya, Y. F. (2017). The role of work motivation and organizational culture on organizational commitment: case study of generation x and y taxi drivers in PT. Z. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 6(2), 91–98. <http://p2m.upj.ac.id/userfiles/files/811-1343-1-SM.PDF>
- Patintingan, Y. M., Pasinringi, S. A., & Anggraeni, R. (2013). Gambaran motivasi kerja perawat di ruang rawat inap rumah sakit Universitas Hasanuddin Makassar. *Jurnal Keperawatan*, 1–15. <https://core.ac.uk/download/pdf/25492068.pdf>
- Peraturan Gubernur Daerah Khusus IbuKota Jakarta Nomor 49 Tahun 2020 Rasionalisasi Penghasilan Pegawai Negeri Sipil Dalam Rangka Penanganan Corona Virus Disease 2019 (Covid-19).* (2020). <https://jdih.jakarta.go.id/uploads/default/produkum/PERGUB NO. 49 TAHUN 2020 REVISI HAL 21.pdf>
- Sari, N. (2020, May 5). Tunjangan PNS DKI akan dipotong 50 persen karena wabah covid-19. *Kompas.Com*. <https://megapolitan.kompas.com/read/2020/05/05/11241861/tunjangan-pns-dki-akan-dipotong-50-persen-karena-wabah-covid-19>

[dipotong-50-persen-karena-wabah-covid-19](#)

Setiawan, K. C. (2016). Pengaruh motivasi kerja terhadap kinerja karyawan level pelaksana di divisi operasi Pt. Pusri Palembang. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 1(2), 43–53.
<http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/567>

Silvia, M. (2013). Motivasi kerja guru dalam melaksanakan tugas di smp negeri 1 Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal Administrasi Pendidikan*, 1,

119–124.

<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/bahana/article/view/2688/2287>

Wedan, M. (2016). *Pengertian pendidikan dan tujuan pendidikan secara umum*. Silabus.
<https://silabus.org/pengertian-pendidikan/>

Widyanuratikah, I. (2020, August 18). Pelatihan guru gratis bangkitkan motivasi guru. *Republika*.
<https://www.republika.id/posts/9480/pelatihan-guru-gratis-bangkitkan-motivasi-guru>

READINES FOR CHANGE DITINJAU DARI WORK ENGAGEMENT PADA KARYAWAN MILLENIAL

READINES FOR CHANGE IN TERMS OR WORK ENGAGEMENT FOR MILLENIAL EMPLOYEES

ROS PATRIANI DEWI¹, NIA KUSUMA WARDHANI², DIAN YUDHAWATI³

Fakultas Psikologi Universitas mercu Buana Yogyakarta

Email : ¹ros@mercubuana-yogya.ac.id

Abstrak: Globalisasi dan pandemi berdampak pada berbagai sektor, salah satunya sektor industri. Organisasi dituntut untuk dapat beradaptasi terhadap perubahan yang serba cepat. Karyawan merupakan sumber daya organisasi yang harus siap mengikuti perubahan organisasi yang terjadi. *Readiness for change* akan membawa dampak positif bagi perubahan organisasi. Ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *readiness for change* pada karyawan, salah satu diantaranya *work engagement*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial. Metode pengambilan data menggunakan purposive sampling. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 150 orang yang memiliki karakteristik berusia 23-39 tahun, yang telah bekerja minimal selama satu tahun. Pengambilan data penelitian ini menggunakan skala *work engagement* dan skala *readiness for change*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi product moment dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (R) sebesar 0,532 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial.

Keywords: *readiness for change, work engagement, karyawan milenial*

Abstract: *Globalization and pandemic have an impact on various sectors, one of them is the industrial sector. Organizations required to be able to adapt toward fast-paced changes. Employees are organizational resources who must be ready to follow organizational changes that occur. Readiness for change will have positive impact on organizational change. There are various factors that can affect employee readiness for change, one of the factor is work engagement. This study aims to determine the relationship between work engagement and readiness for change among millennial employees. The data collection method used purposive sampling. The subjects in this study were 150 people, aged 23-39 years old, who had worked for at least one year. The data collection of this research used work engagement scale and readiness for change scale. The data analysis technique used product moment correlation of Karl Pearson. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient (R) of 0.532 ($p < 0.01$). These results showed that there was significant positive relationship between work engagement and readiness for change smong millennial employees.*

Keywords: *readiness for change, work engagement, millennial employees*

PENDAHULUAN

Di era globalisasi perkembangan teknologi yang semakin meluas membuat pertumbuhan industri semakin meningkat sehingga perusahaan saling berupaya menciptakan keunggulan-keunggulan kompetitif. Salah satu sumber utama bagi organisasi untuk menghadapi persaingan yang kompetitif adalah sumber daya manusia (Woo & Chelladurai, 2012). Menurut Hasibuan (2012) sumber daya manusia adalah aktivitas yang bersangkutan dengan masalah penggunaan tenaga kerja manusia dalam suatu usaha kerjasama untuk mencapai tujuan tertentu. Tanpa sumber daya manusia yang baik perusahaan tidak akan berkembang dengan baik dan mampu bertahan di dunia persaingan industrial.

Sumber daya manusia bersifat dinamis sehingga terjadi perubahan secara konsisten dengan pensiunnya pekerja yang lebih tua dan digantikan dengan generasi milenial yang lebih muda (Ozcelik, 2015). Pada kenyataannya, tidak mungkin dalam suatu masa akan terdiri dari individu dengan usia atau kebiasaan yang sama, pada waktu yang sama akan terdiri dari karyawan senior dan junior (Wibowo & Haryanti, 2017), dengan kata lain akan ada beberapa generasi dalam suatu masa yang sama. Saat ini, terdapat beberapa generasi milenial yang ada dalam dunia kerja yaitu baby boomers (1946-1964), generasi

X (1965-1980), dan generasi milenial (1981-2000) (dalam Delcampo, Haggerty, Haney, & Knippel, 2011). Ketika golongan baby boomers mulai pensiun dan meninggalkan pekerjaannya, anggota dari generasi milenial masuk dalam dunia kerja.

Aini (dalam Hidayati, Jufri, & Indahari, 2017) menyebutkan bahwa sumber daya manusia di beberapa industri saat ini mulai didominasi oleh generasi milenial dan diperkirakan mempunyai ukuran dua kali lebih besar dibandingkan dengan generasi X. Generasi milenial mahir dalam mengakses informasi dengan cepat, memiliki pengetahuan yang luas, dan memiliki kemampuan multitasking yang tinggi (Tay, 2011). Generasi milenial juga memiliki kepercayaan diri dan optimisme yang tinggi serta menyukai tantangan sehingga ketika merasa jemu dan kurang tertantang pada pekerjaannya, generasi milenial cenderung mencari pekerjaan lain (Ozcelik, 2015; Saril, Seniati, & Varias, 2017). Menurut beberapa penelitian yang dilakukan, hasilnya menunjukkan bahwa generasi milenial memiliki kecenderungan dua kali lebih besar dari generasi X untuk keluar dari pekerjaan setelah satu tahun bekerja (Swiggard 2011; Meister, 2012).

Sebenarnya jika dilihat dari perspektif lain, generasi milenial merupakan generasi yang memiliki ambisi besar, dan seperti sudah ditakdirkan, kehadiran generasi ini disambut dengan majunya perkembangan teknologi

informasi. Ketersediaan sejuta informasi mengenai kesempatan kerja, pengalaman dan tantangan baru serta tawaran berbagai benefit banyak dijadikan faktor pertimbangan utama dalam dunia kerja. Di sisi lain, generasi milenial juga memiliki kepercayaan diri yang tinggi pada kemampuan yang dimiliki. Meski jika dilihat dari sisi pengalaman generasi ini cenderung masih kurang, namun dengan tersedianya banyak kesempatan generasi milenial berpeluang mendapatkan pengalaman jauh lebih cepat dari generasi sebelumnya. Sisi positif dari suka berpindahnya generasi ini dari satu perusahaan ke perusahaan lain justru jadi faktor kelebihan dalam mengumpulkan pengalamannya (KPPA & BPS, 2018).

Dunia bisnis semakin dinamis, banyak dorongan-dorongan perubahan baik dari internal maupun dari eksternal perusahaan serta adanya kekuatan-kekuatan yang mendasari terjadinya perubahan membuat perusahaan harus siap dan mampu melakukan perubahan. Konsumen menuntut lebih dari yang dilakukannya dimasa lalu, karena itu Hussey (2000) dalam Wibowo (2012) menyebutkan salah satu faktor pendorong perubahan adalah kebutuhan untuk berubah. Lingkungan selalu berubah, dan perusahaan memiliki kebutuhan untuk berubah demi mempertahankan eksistensi dan mampu bersaing. Banyak perusahaan merencanakan perubahan untuk membenahi sistem, mengatasi permasalahan-permasalahan dan membentuk suatu keunggulan bersaing, namun perubahan yang direncanakan terkadang tidak berjalan sesuai harapan. Banyak

keraguan dan ketakutan akan kegagalan karena kurangnya kesiapan untuk berubah dari para karyawan. Eby et.al dalam Zulkarnain dan Hadiyani (2014) menjelaskan bahwa organisasi yang hendak melakukan perubahan sangat membutuhkan dukungan terbuka karyawan yang mampu mempersiapkan diri dengan baik dan siap untuk berubah.

Perubahan tentunya mengharuskan karyawan melakukan suatu upaya guna menghadapi situasi yang tidak menentu yang dapat menguras tenaga dan pikirannya (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001). Hal ini menunjukkan bahwa saat ini keberhasilan perubahan yang dilakukan organisasi semakin tergantung pada karyawan yang dapat mengambil tanggung jawab pribadi untuk melakukan perubahan secara mandiri melalui adaptasi yang efektif terhadap kondisi yang berubah dan antisipasi secara proaktif terhadap tantangan baru (Ghitulescu, 2013), sebab ketika karyawan tidak dapat melakukan adaptasi terhadap perubahan mereka akan cenderung melakukan penolakan dan memicu reaksi negatif yang menyebabkan tujuan perubahan maupun organisasi tidak dapat tercapai (Armenakis, Haris, & Mossholder, dalam Mahessa & Frieda, 2016).

Readiness for change pada karyawan milenial tidak hanya sekedar memahami perubahan atau meyakini perubahan tetapi sejauh mana individu maupun kelompok menerima, menyetujui, serta mengadopsi rencana spesifik untuk mengubah keadaan saat ini (Bernerth, 2004). Cunningham et al., (2002) berpendapat

bahwa *readiness for change* merupakan kesiapan yang melibatkan kebutuhan seseorang untuk menunjukkan perubahan, dimana seseorang merasa mampu untuk mencapai perubahan dan memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dalam proses perubahan tersebut. Weiner (2009) juga mendefinisikan *readiness for change* sebagai keadaan psikologis bersama di mana anggota organisasi merasa berkomitmen untuk menerapkan perubahan organisasi dan percaya diri dalam kemampuan kolektif mereka untuk melakukannya.

Readiness for change, keyakinan, niat, sikap, dan perilaku mengenai sejauh mana perubahan dibutuhkan dan sejauh mana kapasitas organisasi dapat mencapainya dengan sukses (Susanto, 2008) penting untuk dimiliki oleh karyawan dan perlu diperhatikan oleh organisasi. Bernerth (2004) mendefinisikan bahwa *readiness for change* adalah keadaan pikiran selama proses perubahan yang mencerminkan kemauan untuk mengubah satu cara berpikir. Shah (2009) juga menambahkan bahwa sebelum mengembangkan kondisi pikiran positif terhadap perubahan organisasi, karyawan harus mampu memvisualisasikan situasi organisasi dan lingkungan organisasi saat ini dengan membandingkan masa lalu dan mengantisipasinya dengan perspektif di masa depan. Karyawan memandang dirinya perlu untuk melakukan perubahan kepada dirinya agar siap terhadap perubahan yang akan terjadi di organisasi.

Harvey (dalam Bandaranaike &

Willison, 2015) menyatakan kemampuan bekerja bukan hanya tentang bagaimana mendapatkan suatu pekerjaan tetapi tentang bagaimana mengembangkan atribut, teknik, atau pengalaman untuk hidup. Penelitian yang dilakukan oleh (Holt, dkk, 2007) menunjukkan bahwa sikap dan perilaku karyawan perlu dikembangkan untuk perubahan organisasi yang sukses. Holt, dkk (2007) juga menambahkan bahwa perubahan organisasi mempengaruhi sikap dan perilaku karyawan karena mereka ditransfer dari situasi yang diketahui ke situasi yang tidak mereka ketahui, yang dapat menyebabkan ketidakpastian, ketegangan, dan kecemasan di antara karyawan. Perubahan dapat berlangsung kapan saja. Tanpa melakukan perubahan organisasi akan kehilangan kemampuannya untuk bersaing tanpa memperkenalkan perubahan yang memadai secara tepat waktu dan etika, organisasi akan menghadapi masa-masa sulit dan secara signifikan mengurangi kesempatan mereka untuk jangka panjang kelangsungan hidup. Karyawan yang tidak dapat bertahan maka akan tergeser dengan karyawan yang dapat bertahan. Karyawan yang dapat tetap bertahan dalam kondisi perubahan dalam penelitian ini disebut sebagai karyawan yang memiliki *readiness for change*.

Sementara itu, Weiner (2009) menemukan bahwa ketika kesiapan berubah tinggi maka anggota organisasi akan lebih mungkin untuk memulai perubahan, mengerahkan upaya yang lebih besar, dan menunjukkan perilaku yang

lebih kooperatif sehingga hasilnya adalah implementasi perubahan menjadi efektif. Perubahan organisasi tidak akan berhasil tanpa mengubah individunya. Mengelola perubahan organisasi sesungguhnya adalah mengelola aspek manusia yang terlibat dalam proses perubahan organisasi karena manusia merupakan sumber dan alat dalam perubahan (Smith, 2005).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu ada beberapa faktor yang mempengaruhi *readiness for change*, diantaranya adalah: iklim psikologis (Martin, et.al, 2005), *work engagement* (Saks, 2006), dan keadilan organisasi (Foster, 2010). *Work engagement* memiliki hubungan yang signifikan dan positif terhadap *readiness for change* (Astelita, 2012). Karyawan yang memiliki *work engagement* yang tinggi cenderung lebih siap untuk berubah, sedangkan karyawan yang memiliki *work engagement* yang rendah cenderung resisten atau kurang siap untuk berubah.

Macey dan Schneider (2008) mengatakan bahwa *work engagement* adalah suatu keadaan psikologis yang positif terkait pekerjaan yang dicirikan dengan suatu keinginan murni untuk berkontribusi bagi kesuksesan organisasi. Schiemann (2011) menyatakan bahwa *Work engagement* kerja menggambarkan seberapa jauh karyawan bersedia melampaui persyaratan minimal dari peran mereka untuk memberikan energi tambahan atau mengadvokasi (membela) organisasi mereka terhadap perusahaan lainnya sebagai tempat yang baik untuk bekerja atau

berinvestasi. Karyawan yang terikat akan bekerja lebih giat dan bertahan di perusahaan lebih lama, memuaskan lebih banyak pelanggan dan memiliki pengaruh positif yang lebih kuat terhadap hasil perusahaan.

Berbagai sumber penelitian menyebutkan bahwa *work engagement* merupakan salah satu antecedent utama yang mempengaruhi suksesnya inisiasi perubahan organisasi (Saks, 2006). Selain itu, Zulkarnain & Hadiyani (2014) juga menemukan bahwa *work engagement* berkontribusi terhadap kesiapan karyawan untuk berubah, yaitu: *personal resources* dan *job demand*.

Menurut Schaufeli dan Bakker (2003) disebutkan bahwa ada tiga karakteristik dalam *work engagement*, yaitu: pertama, *vigor* yang dikarakteristikan dengan level energi yang tinggi dan ketangguhan mental saat bekerja, serta keinginan untuk mencurahkan segenap usaha dalam pekerjaan, dan juga ketahanan dalam menghadapi kesulitan. Kedua, *dedication* yang dikarakteristikan dengan rasa antusias, inspirasi, kebanggaan dan tantangan. Ketiga, *absorption* yang dikarakteristikan dengan berkonsentrasi penuh dan senang ketika terlibat dalam pekerjaan, sehingga waktu akan terasa berjalan dengan cepat sekalipun seorang karyawan sedang menghadapi masalah.

Hewitts (2004) menemukan bahwa karyawan yang *engaged* memiliki kesiapan untuk berubah yang lebih besar dari karyawan lainnya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Piderit (2000) yang menyebutkan bahwa karyawan yang

engaged akan lebih siap untuk berubah. Selanjutnya, Schaufeli, dkk. (2002) mengemukakan bahwa karyawan yang *engaged* akan memiliki dedikasi kuat terhadap organisasi yang ditandai dengan adanya keterlibatan tinggi dalam usaha-usaha kemajuan organisasi. Mereka juga tangguh dalam melaksanakan pekerjaannya. Karakteristik tersebut merupakan karakteristik yang dibutuhkan oleh organisasi saat akan melakukan perubahan yaitu partisipasi aktif dalam usaha perubahan. Karyawan yang *engaged*, selain akan berdedikasi tinggi dalam usaha perubahan organisasi, juga memiliki ketangguhan dalam melaksanakan perubahan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *work engagement* memiliki kontribusi pada *readiness for change*, khususnya pada karyawan generasi milenial. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian-penelitian lainnya yang berkaitan dengan *readiness for change* pada karyawan generasi milenial, serta mengembangkan bentuk-bentuk intervensi yang tepat untuk meningkatkan *readiness for change* pada karyawan generasi milenial. Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial.

METODE

Responden penelitian. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode

purposive sampling sesuai dengan karakteristik populasi yang dituju pada penelitian ini. Karakteristik populasi yaitu karyawan berusia 24-39 tahun dan sudah bekerja minimal satu tahun. Hal ini disebabkan terdapat perbedaan antara keterlibatan terhadap pekerjaan dari karyawan dengan masa kerja baru dan karyawan dengan masa kerja lama (Kurniawati, 2014). Sejalan dengan itu, menurut Sedarmayanti (2017) karyawan yang sudah bekerja dengan masa kerja minimal satu tahun atau lebih dari satu tahun, diasumsikan telah memiliki pengalaman kerja dan melakukan interaksi dengan lingkungan tempat kerja tersebut. Jumlah subjek dalam penelitian ini didapatkan sebanyak 150 orang.

Desain Penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena gejala-gejala hasil pengamatan dikonversikan ke dalam angka-angka yang dianalisis menggunakan statistik. Jenis penelitian ini termasuk penelitian non eksperimental menggunakan pengukuran pengaruh variabel bebas kepada variabel terikat tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap variabel terikat. Penelitian ini menggunakan tipe penelitian korelasional karena penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran tiap variabel, yaitu *work engagement* sebagai variabel bebas dan *readiness for change* sebagai variable terikat pada karyawan milenial.

Instrumen Penelitian. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala model Likert. Adapun skala yang digunakan untuk mengungkap *work engagement* dan

readiness for change adalah skala *work engagement* dan skala *readiness for change* yang disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari masing-masing variabel. Skala *work engagement* mengacu pada aspek-aspek: *vigor*, *dedication*, dan *absorption* yang dimodifikasi dari *Engagement Skala Utrecht Work* (UWES) (Schaufeli & Bakker, 2003). Skala *readiness for change* disusun berdasarkan aspek-aspek: *self efficacy*, *appropriateness*, *principal support*, dan *personal valance* dari Holt (2007). Skala *readiness for change* dan *work engagement* disusun menggunakan model skala yang terdiri dari empat jawaban alternatif, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Prosedur Penelitian. Sebelum skala disebar pada penelitian, terlebih dahulu diujicobakan pada se-kelompok subjek dengan karakteristik yang sama untuk mengetahui nilai daya beda aitem dan reliabilitasnya. Data dikumpulkan dengan cara mengirimkan skala melalui Google Form kepada responden. Hal ini dilakukan karena lebih mudah dan cepat dalam pelaksanaannya. Pada skala *work engagement*, dari 24 aitem tidak terdapat aitem yang gugur. Koefisien daya beda aitem bergerak dari 0,310 sampai 0,842 dengan koefisien reliabilitas alpha (α) sebesar 0,948. Dari 20 aitem pada skala *readiness for change*, terdaapat satu aitem yang gugur. Koefisien daya beda aitem bergerak dari 0,317-0,644 dengan koefisien reliabilitas alpha (α) sebesar 0,838.

Analisis Data. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji asumsi klasik dan uji hipotesis. Uji asumsi klasik terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan Uji Korelasi Product Moment dengan menggunakan program SPSS Versi 21.0.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah *work engagement* memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan *readiness for change*. Berdasarkan skala yang disebarluaskan melalui Google Form dapat terlihat karakteristik subjek penelitian yang meliputi jenis kelamin, rentang usia, masa kerja, status karyawan, dan tingkat pendidikan, seperti terlihat pada Tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Sebaran responden penelitian

Karakteristik	Jumlah	%	Total	M	SD	F
Jenis Kelamin						
Laki-laki	66	44	150	62,10	7,460	0,000 (p>0,05)
Perempuan	84	56		62,09	7,609	
Usia						
< 30 tahun	94	63	150	61,66	7,788	2,578 (p>0,05)
30 – 39 Tahun	56	37		63,86	6,839	
Masa kerja						
1 tahun – 5 tahun	95	63	150	61,27	6,998	3,024 (p>0,05)
> 5 tahun	55	37		63,36	7,258	
Pendidikan						
SMA	10	7		60,50	9,217	0,306 (p>0,05)
D3	20	13	150	60,90	8,322	
S1	110	73		61,96	7,389	
S2	10	7		63,10	6,454	

Data yang diperoleh dari skala *work engagement* dan *readiness for change* digunakan sebagai dasar pengujian hipotesis. Deskripsi data

work engagement dan *readiness for change* dapat dilihat pada Tabel 2 dibawah ini:

Tabel 2. Deskripsi Data Skala *Readiness for change* dan Skala *Work engagement* (N=150)

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Min	Maks	Mean	SD	Min	Maks	Mean	SD
<i>Work engagement</i>	24	96	60	12	38	96	78.25	11.914
<i>Readiness for change</i>	44	76	62.17	7.522	20	80	50	10

Hasil kategorisasi *work engagement* menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang mempunyai skor tinggi atau masuk dalam kategori tinggi (0%), subjek dengan kategorisasi sedang ada 110 orang (73%) dan 40 subjek yang masuk dalam kategori rendah (27%).

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan

bahwa sebagian besar subjek mempunyai *work engagement* pada taraf Sedang.

Hasil kategorisasi *readiness for change* menunjukkan bahwa subjek yang mempunyai skor tinggi atau masuk dalam kategori tinggi ada 88 orang (59%), subjek dengan kategorisasi sedang ada 61 orang (41%) dan tidak ada subjek yang masuk dalam kategori rendah. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek mempunyai *readiness for change* pada taraf Tinggi dan Sedang.

Data hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan Uji Korelasi. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui apakah masing-masing variabel mempunyai sebaran yang normal. Uji normalitas ini menggunakan analisis model *Kolmogrov Smirnov* (KS-Z). Pedoman yang digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran adalah jika $p>0,05$ maka sebaran data

mengikuti distribusi normal dan jika $p<0,05$ maka sebaran datanya tidak mengikuti distribusi normal. Pada skala *work engagement*, diperoleh nilai K-SZ sebesar 0,993 dengan signifikansi sebesar 0,278 ($p>0,05$). Pada skala *readiness for change* diperoleh nilai K-SZ sebesar 1,249 dengan signifikansi sebesar 0,088 ($p>0,05$). Dengan demikian kedua variabel memiliki distribusi data yang normal

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah kedua variabel yang akan dikenai prosedur analisis statistik korelasi menunjukkan hubungan yang linier. Hasil uji linieritas variabel *work engagement* dengan *readiness for change* diperoleh F sebesar 66.056 dengan signifikansi sebesar 0.00 ($p < 0.01$), yang berarti variabel *work engagement* dengan *readiness for change* memiliki hubungan yang linier.

Berdasarkan hasil analisis korelasi terbukti bahwa ada hubungan yang positif antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial dengan korelasi sebesar $r_{xy} = 0.532$ ($p < 0.01$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial dapat diterima. Hubungan yang positif antara *work engagement* dengan *readiness for change* pada karyawan milenial menggambarkan bahwa semakin tinggi *work engagement* maka akan diikuti dengan semakin tinggi tingkat *readiness for change* pada karyawan milenial.

Hasil analisis data diperoleh koefisien (R^2) sebesar 0,283 menunjukkan bahwa variabel *work engagement* memiliki kontribusi sebesar 28,3% terhadap *readiness for change* dan sisanya sebesar 71,7 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

Peneliti melakukan analisis tambahan terkait data demografi pada penelitian ini. Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA), tidak ada perbedaan yang signifikan pada *readiness for change* ditinjau dari jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja. Pada jenis kelamin, terdapat dua kelompok, yaitu perempuan dan laki-laki. Mean pada kelompok perempuan sebesar 62,10, sedangkan mean pada kelompok laki-laki sebesar 62,09. Hasil analisis anova satu jalur menunjukkan nilai F sebesar 0,000 dengan signifikansi sebesar 0,997 ($p>0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan pada *readiness for change* dilihat dari jenis kelamin perempuan dan laki-laki. Pada usia, terdapat dua kelompok, yaitu <30 tahun dan 31-39 tahun. Mean pada kelompok <30 tahun sebesar 61,66, sedangkan mean pada kelompok 31-39 tahun sebesar 63,68. Hasil analisis anova satu jalur menunjukkan nilai F sebesar 2,578 dengan signifikansi sebesar 0,111 ($p>0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang dsignifikan pada *readiness for change* ditinjau dari usia <30 tahun dan 31-39 tahun.

Pada masa kerja, terdapat dua

kelompok, yaitu 1-5 tahun dan >5 tahun. Mean pada kelompok 1-5 tahun sebesar 61,27, sedangkan mean pada kelompok >5 tahun sebesar 63,36. Hasil analisis anova satu jalur menunjukkan nilai F sebesar 3,024 dengan signifikansi sebesar 0,087 ($p>0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan jika ditinjau dari masa kerja 1-5 tahun dan >5 tahun. Pada pendidikan, terdapat empat kelompok, yaitu SMA, D3, S1, dan S2. Mean pada kelompok SMA sebesar 60,50, mean pada kelompok D3 tahun sebesar 60,90, mean pada kelompok S1 sebesar 61,96, dan mean pada kelompok S2 sebesar 63,10. Hasil analisis anova satu jalur menunjukkan nilai F sebesar 0,306 dengan signifikansi sebesar 0,821 ($p>0,05$). Hal ini berarti tidak ada perbedaan yang signifikan pada pada *readiness for change* ditinjau dari tingkat pendidikan SMA, D3, S1, dan S2.

SIMPULAN

Hasil studi ini menunjukkan bahwa *work engagement* memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan *readiness for change* pada karyawan milenial. Artinya semakin tinggi *work engagement* pada karyawan, maka semakin tinggi pula *readiness for change* pada karyawan milenial. Besarnya sumbangannya efektif *work engagement* terhadap *readiness for change* karyawan milenial adalah sebesar sebesar 28,3% sedangkan sisanya 71,7% dipengaruhi

oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil analisis tambahan, tidak ditemukan ada perbedaan yang signifikan pada *readiness for change* ditinjau dari data demografi, seperti: jenis kelamin, usia, masa kerja, dan tingkat pendidikan.

DISKUSI

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa *work engagement* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *readiness for change* sehingga hipotesis penelitian diterima. Semakin tinggi tingkat *work engagement* maka akan semakin semakin tinggi pula *readiness for change* pada karyawan milenial. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hewitt (2004) yang mengatakan bahwa karyawan yang *engaged* memiliki kesiapan untuk berubah yang lebih besar dari karyawan lainnya. Karyawan yang merasa siap untuk berubah akan menunjukkan perilaku menerima, merangkul, dan mengadopsi rencana perubahan yang dilakukan (Holt et al, 2007).

Mangundjaya (2012) mengatakan bahwa karyawan merupakan elemen penting untuk kesuksesan organisasi, hal tersebut dikarenakan karyawan adalah pelaku yang menjalankan aktivitas organisasi sehari-hari. Selain itu, Saks (2006) juga mengatakan bahwa *engagement* pada karyawan merupakan salah satu hal yang menentukan sukses

atau tidaknya pelaksanaan perubahan organisasi. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Piderit (2000) yang mengatakan bahwa *engagement* karyawan memiliki hubungan yang signifikan dengan kesiapan karyawan untuk berubah terutama dalam proses perubahan organisasi.

Penelitian lain yang mendukung penelitian dari Mangundjaya (2012) yaitu penelitian dari Prasad (2014) dan Hung et.al (2013) yang menemukan bahwa keterikatan kerja berhubungan positif dengan kesiapan untuk berubah. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa karyawan yang mendukung perubahan pada umumnya lebih bersemangat saat bekerja, merasa terhubung dengan pekerjaan mereka, dan memiliki kemampuan lebih baik untuk menghadapi tuntutan pekerjaan. Hasil penelitian Bakker (2009) mengatakan bahwa karyawan yang *engaged* memiliki karakteristik tertentu yang berguna untuk kesuksesan organisasi. Hasil penelitian dari Schaufeli et al (2002) yang mengatakan bahwa *engagement* pada karyawan menjadi karakteristik yang dibutuhkan oleh organisasi.

Selanjutnya, dua dari tiga dimensi *work engagement* yang memberikan kontribusi positif yang signifikan terhadap *readiness for change*, yaitu dimensi *dedication* dan dimensi *absorption*. Diantara kedua dimensi ini, dimensi *absorption* yang memberikan kontribusi paling besar terhadap *readiness for*

change. Dedikasi adalah identifikasi yang kuat dengan pekerjaan, termasuk perasaan serta antusiasme, inspirasi, kebanggaan, dan tantangan. *Absopotion* bisa digambarkan sebagai konsentrasi penuh perasaan bahagia, yang dirasakan oleh orang yang melakukan pekerjaannya, ketika dia merasa waktu berlalu begitu cepat dan sulit untuk memisahkan diri dari pekerjaannya. (Schaufeli & Bakker, 2003). Semua dimensi *work engagement* akan mempengaruhi kesiapan individu untuk berubah. Semakin tinggi *work engagement*, maka semakin tinggi pula kesiapan untuk berubah.

Work engagement merupakan kunci dalam mendorong perkembangan bisnis untuk kesuksesan organisasi, dimana tingkat keterikatan kerja yang tinggi dapat mendorong talenta terbaik perusahaan untuk bertahan, meningkatkan loyalitas pelanggan, dan meningkatkan kinerja organisasi serta nilai di mata pemegang saham. Karyawan yang terikat dengan pekerjaannya, biasanya akan merasa antusias dengan organisasi dan memilih untuk bertahan di organisasi tersebut (Lockwood, dalam Matthysen & Harris, 2018).

Menurut Bhola (2010), mempertahankan keterikatan kerja karyawan melalui perubahan organisasi dapat membuat perubahan signifikan dalam usaha mempertahankan karyawan dan meningkatkan kinerja karyawan. Agen perubahan harus mempertimbangkan keterikatan kerja sebagai bagian integratif

dari proses perubahan baik sebelum, selama, maupun sesudah perubahan terjadi untuk memastikan bahwa proses perubahan tersebut sukses. Lebih jauh dari hal tersebut, laporan dari organisasi tenaga kerja global yang dipresentasikan oleh Gallup mengindikasikan bahwa karyawan yang terikat dengan pekerjaan mereka akan cenderung menunjukkan kemungkinan yang lebih kecil untuk diberhentikan karena adanya perubahan organisasi (Gallup, 2013). Bertambahnya jumlah karyawan yang terikat dengan pekerjaan mereka disertai dengan adanya manajer yang memulai perubahan organisasi dapat meningkatkan kemungkinan untuk meraih sukses (Gallup, 2013).

Berdasarkan hasil kategorisasi, sebagian besar subjek memiliki tingkat *work engagement* pada taraf Sedang. Hal ini menunjukkan bahwa karyawan milenial cukup memiliki keterikatan kerja yang ditunjukkan bagaimana mereka berdedikasi terhadap apa yang mereka lakukan dan mereka merasa larut dalam melakukan pekerjaan mereka. Dalam penelitian ini juga sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat *readiness for change* pada taraf tinggi dan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa karyawan milenial memandang dirinya perlu untuk melakukan perubahan agar siap terhadap perubahan yang akan terjadi di organisasi.

Adapun keterbatasan penelitian ini adalah metode pengumpulan data yang menggunakan skala/angket yang

pengisiannya tidak dapat diawasi oleh peneliti sehingga ada kemungkinan subjek tidak mengisi skala dengan instruksi yang diberikan. Selain itu, jumlah subjek penelitian yang hanya 150 orang mungkin masih kurang menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.

Dalam penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengambil sampel yang lebih banyak, hal ini bertujuan untuk keakuratan data yang lebih baik dalam penelitiannya. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk melakukan penelitian yang berkelanjutan, hal ini agar dapat melihat dan menilai setiap perubahan perilaku responden dari waktu ke waktu, serta diharapkan adanya tambahan variabel lain yang mungkin juga mempengaruhi banyak hal dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Astelita, M. (2012). *Hubungan antara employee engagement dan kesiapan untuk berubah (sutdi pada pt.x).* skripsi. Universitas Indonesia.
- Bakker, B., Arnold & Leiter.P., Michael. (2012). *Work engagement A Handbook of Essential Theory and Research.* New York: psychology press.
- Bandaranaike, S., & Willison, J. W. (2015). *Building capacity for work-readiness: bridging the cognitive and affective domains.* *Journal of Cooperative Education*, 16(3):223-233
- Berg, J. M., Grant, A. M., & Johnson, V. (2010). *When Callings Are Calling: Crafting Work and Leisure in Pursuit of Unanswered Occupational Callings.* *Organization Science*, 21(5), 973–994.
<https://doi.org/10.1287/orsc.1090.0497>
- Bernerth, J. (2004). *Expanding Our Understanding of the Change Message.* *Human Resource Development Review*, 3(1), 36–52.
<https://doi.org/10.1177/1534484303261230>
- Bhola, H. (2010). *Employee engagement: The impact of change management implementation in mergers.* Retrieved 14 September 2014, from <http://repository.up.ac.za/handle/2263/23769?show=full>
- DelCampo, R. G., Haggerty, L. A., Haney, M. J., & Knippel, L. A. (2011). *Managing the multi-generational workforce: From the GI generation*

to the millennials. Burlington: Gower Publishing Company.

Demerouti, E., Xanthopoulou, D., Petrou, P., & Karagkounis, C. (2017). *Does job crafting assist dealing with organizational changes due to austerity measures? Two studies among Greek employees.* European Journal of Work and Organizational Psychology, 26(4), 574–589.
<https://doi.org/10.1080/1359432X.2017.1325875>

Foster, D.R. (2010). *Resistance, justice, and commitment to change.* Human Resource Development Quarterly. 21(1).3-39.

Gallup. (2013). *State of the global workplace: Employee engagement insights for business leaders world wide.* Retrieved from http://www.securex.be/export/sites/default/.content/download-gallery/nl/brochures/Gallup-state-of-the-GlobalWorkplaceReport_20131.pdf

Ghitulescu, B. E. (2013). *Making Change Happen.* The Journal of Applied Behavioral Science, 49(2), 206–245.
<https://doi.org/10.1177/0021886312469254>

Grant, A.M., & Parker, S.K. (2009). *Redesigning work design theories: the rise of relational and proactive perspectives.* Academy Of Management Annals, 3

Griffin, M. A., Neal, A., & Parker, S. K. (2007). *A New Model of Work Role Performance: Positive Behavior in Uncertain and Interdependent Contexts.* Academy of Management Journal, 50(2), 327–347.
<https://doi.org/10.5465/amj.2007.24634438>

Hasibuan, S.P. (2012). *Manajemen sumber daya manusia.* Jakarta: PT Bumi Aksara.

Hidayati, N., Jufri, M. & Indahari, N. A. (2017). *Hubungan organizational learning dengan komitmen organisasi karyawan fresh graduate di Makassar.* Prosiding Temu Ilmiah Nasional APIO 2017. 38-41.

Holt, D. T., Armenakis, A. A., Feild, H. S., & Harris, S. G. (2007). *Readiness for Organizational Change.* The Journal of Applied Behavioral Science, 43(2), 232–255.
<https://doi.org/10.1177/0021886306295254>

- Hewitt Associates. (2004). *Hewitt Associates study shows more engaged employees drive improve business performance and return.* Lincolnshire: Business Wire.
- KPPPA, & BPS. (2018). *Statistik gender temtaik: Profil generasi milenial Indonesia.* Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.
- Kurniawati, I. D. (2014). *Masa kerja dengan job engagement pada karyawan.* 02(02), 311–324.
- Macey W.H and Schneider B. (2008). *The Meaning of Employee Engagement.* *Industrial and Organizational Psychology,* 1(2008),: 3-30.
- Mahessa, N.F. & Frieda. (2016). *Gaya kepemimpinan melayani dan kesiapan untuk berubah pada karyawan bpjs ketenagakerjaan.* *Jurnal Empati,* 5(1), 113-116.
- Mangundjaya, W. L. H. 2012. *Are organizational commitment and employee engagement important in achieving individual readiness for change?* *Humanitas,* 9(2), 185-192.
- Martin, A. J., Jones, E. S., & Callan, V. J. (2005). *The role of psychological climate in facilitating employee adjustment during organizational change.* *European Journal of Work and Organizational Psychology,* 14(3), 263–289. <https://doi.org/10.1080/13594320500141228>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job Burnout.* 397–422.
- Matthysen, M & Harris, C. (2018). *The Relationship Readiness to Change and Work Engagement: A case Study in An Accounting Firm Undergoing Change.* *SA Journal of Human Resource Management,* 21(1), 1-11. doi: 10.4102/sajhrm.v16i0.855
- Meister, J. (2012). *The Future Of Work: Job Hopping Is the 'New Normal' for Millennials.* *Forbes.* Retrieved from <http://www.forbes.com/sites/jeannemeister/2012/08/14/the-future-of-work-job-hopping-is-the-new-normal-formillennials/#73d5deeb322d>
- Ozcelik, G. (2015). *Engagement and*

- retention of the millennial generation in the workplace through internal branding.* *International Journal of Business and Management*, 10(3). DOI:10.5539/ijbm.v10n3p99
- Park, J., & Gursoy, D. (2012). *Generation effects on work engagement among U.S. hotel employees.* *International Journal of Hospitality Management*, 31(4), 1195–1202. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2012.02.007>
- Piderit, S.K. (2000). *Rethinking resistance and recognizing ambivalence: A multidimensional view of attitudes toward an organizational change.* *Academy of Management Review*, 25, 783-794. <http://doi.org/10.2307/259206>
- Saks, A.M. (2006). *Antecedents and consequences of employee engagement.* *Journal of Managerial Psychology*, 21(7), 600-619.
- Saril, R. L., Seniati, A. N., & Varias, V. (2017) *Pengaruh kepuasan kerja dan komitmen profesi terhadap komitmen organisasi dosen generasi milenial.* *Prosiding Temu Ilmiah Nasional APIO 2017*. 29-37
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Gonzalez-roma, V. A., & Bakker, A. B. (2002). *The Measurement of engagement and burnout: A Two Sample Confirmatory Factor Analytic Approach.* *Journal of happiness studies*, 3, 71-92. <http://doi.org/10.1023/A:1015630930326>.
- Schaufeli, W.B., & Bakker, A.B. (2003). *Utrecht Employee engagement Scale: Preliminary Manual.* Occupational Healthy Psychology Unit. Utrecht University.
- Schiemann, W.A. (2011). *Alignment Capability Engagement.* Jakarta: PPM Manajemen.
- Sedarmayanti. (2017). *Perencanaan & pengembangan sumber daya manusia.* Bandung: Refika Aditama.
- Shah, N. (2009). *Determinants of employee readiness for organisational changes.* Thesis. Brunel Business School. Brunel University
- Smith, I. (2005). *Achieving readiness for organizational change.* *Library Management*, 26(6), 408-412. <http://doi/abs/10.1108/01435120510>

[623764.](#)

Susanto, A. B. (2008). *Organizational Readiness for change: A Case Study on Change Readiness in a Manufacturing Company in Indonesia*. *International Journal of Management Perspectives*, 50-61.
<https://www.researchgate.net/publication/242720970>.

Swiggard, S. (2011) *Generations and employee commitment: An exploration of the impact of changes in technology, home and family structure, and employer-employee relationship. A dissertation presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctor of philosophy*. Capella University.

Tay, A. (2011). *Managing generational diversity at the workplace: Expectations and perceptions of different generations of employees*. *African Journal of Business Management*, 5 (2), 249-255. DOI: 10.5897/AJBM10.335

Tims, M., Bakker, A. B., & Derkx, D. (2012). *Development and*

validation of the job crafting scale.

Journal of Vocational Behavior, 80(1), 173–186.
<https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.05.009>

Weiner, B. J. (2009). *A theory of organizational readiness for change*. *Implementation Science*, 4(1), 67.
<https://doi.org/10.1186/1748-5908-4-67>

Wibowo, A., & Haryanti, K. (2017). *Kebermaknaan kerja dan karakteristik pekerjaan pada generasi x dan y*. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional APIO 2017*. 163-173

Woo, B., & Chelladurai, P. (2012). *Dynamics of perceived support and work attitudes: the case of fitness club employees*. *Human Resource Management Research*, 2 (1), 6-18.
DOI: 10.5923/j.hrmr.20120201.0

Zulkarnain & Hadiyani, S. (2014). *Peranan Komitmen organisasi dan employee engagement terhadap kesiapan karyawan untuk berubah*. *Jurnal Psikologi*. 41(1).19-35.

GAMBARAN KEPASTIAN IMPLEMENTASI KEBIJAKAN ROTASI/MUTASI, DAN PROMOSI PADA ORGANISASI X

**(DESCRIPTION OF THE CERTAINTY OF THE
IMPLEMENTATION OF ROTATION OR MUTATION POLICIES,
AND PROMOTIONS IN THE ORGANIZATION X)**

SETA ARIAWURI WICAKSANA¹

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

Email: ¹seta.wicaksana@univpancasila.ac.id

Abstrak. Pengelolaan SDM menjadi sangat penting mengatarkan organisasi mencapai puncak kinerja terbaiknya, salah satunya pengelolaan rotasi/mutasi dan promosi sebagai wahana penghargaan dan pengembangan SDM. Peneliti menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan melakukan survei terhadap 4504 karyawan mengenai persepsi kepastian tentang kebijakan rotasi, mutasi, dan promosi di organisasi X. didapatkan hasil secara menyeluruh kepastian rotasi/mutasi dan promosi yang rendah di organisasi X ini, dimana populasi Gen-Y yang besar dapat mempengaruhi motivasi dan kinerja SDM khususnya Gen-Y di dalam Organisasi tersebut. Dengan hasil yang didapatkan, organisasi X diharapkan dapat mengkaji ulang system pengelolaan SDM yang ada, khususnya di Pengelolaan karir dan penilaian kinerja, yang sangat berpengaruh terhadap praktik rotasi/mutasi dan promosi.

Kata Kunci: Pengelolaan SDM, rotasi/mutasi, promosi, Generasi, Keadilan Organisasi

Abstract. *Human resource management is very important so that the organization reaches the peak of its best performance, one of which is the management of rotation/mutation and promotion as a vehicle for appreciation and HR development. The researcher used a descriptive quantitative method by conducting a survey of 4504 employees regarding perceptions of certainty about Organization X's rotation, mutation, and promotion policies. The overall results obtained that the certainty of rotation/mutation and promotion was low in organization X, where the population of Gen-Y was large. can affect the motivation and performance of human resources, especially Gen-Y in the organization. With the results obtained, organization X is expected to be able to review the existing HR management system, especially in career management and performance appraisal, which greatly affect the practice of rotation/mutation and promotion.*

Keywords: Human Resources Management, Rotation, Promotion, Generation, Organizational justice

PENDAHULUAN

Keragaman demografi karyawan pada sebuah organisasi memiliki dampak konsekuensi pada keragaman sikap dan perilaku terhadap kebijakan organisasi. Studi sebelumnya menunjukkan adanya perbedaan dalam aspek-aspek karir di antara Gen-Y yang berbeda. Salah satunya studi mengenai perbedaan persepsi keadilan organisasi di antara Gen-Y yang berbeda (Ledimo, 2015). Untuk mengelola keragaman generasi dalam tempat kerja, organisasi perlu menyadari bahwa semakin besar individu yang berganti pekerjaan dan untuk mengelola retensi terhadap *talent-talent* muda organisasi harus menyediakan kesempatan pergerakan atau perpindahan dalam organisasi agar mempersempit karyawan talent keluar. (Ng, Eddy, Lyon & Schweitzer, 2018).

Untuk mengelola karyawan dalam tempat kerja dan mengelola retensi tersebut, organisasi harus memiliki manajemen sumber daya manusia yang efektif, organisasi membutuhkan perencanaan yang sistematis.

Perencanaan sumber daya manusia membantu organisasi dalam menjamin ketersediaan kepegawaian serta menjamin pekerjaan yang sesuai untuk pegawai pilihan dari organisasi dengan keterampilan yang memang dibutuhkan untuk pekerjaan tersebut. Sehingga, dapat dikatakan bahwa perencanaan sumber

daya manusia berperan penting di dalam organisasi karena dengan adanya dukungan tersebut obyektif di dalam organisasi dapat di terjemahkan ke dalam jumlah pegawai yang dibutuhkan dengan menentukan sumber daya yang diperlukan oleh organisasi untuk mencapai tujuan strategisnya (Samwel, 2018).

RUMUSAN MASALAH

Perencanaan SDM meliputi pemanfaatan kepegawaian, perbaikan kinerja, retensi, serta keterlibatan karyawan. Semua aktivitas di dalam perencanaan SDM menentukan optimalisasi dari praktik SDM yang berkualitas. Segala keputusan dalam perencanaan SDM akan mempengaruhi praktik SDM di dalam organisasi sehingga apabila terdapat kegagalan dalam merespon kebutuhan organisasi sejalan dengan adanya perencanaan SDM akan secara simultan berpengaruh pada praktik SDM di dalam organisasi tersebut.

Organisasi X merupakan badan usaha milik pemerintah yang memiliki keragaman latar belakang berdasarkan generasi kohor. Setiap generasi memiliki kesamaan maupun perbedaan karakteristik sikap dan nilai.

Perbedaan sikap dan nilai pada karyawan dengan perbedaan generasi kohor berkaitan dengan dimens-dimensi dalam keadilan organiasasi.

Dengan adanya rumusan masalah

diatas, pertanyaan yang dapat diajukan di dalam penelitian ini adalah:

Gambaran implementasi kebijakan rotasi/mutasi dan promosi di Organisasi X, khususnya Persepsi yang terjadi di Gen-Y.

TINJAUAN LITERATUR

1. Generational Cohort

Strauss & Howe (1991) mendefinisikan generasi sosial sebagai kumpulan dari semua orang yang lahir dalam rentang waktu dua puluh tahun atau satu fase kehidupan: masa kanak-kanak, dewasa muda, paruh baya, dan usia tua. Generasi diidentifikasi (dari tahun lahir pertama sampai terakhir) dengan mencari kelompok kohor sepanjang ini yang memiliki tiga kriteria. Pertama, lokasi usia dalam sejarah: mereka menghadapi peristiwa sejarah utama dan tren sosial saat menempati fase kehidupan yang sama.

Dalam pandangan ini, anggota suatu generasi dibentuk dengan cara yang kontinyu oleh era yang mereka hadapi sebagai anak-anak dan dewasa muda dan mereka memiliki kepercayaan dan perilaku yang sama. Sadar akan pengalaman dan sifat yang mereka bagi dengan rekan-rekan mereka, anggota suatu generasi juga akan berbagi rasa keanggotaan yang dirasakan bersama dalam generasi itu

Ada 6 Gen-Yang didefinisikan sejak awal studi (Strauss & Howe, 2016) yaitu:

- a. The GI Generation, lahir tahun 1901 – 1924
- b. The Silent Generation, lahir tahun 1925-1942
- c. The Boom Generation, lahir 1943-1960
- d. Generation X, lahir tahun 1961-1981
- e. The Millenial Generation, lahir tahun 1982-2005
- f. The Homeland Generation, lahir tahun 2005-2025

2. Karakteristik generasi

Gen-Y memiliki beberapa karakteristik yang konsisten (Fisher & Crabtree, 2009). Banyak dari berikut ini pembahasan tentang karakteristik Gen Y berasal dari RainmakerThinking, ®, organisasi terkenal yang telah melakukan penelitian berkelanjutan tentang tempat kerja yang berubah sejak 1993

Menurut Tulgan (2020), Generasi Milenial tetap menjadi Gen-Yang paling terpengaruh secara tidak proporsional oleh hutang pinjaman siswa dan krisis keuangan 2008, mereka juga merupakan pemimpin yang muncul di dunia kerja. Mereka adalah Gen-Yang mempelopori gerakan menuju fleksibilitas dan keseimbangan pekerjaan-hidup, tetapi mereka juga memasuki puncak karir mereka.. Mereka tampaknya lebih sadar secara sosial daripada generasi mana pun sejak 1960-an dan bekerja untuk tujuan sosial (Martin, 2005)

Menurut Paul (2001), generasi ini menerima keragaman di hampir semua

bidang kehidupan mereka, dari bagaimana mereka mendefinisikan keluarga hingga sikap tentang seksualitas dan keragaman etnis.

Zemke (2001) dalam Fisher & Crabte (2009) Gen Ys memegang "kepercayaan diri, tugas sipil, prestasi, kemampuan bersosialisasi, moralitas, keragaman, dan kecerdasan sebagai nilai-nilai inti mereka. " Sebagian besar setuju bahwa mereka adalah tim pemain. Mereka mencari pekerjaan di organisasi yang menghormati lingkungan, menghasilkan layanan yang berarti, dan memungkinkan mereka termotivasi untuk berkolaborasi dengan orang lain. (Tulgan, 2002).

Martin (2006), bahwa Kelompok Gen-Y adalah yang blak-blakan, paham teknologi, kontradiktif, anak-anak Baby

Boomers yang percaya pendidikan adalah kunci sukses, teknologi, keragaman, dan tanggung jawab sosial adalah keharusan bisnis (p. 55-80).

Rokeach & Ball-Rokeach, (1989, p. 766) dalam (Gibson dkk, 2009) menjelaskan karakteristik pembeda yang membedakan Baby Boomers, Gen X, dan Gen Y. Gibson dkk melakukan studi perbedaan nilai individu dalam hal nilai terminal (*terminal values*) seperti kebijaksanaan, kesetaraan perdamaian, atau keamanan keluarga, sementara nilai-nilai instrumental (*instrumental values*) mengukur — cara-cara perilaku untuk mencapai tujuan akhir tersebut, misalnya, pentingnya bersikap jujur, ambisius, pemaaf, atau logis.

Tabel 1.
Peringkat Terminal Values berdasarkan Gen-X dan Gen -Y

Peringkat Terminal Value	Gen-X	Gen-Y
1	Keamanan keluarga	Keamanan keluarga
2	Kesehatan	Kesehatan
3	Kebebasan	Kebebasan
4	Kenyamanan hidup	Pertemanan sejati
5	Harmonisasi	Menghormati/menghargai diri sendiri
6	Menghormati/menghargai diri sendiri	Kenyamanan hidup
7	Pertemanan sejati	Kepuasan atas penyelesaian sesuatu/pencapaian
8	Kebijaksanaan	Kebijaksanaan
9	Cinta yang matang	Cinta yang matang
10	Kesenangan	Keselamatan

abel 2.
Peringkat Instrumental Value berdasarkan Gen-X dan Gen -Y

Peringkat Terminal Value	Generasi X	Gen-Y
1	Jujur/tulus	Jujur/tulus

2	Tanggung jawab	Tanggung jawab
3	Cakap	Penuh kasih
4	Setia	Independen
5	Penuh kasih	Ambisius
6	Berani	Setia
7	Logis	Berwawasan luas
8	Berwawasan luas	Cakap
9	Independen	Pengendalian diri
10	Penolong	Intelektuil

jejaring sosial, dan keterhubungan konstan yang membuat Generasi Baby Boom gila dan mereka membawa ke tempat kerja kebutuhan mereka akan kepuasan instan.

Gen-X mencerminkan kemandirian dan kemandirian yang mereka peroleh sebagai anak-anak dan cenderung curiga dan sinis. Mereka menghargai keseimbangan kerja-keluarga lebih dari dua generasi lainnya dan tidak terlalu setia kepada majikan mereka karena mereka tidak mengharapkan pemberi kerja mereka setia kepada mereka.

Manajer harus mencoba membuat pekerjaan bermakna dan menyenangkan untuk kelompok ini dan memahami keraguan mereka tentang apa itu: cerminan dari pengamatan jujur mereka tentang hubungan antara pemberi kerja dan karyawan.

Gen-Y adalah anak-anak dari Generasi Baby Boom dan, dengan demikian, memunculkan ketidaksesuaian nilai yang sama yang diharapkan antara orang tua dan anak-anak.

Generasi Milenial melambangkan semua orang yang paham teknologi,

Manajer harus mencoba membuat pekerjaan menarik dan relevan untuk grup ini, berhati-hati dalam menunjukkan kepada mereka peluang karier yang dapat diverifikasi jika ada. Gen Y menginginkan perhatian dan umpan balik.

Terdapat beberapa kluster menjelaskan perbedaan karakteristik generasi (Schweitzer, Lyois, Ng. T Sean, 2018) di antaranya:

a. Konsep Karir

Generasi X dan Gen-Y memiliki keyakinan bahwa mereka tidak mengendalikan kesuksesan karir mereka. Gen-Y memiliki tingkat efikasi diri yang lebih rendah dibanding kelompok Gen-X dan Baby Boomer. Gen-Y yang lebih muda menempatkan tingkat kepentingan pada otonomi dan independensi, gaya hidup, pelayanan, dan dedikasi. Terakhir, Gen-Y mengindikasikan harapan yang tinggi terhadap kenaikan gaji pada perjalanannya. Meskipun mengharapkan cuti 5 tahunan untuk keluarga dan berpergian.

b. Prioritas Pekerjaan

Gen-X, lebih mengeedepankan pada karakteristik pekerjaan yang dapat mengembangkan dan meningkatkan diri, serta aspek social di lingkungan kerja. Sementara Gen-X menekankan kebutuhan keseimbangan antara pekerjaan dan aspek kehidupan pribadi.

c. Pengalaman Kerja

Gen-Y memiliki rata-rata berganti pekerjaan 2 kali dalam setahun dibanding Gen-X serta lebih ervariasi dalam perpindahan karirnya (baik perpindahan ke atas,turun, sejajar, maupun berganti organisasi/industry).

d. Output Karir

Gen-X memiliki tingkat kepuasan dengan berbagai aspek karir yang lebih tinggi dibanding Gen-Y. Gen-Y memiliki kebanggan pribadi yg lebih rendah pada pencapaian karir dibanding Gen-Yang lebih tua.

3. Perencanaan Sumber Daya Manusia

Perencanaan Sumber Daya Manusia bukan merupakan konsep yang baru di dalam dunia manajemen, namun berperan penting sebagai *attitudinal behavior* yang bertanggung jawab di dalam menentukan kemampuan organisasi dalam mengimplementasikan proses perencanaan sumber daya manusia.

Armstrong (2001) dalam Akhigbe (2013) menjelaskan bahwa perencanaan SDM melihat bagaimana karyawan dikembangkan agar organisasi dapat

mencapai titik efektivitasnya. Perencanaan SDM dapat menjamin persyaratan SDM di dalam organisasi agar dapat teridentifikasi dan perencanaan dapat dibuat untuk memenuhi persyaratan tersebut.

Perencanaan SDM adalah proses dimana manajemen menentukan bagaimana organisasi dapat bergerak dari posisi kepegawaian yang ada ke posisi kepegawaian yang diinginkan. Melalui perencanaan SDM yang efektif, manajemen dapat mencapai jumlah kepegawaian yang tepat dengan orang, posisi, waktu yang tepat sehingga menghasilkan manfaat jangka panjang bagi organisasi maupun para anggotanya (Akhigbe, 2013).

Kebanyakan biaya di dalam organisasi seperti gaji dan biaya administratif dapat dikontrol melalui perencanaan yang baik tentang bagaimana efisiensi dapat berkontribusi terhadap bisnis. Perencanaan SDM yang terkini memfokuskan pada pemilihan karyawan untuk organisasi yang tidak hanya sesuai dari segi pekerjaannya namun juga kesesuaianya dengan organisasi secara keseluruhan (Bowen et al, 1991; Ali et al, 2012).

Perencanaan SDM dapat berhasil apabila pendekatan yang dilakukan adalah pendekatan yang fleksibel bukan pendekatan yang reaktif. Pendekatan yang fleksibel tersebut membantu organisasi untuk proaktif terhadap perubahan eksternal organisasi. Ketika perencanaan SDM selaras dengan obyektif organisasi dan juga dengan lingkungan eksternal,

kecocokan internal dan eksternal dapat dicapai di dalam perencanaan SDM secara integratif. Dengan demikian perencanaan SDM dapat menjadi sumber keunggulan kompetitif bagi organisasi (Ali et al, 2012).

Proses Perencanaan Sumber Daya Manusia

Proses perencanaan SDM dapat dibagi menjadi beberapa langkah, yakni:

1. *Business Strategic Plan:* Perencanaan ini mendefinisikan level aktivitas organisasi di masa depan serta inisiatif yang dapat dibuat dalam rangka menentukan keterampilan yang baru yang akan dibutuhkan di masa depan.
2. *Resourcing Strategy:* Ini membantu organisasi dalam mencapai keunggulan kompetitif dengan mengembangkan modal intelektual dengan cara mempekerjakan karyawan yang memiliki kemampuan lebih dari pesaingnya, menjamin bahwa mereka dikembangkan sesuai dengan persyaratan dari organisasi baik itu dari segi pengetahuan maupun keterampilan serta mengambil langkah menjadi karyawan pilihan bagi organisasi.
3. *Scenario Planning:* Dengan dukungan dari scenario planning, organisasi dapat melihat arah organisasi di masa depan serta melihat lingkungan bisnis serta implikasi terkait persyaratan

sumber daya organisasi di masa yang akan datang.

4. *Demand/Supply Forecasting:* Ini membantu organisasi dalam memperkirakan permintaan yang akan datang terkait kepegawaian baik dari segi kuantitas dan kualitas serta menilai jumlah karyawan yang tersedia baik itu di dalam maupun diluar organisasi.
5. *Labour Turnover Analysis:* Ini terkait dengan analisa turnover dari karyawan dari segi gambaran maupun tren sehubungan dengan perkiraan input serta persediaan.
6. *Work Environment Analysis:* Ini membantu organisasi dalam menganalisa lingkungan dimana orang-orang yang bekerja di didalam lingkup tersebut dapat dioptimalisasi serta dikembangkan secara keterampilan sehingga dapat mencapai kepuasan kerja secara maksimal.
7. *Operational Effectiveness Analysis:* Organisasi dapat menganalisa produktivitas, pemanfaatan karyawan dan lingkup untuk meningkatkan fleksibilitas dalam merespon permintaan yang baru dan yang terus-menerus berubah.

2. Rotasi

Rotasi adalah pergantian karyawan yang terencana sehubungan dengan pekerjaan yang terjadi di dalam

periode yang ditentukan dengan tujuan untuk memperoleh keterampilan dan otonomi kerja, motivasi, dan produktivitas (Saravani dan Abbasi, 2013; Mohammadi & Ramezani, 2017). Rotasi kerja merupakan mekanisme yang menarik bagi karyawan untuk bekerja pada posisi dan pekerjaan yang berbeda. Sebagai konsekuensinya, ini mengarahkan karyawan pada pembelajaran dan pekerjaan dengan profesi yang beragam (Ortega, 2001; Kuijer, de Vries et al, 2004; Mohammadi & Ramezani, 2017). Rotasi kerja berlangsung secara reguler yang dilaksanakan berdasarkan pada rencana atau kebutuhan individu para karyawan (Coyne, 2011; Mohammadi & Ramezani, 2017). Rotasi kerja meliputi pemindahan secara sistematis dari satu pekerjaan ke pekerjaan lainnya, dari satu proyek ke proyek lainnya di dalam sebuah organisasi sebagai salah satu cara dalam mencapai obyektif yang berbeda di dalam organisasi (Mohammadi & Ramezani, 2017).

3. Mutasi

Mutasi adalah penempatan seorang karyawan ke dalam atmosfir kerja yang berbeda dengan kepuasan kerja yang lebih baik dimana akan menghasilkan kepuasan kerja yang lebih tinggi (Azizi & Liang, 2010; Rinaldi et al, 2017). Mutasi karyawan dapat dilakukan secara horizontal (dari suatu posisi ke posisi lain pada level yang sama) dan vertikal (di dalam bentuk promosi di dalam organisasi).

4. Promosi

Promosi diberikan untuk memotivasi semangat kerja karyawan sehingga karyawan dapat memperoleh kepuasan kerja yang lebih tinggi; karyawan mendapatkan promosi akan memiliki tanggung jawab yang lebih besar, status yang lebih tinggi dan diharapkan untuk memiliki keterampilan yang lebih baik (Griva et al, 2012; Rinaldi et al, 2017).

5. Perceived Organisational Justice

Greenberg (1987) merupakan orang pertama yang memperkenalkan pada konsep keadilan organisasi dimana merujuk pada persepsi keadilan di dalam organisasi dan reaksi karyawan terhadap keadilan organisasi tersebut. Literatur terdahulu menjelaskan konsep multidimensional dari keadilan organisasi yang meliputi keadilan distributif, prosedural, interaksional (Folger & Konovsky, 1989; Lijiegren & Ekberg, 2009; Dajani & Mohamad, 2017). Studi selanjutnya menawarkan pembagian lebih lanjut yaitu tipe ketiga yang terdiri dari keadilan interaksional ke dalam dua sub kategori yaitu keadilan informasional dan interpersonal (Colquitt, 2001; Colquitt et al, 2001; Dajani & Mohamad, 2017).

Keadilan distributif adalah bagaimana economic dan social good secara adil didistribusikan di dalam lingkungan (Lambert et al, 2005;). Keadilan ini dinilai melalui evaluasi dan perbandingan dari hasil ke dalam suatu standar atau peraturan (Greenberg, 2011; Dajani & Mohamad, 2017). Persepsi

karyawan mengenai keadilan distributif muncul ketika penghargaan dan tunjangan mereka tidak sesuai dengan kontribusi yang mereka berikan (Colquitt et al, 2005; Dajani & Mohamad, 2017). Keadilan prosedural adalah proses yang terlihat adil di dalam meregulasi penghargaan distributif seperti hak moneter atau hak non-moneter (Thibaut & Walker, 1975; Dajani & Mohamad, 2017). Keadilan interaksional adalah bagaimana karyawan diberikan perlakuan yang pantas (dengan hormat dan sensitivitas) (Bies & Moag, 1986; Dajani & Mohamad, 2017). Kemudian Colquitt membagi tipe keadilan ini ke dalam beberapa komponen lain yaitu keadilan interpersonal dan keadilan informasional (Colquitt, 2001; Dajani & Mohamad, 2017). Keadilan interpersonal merefleksikan kualitas dari perlakuan yang diberikan selama prosedur eksekusi berjalan. Keadilan informasional memfokuskan pada pemberian penjelasan atau ‘mengapa’ beberapa prosedur digunakan, atau ‘mengapa’ hasil yang spesifik didistribusikan dalam sebuah bentuk atau pola (Dajani & Mohamad, 2017).

Terdapat lima dimensi lainnya yang menjelaskan keadilan organisasi yaitu kepemimpinan dan manajemen yang etis, keadilan arahan strategis, inovasi pelayanan, hubungan pelanggan dan keragaman dalam keadilan manajemen. (Cropanzano, Rupp, Mohler & Schminke 2001).

Keadilan organisasi adalah

persepsi positif terhadap etika dan moral dari praktik kepemimpinan dan pengelolaan organisasi (Cropanzano et al, 2007; Cropanzano et al, 2002). *Kepimpinan dan manajemen yang etis* merupakan aspek keadilan yang menyiratkan bahwa pemimpin dan manajer memiliki dan mendorong nilai keadilan dalam organisasi seperti kejujuran, integritas, keterbukaan, kasih sayang, kemanusiaan, persamaan, kepercayaan, penghargaan dan pemberdayaan (Cropanzano et al, 2001).

Menciptakan arahan strategik yang berorientasi pada keadilan bagi organisasi merupakan salah satu cara organisasi menunjukkan perhatiannya terhadap pengembangan yang adil dan pelaksanannya.

Pengembangan yang adil dari arahan strategik berfokus pada konsultasi dengan pemangku kepentingan yang relevan selama prosespengambilan keputusan yang mana melibatkan karyawan, manajer, klien, pelanggan dan organisasi pekerja (Cropanzano et al 2001).

Penyampaian layanan dan inovasi sebagai dimensi keadilan menyoroti tenggungjawab pekerja dan pemberi kerja dalam memastikan terciptanya citra organisasi yang adil dan wajar berkaitan dengan pengembangan dan penyampaian layanan dan produk (Cropanzano et al, 2001).

Terlepas bagaimana organisasi mendefinisikan sebuah layanan dan bagaimana pelanggan merasakan layanan

tersebut, layanan yang diberikan harus berfungsi lancar agar pelanggan dapat merasakannya dengan tepat (adil dan wajar) (Goldstein, Johnston, Duffy & Rao, 2002). *Keadilan hubungan pelanggan*, pada dasarnya berkaitan dengan menjaga hubungan dengan pelanggan, meningkatkan loyalitas pelanggan, dan memperluas nilai eksistensi pelanggan (Croppanzano *et al*,2001; King & Burgess, 2008). Untuk itu, praktik hubungan pelanggan dalam organisasi yang adil dan wajar dapat membantu organisasi dalam mengelola pelanggan lebih efektif.

Sebuah organisasi yang berkomitmen terhadap keadilan pengelolaan keberagaman mampu memberikan kesan bahwa organisasi telah memiliki sistem mapan yang secara adil mengevaluasi, mempromosikan, dan memberikan kompensasi terhadap karyawan berdasarkan kinerja dan kemampuan dibandingkan kriteria semacam gender, ras, kebangsaan atau usia. (Magoshi & Chang,2009; Park & Gursoy, 2012) .

METODOLOGI PENELITIAN

Peneliti menggunakan studi deskriptif kuantitaif dengan menggunakan survey yang dilakukan oleh pihak organisasi dalam melakukan evaluasi terkait dengan proses rotasi/mutasi yang telah dilakukan selama periode 2019-2020.

Desain Penelitian

Metode survey digunakan melihat sebaran pilihan jawaban atas pertanyaan tertutup pada pokok rumusan masalah terkait proses rotasi/mutasi yang telah dilakukan oleh organisasi. Pertanyaan dibangun atas melihat secara praktis pelaksanaan rotasi/mutasi yang dilakukan sudah sesuai dengan ketentuan/aturan organisasi yang telah dipahami oleh semua karyawan.

Sampling

Sampling penelitian ini adalah 955 karyawan dari kelompok generasi X dan 3549 responden dari kelompok Gen-Y untuk dilakukan studi metode survei.

Survei

Survei yang dilakukan adalah pertanyaan mengenai pendapat terhadap kebijakan rotasi, mutasi, promosi. Terdapat 4 pilihan jawaban yaitu: tidak pasti, kurang pasti, pasti dan sangat pasti. Keempat pilihan jawaban ini memberikan gambaran terhadap kepastian atas kebijakan rotasi/mutasi dan promosi yang terjadi di organisasi XYZ.

Jika menjawab “tidak pasti” dapat diartikan bahwa, rotasi/mutasi dan promosi sangat tidak dapat dipastikan waktunya, bahkan ada karyawan yang tidak pernah mengalami rotasi/mutasi dan promosi. Sedangkan “kurang pasti” dapat diartikan ada proses rotasi/mutasi dan promosi, namun sangat lama, hingga 6 tahun ke atas. Sedangkan untuk jawaban “pasti” durasi akan dilakukan rotasi/mutasi dan promosi antara 2-6 tahun, sedangkan dengan jawaban “sangat pasti”, durasi presisi dengan 2 tahun (sesuai ketentuan

organisasi) akan terjadi proses rotasi/mutasi dan promosi.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini akan terlihat gambaran antara Gen-X dan Y dalam melihat rotasi/mutasi dan promosi yang dilakukan organisasi kepada karyawannya.

Berdasarkan hasil survei, dapat dilihat bahwa secara keseluruhan terkait implementasi rotasi/mutasi dan promosi yang dilakukan oleh organisasi, dipersepsi yang paling besar adalah “kurang pasti” dengan 47,02% yaitu, dimana rotasi/mutasi dan promosi hingga 6 tahun

ke atas. Yang kedua diikuti oleh jawaban “pasti” dimana dilakukan rotasi/mutasi dan promosi antara 2 – 6 tahun sebanyak 20,25%. Dan urutan ketiga “tidak pasti” dimana rotasi/mutasi dan promosi dilakukan di 6 tahun ke-atas, sedangkan yang terkecil adalah “sangat pasti” dengan 2,71% yaitu sesuai dengan aturan/kebijakan yang berlaku di organisasi.

Secara umum, terlihat Gen-Y memiliki persentase yang paling tinggi atas ketidakpastian proses atas implementasi kebijakan rotasi/mutasi dan promosi pada organisasi.

Tabel 3.
Hasil survei persepsi kepastian kebijakan rotasi, mutasi, dan promosi

Kelompok Generasi	Statistik	Menurut pengamatan Anda, bagaimana kepastian atas kebijakan rotasi, mutasi , dan promosi pada perusahaan Anda?				Total	
		Tidak Pasti	Kurang Pasti	Pasti	Sangat Pasti		
Gen-X	Jumlah	145	430	337	43	955	
	Persentase	3,22%	9,55%	7,48%	0,95%	21,20%	
Gen-Y	Jumlah	767	1688	1015	79	3549	
	Persentase	17,03%	37,48%	22,54%	1,75%	78,80%	
Total (%)		912 (20,25%)	2118 (47,02%)	1352 (30,02%)	122 (2,71%)	4504 (100%)	

Dalam studi Gibson dkk terdapat perbedaan peringkat prioritas terminal values antara Gen-X dan Gen-Y. Nilai kesetiaan berada pada urutan keempat pada Gen-X sementara menjadi urutan keenam pada Gen-Y lebih rendah dibanding nilai independensi pada urutan keempat. Nilai kesetiaan mendorong responden memberikan penilaian lebih

positif terhadap perusahaan.

Sementara nilai instrumental “ambisius” pada Gen-Y berada pada peringkat 6 sementara pada kelompok Gen-X tidak pada 10 besar peringkat nilai instrumental tersebut. Nilai ambisi yang mendorong responden memiliki kesan negatif terhadap kebijakan terutama jika implemetasinya tidak sesuai dengan

perencanaan dan harapan responden.

Dengan adanya *perbedaan* tersebut dapat memunculkan perbedaan reaksi terhadap penerapan kebijakan rotasi, mutasi dan promosi. Hal ini mempengaruhi perilaku karyawan ketika bekerja. Institusi X diharapkan dapat menemukan inovasi dalam merumuskan kebijakan dan perencanaan manajemen karir sehingga dapat menarik dan menimbulkan kepercayaan karyawan terhadap organisasi, khususnya untuk Gen-Y. Dimana Gen-Y saat ini di organisasi memiliki jumlah populasi yang lebih besar yaitu 78,80%. Ketika tidak terjadi persepsi yang baik akan keadilan organisasi dimana, proses/implementasi aturan tidak dijalankan dengan baik sesuai prosedur akan menimbulkan ketidakpercayaan terhadap organisasi. Hal ini juga akan berdampak pada komitmen dan *engagement* Gen-Y terhadap kinerja di dalam organisasi.

DISKUSI

Penelitian ini merupakan penelitian awal yang dapat dijadikan pijakan untuk mengukur beberapa variable lainnya seperti Perspektif Keterdukungan Organisasi (POS), Komitmen Organisasi (OC), Kepuasan Kerja (JS) dan juga *Engagement*. Saat ini organisasi XYZ dapat melihat data yang ada terhadap 70% populasi organisasi dimana sebagian besar dari mereka melihat adanya

ketidaksesuaian antara kebijakan/aturan yang ada dalam implementasi pengelolaan SDM saat ini.

Selain metode penelitian kuantitatif dapat juga didalami dengan penelitian kualitatif agar mendapatkan secara keseluruhan ekspektasi atau harapan atau aspirasi, khususnya Gen-Y dalam berkarir, khususnya rotasi/mutasi dan promosi di organisasi XYZ ini.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dengan adanya persepsi Gen-Y yang rendah terhadap implementasi rotasi/mutasi dan promosi di lingkungan organisasi XYZ, mulai dapat dievaluasi kembali regulasi yang ada dan implementasi yang telah dilakukan saat ini. Ketika Rotasi/mutasi dan promosi sebagai bagian dari pengembangan dan penghargaan, perlu dilakukan penajaman terhadap penilaian kinerja dan ukuran penilaian kinerja itu sendiri.

Sehingga jika proses rotasi/mutasi dan promosi berbekal pada penilaian kinerja, dipastikan bahwa penilaian kinerja dapat dijadikan acuan yang valid dalam proses pergerakan baik rotasi/mutasi dan promosi. Selain itu, perlu dilakukan evaluasi terhadap proses dan pengelolaan karir, salah satu yang dapat dijadikan solusi adalah mengadopsi pengelolaan talenta dimana mulai mendefinisikan posisi-posisi penting bagi organisasi, sehingga yang mendapatkan fasilitas terbaik rotasi/mutasi dan promosi adalah

yang memiliki talenta tinggi.

Hal ini dapat mendorong efisiensi organisasi, dimana rotasi/mutasi dan promosi membutuhkan biaya yang sangat tinggi bagi organisasi dan juga individu tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhigbe, O. J. (2013). *Human Resource Planning: A Key Factor in Ensuring the Effectiveness and Efficiency of Organization*. *Journal of Emerging Trends and Management Sciences* 4 (4).
- Ali, M., Ahmad, Z. & Iqbal, J. (2012). *Human Resource Planning: A Key to Internal and External Fit*. *Journal of Business Management Vol.* 6 (27).
- Ali-Mohammadi, F. & Ramezani, M. (2017). *Evaluate the Effectiveness of Job Rotation System and its Impact on Employees' Readiness for Job Rotation (Case Study of: Maskan Bank Branches in the city of Tabriz)*. *International Review No. 1-2*.
- Cropanzano, et al.(2001). *Three Road To Organizational Justice*. *Research in Personnel and Human Resources Management Volume* 20
- Cropanzano, R; Bowen, D. E., & Gilliland, W. (2007). *The management of organizational justice*. *Academy of Management Perspectives, November*, 34 - 47.
- Dajani, M. A. & Mohamad, M. S. (2017). *Perceived Organisational Justice and Counterproductive Behavior: The Mediating Role of Work Alienation Evidence from the Egyptian Public Sector*. *International Journal of Business and Management Vol.* 12 (5).
- Fisher, Thomas F. & Crabtree, Jeffrey L.(2009). *Generational Cohort Theory: Have We Overlooked an Important Aspect of the Entry-Level Occupational Therapy Doctorate Debate?*. *American Journal of Occupational Therapy*, 63, 656–660.
- Garaika dan Margahana, H. (2019). *Peran Seleksi (Selection) Tenaga Kerja Yang Tepat Terhadap Tercapainya Tujuan Organisasi*. *Jurnal Aktual STIE Trisna Negara Volume* 17 (2) Desember 2019, Hal. 133-141 ISSN : 1693-1688. Retrieved from <file:///C:/Users/User/Downloads/42-83-1-SM.pdf>
- Goldstein, S. M., Johnston, R., Duffy, J., & Rao, J.(2002). *The Service Concept: The Missing Link in Service Design Research*. *Journal of Operations Management*, 20, 121–134.
- Jahanian, R. & Modaresi, M. (2014). *Human Resource Planning Management and Their Improving Method*. *Asian Journal of Economics and Empirical Research No. 2*.
- King, S. F., & Burgess, T. F. (2008). *Understanding Success and Failure in Customer Relationship Management*. *Industrial Marketing Management*, 37, 421–431.
- Ledimo, Ophilia. (2015). *AN Assessment of Organisational Justice Perception Across Three Generational Cohort*. *Journal of Governance and Regulation / Volume 4, Issue 4*
- Martin, C. A. (2005). *From high maintenance to high productivity*. *Industrial and Commercial Training*, 37(1), 39–44.
- Martin, C.A & Tulgan, B. (2006). *Managing The Generation Mix: Second Edition From Urgency to Opportunity*. Massachusets: HRD

Press, Inc

- Prashanthi, K. (2013). *Human Resource Planning – An Analytical Study*. *International Journal of Business and Management Invention*.
- Paul, P. (2001). *Getting inside Gen Y*. American Demographics, 23(9), 42–49.
- Rinaldi, U., Sani & Martono. (2017). *Mutation and Promotion System and Its Relation To Employee Satisfaction and Job Performance of West Kalimantan Immigration Office*. *Journal of Applied Management* 16 (1).
- Ng, Eddy S, Lyon & Schwitzer.(2018). *Generational Career Shift: How Matures, Boomers, Gen Xers & Millenials View Work*. Emerald Publishing
- Park, J. & Gursoy, D. (2012). *Generation Effects on Work Engagement Among U.S. Hotel employees*. International Journal of Hospitality Management, 31, 1195 – 1202.
- Samwel, J. O. (2018). *Human Resource Planning as an Important Practice to Anticipate Future Human Resource Requirements of the*

Organization –Literature Review. *International Journal of Research in Business Studies and Management Vol. 5 (3)*.

- Strauss, W., & Howe, N. (1991). *Generations: This history of America's future, 1584 to 2069*. New York: William Morrow and Company, Inc.

Wicaksana, S., Novasari, E. P., & Janita, S. S. (2019). *Gambaran Tipe Kepribadian Generasi Y di Indonesia*. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 8(01), 11 - 17. Retrieved from <http://journal.univpancasila.ac.id/index.php/mindset/article/view/318>

Winasis, W (2018). *Pengaruh Sebaran Generasi Terhadap Motivasi Kerja Di Industri Perbankan Area Tanah Abang*. Hal 21-23, Jurnal JDM, Vol. I No.02 Sept 2018 retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/279590-pengaruh-sebaran-generasi-terhadap-motiv-e3b1bd21.pdf>

Peran Job Crafting & Intrapreneurship terhadap Work Performance pada Karyawan Bank

The Role of Job Crafting & Intrapreneurship toward Work Performance in Bank Employees

GALIH ARYA RAMADHAN¹, BENEDICTA P.DWI RIYANTI²

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Email: ¹galihar264@gmail.com, ²benedictariyanti@yahoo.com

Abstrak. *Work performance* merupakan kunci keberhasilan suatu perusahaan dalam mencapai target dan tujuannya. Karyawan yang bekerja di bank diharapkan bertahan dan bersaing sekaligus menghadapi beberapa tantangan khususnya dalam kondisi pandemi Covid 19. Sehingga diperlukan perilaku proaktif untuk dapat mengupayakan dirinya dalam upaya pencapaian tujuan organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *job crafting & intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan bank. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan model regresi berganda. Alat ukur yang digunakan adalah *job crafting scale* (Tims et al., 2011), *intrapreneurship behavior scale* (de Jong et al. 2011) dan alat ukur *individual work performance questionnaire* (Koopmans et al., 2014) yang telah diadaptasi oleh Widyastuti & Hidayat (2018). Penelitian melibatkan 264 responden karyawan bank di wilayah Jabodetabek & Bandung dengan teknik *convenience sampling*. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa *job crafting* dan *intrapreneurship* terbukti memiliki peran terhadap *work performance*. *Job crafting* menunjukkan kontribusi yang lebih besar terhadap *work performance*. Sedangkan *intrapreneurship* tidak memberikan kontribusi terhadap *work performance*.

Kata kunci: *job crafting, intrapreneurship, work performance.*

Abstract. *Work performance is the key to the success of a company in achieving its targets and objectives. Employees who work in banks are expected to survive and compete while facing several challenges, especially in the conditions of the Covid 19 pandemic. Proactive behavior is required to be able to strive for themselves to achieve organizational goals. This study aims to determine the role of job crafting & intrapreneurship on the work performance of bank employees. This research is quantitative research and uses multiple regression model. The measuring tools used are the job crafting scale (Tims et al., 2011), the intrapreneurship behavior scale (de Jong et al., 2011) and the individual work performance questionnaire (Koopmans et al., 2014) which have been adapted by Widyastuti & Hidayat (2018). The study involved 264 respondents from bank employees in the Greater Jakarta & Bandung area with convenience sampling technique. The results obtained indicate that job crafting and intrapreneurship are proven to have a role in work performance. Job crafting shows a greater contribution to work performance. Meanwhile, intrapreneurship does not contribute to work performance.*

Keyword: *job crafting, intrapreneurship, work performance.*

PENDAHULUAN

Pembatasan ruang gerak masyarakat yang terjadi selama pandemi COVID-19 telah berdampak pada tatanan kehidupan masyarakat di segala aspek kehidupan, baik ekonomi, bisnis, pekerjaan, peribadatan, pendidikan, dan lain-lain (Belawati & Nizam, 2020). Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Tenaga Kerja bahwa jumlah tenaga kerja yang terkena PHK akibat pandemi mencapai 5,2 juta pekerja dan terdapat 96,5% perusahaan yang terdampak akibat pandemic (Amindoni, 2020). Akibat dari PHK tersebut tentunya berpotensi untuk meningkatkan angka pengangguran nasional dan juga menurunkan daya beli masyarakat yang berujung pada stagnasi pada pelaku usaha.

Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan ekonomi tersebut, pemerintah menerbitkan program Pemulihan Ekonomi Nasional (PEN) melalui PP No. 23 Tahun 2020 yang salah satunya berisi pengaturan subsidi bunga dan restruktur kredit guna membantu UMKM, usaha ultra mikro, serta BUMN (Setkab, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa pemerintah telah mengupayakan agar masyarakat dapat pulih dari keterpurukan dan memberikan ruang bagi masyarakat yang untuk menjalankan usaha mikro.

Kebijakan restruktur kredit yang diharapkan dapat menjadi solusi bagi permasalahan ekonomi selama pandemi tersebut ternyata berpengaruh terhadap kinerja perbankan nasional, yakni intermediasi perbankan yang

menurun (OJK, 2020). Penyebabnya adalah tingginya penyaluran kredit tahun sebelumnya mengakibatkan perputaran yang lamban, sehingga dana yang digelontorkan belum kembali ke sistem perbankan (Bagaskara, 2021). Selain itu terdapat kemerosotan ekonomi global seperti pertumbuhan kredit yang melambat yaitu sebesar 0,12% pada September 2020. Jika terus berlanjut, situasi ini berpotensi menyebabkan resiko keuangan di masa depan, terutama saat puncak pandemi masih belum diketahui secara pasti.

Bank sebagai lembaga keuangan yang memiliki posisi penting dalam perekonomian bangsa diharapkan untuk memiliki kinerja baik serta kontinuitasnya selalu terjaga dalam situasi apapun. McKinsey Indonesia juga mengungkapkan bahwa sektor perbankan diprediksi mampu meraih pertumbuhan di tengah pandemi. Hal ini dikarenakan adanya peningkatan transaksi digital sehingga diharapkan mampu meningkatkan inklusi ekonomi (Windarty, 2020). Namun, penerapan digitalisasi bukanlah indikator kuat dalam menentukan kinerja suatu bank. Bank sebagai Lembaga yang menjunjung tinggi kepercayaan masyarakat juga harus memperhitungkan aspek modal, resiko dan juga pelayanan untuk mendukung pencapaian kinerja yang lebih baik.

Survey yang dilakukan oleh McKinsey (2020), juga menyebutkan saat pandemi berlangsung karyawan yang bekerja di bank

Amerika Serikat sebanyak 85% menyatakan terasa berat untuk mendapatkan klien baru ketika bekerja di rumah, sementara 50% mengatakan mereka menjadi bekerja lebih lama. Adarkar, et al (2020) menyatakan bahwa hendaknya bank memaknai situasi yang terjadi di industri perbankan selama pandemi sebagai sebuah kesempatan untuk meningkatkan tantangan di masing-masing bidang dan menciptakan jendela yang lebih besar untuk berinovasi. Selanjutnya Pricewaterhouse Coopers (PwC) (2020) mengungkapkan bahwa karyawan yang bekerja pada sektor perbankan di kawasan asia-pasifik sebanyak 61% merasa bahwa inovasi sangatlah penting. Namun, hanya 14% yang menyatakan sangat siap untuk melakukan inovasi. PwC menyebutkan bahwa perbankan di negara-negara kawasan asia-pasifik lebih banyak fokus pada identifikasi kebutuhan pelanggan (59%) untuk membantu menciptakan pengalaman pelanggan yang lebih baik dibandingkan pada aspek lain seperti *product, platform*, dan juga *chanel/interface*.

Kunci keberhasilan suatu perusahaan dalam melakukan inovasi terletak pada kualitas SDM yang berkualitas. Maka dari itu, pentingnya suatu perusahaan dalam melihat kinerja karyawan atau *work performance* (Aboazoum,2015). Hasil penilaian kinerja karyawan dapat digunakan untuk mengukur dan membandingkan apa yang diharapkan oleh perusahaan dengan apa yang telah dilakukan oleh seorang karyawan. Kenyataan bahwa kinerja organisasi hanya dapat dipahami jika

perusahaan memahami kinerja individu, karena organisasi harus mempertimbangkan tidak hanya faktor organisasi, tetapi juga faktor yang melekat pada pekerja atau hal-hal yang memerlukan mereka secara individu (Ramos-Villagrassa et al., 2019).

Work performance merupakan perilaku atau tindakan yang relevan dengan tujuan perusahaan dimana Koopmans et al.,(2013) menjelaskan *work performance* lebih berfokus pada perilaku atau tindakan karyawan, daripada hasil dari tindakan tersebut. Contohnya adalah karyawan berkontribusi secara langsung dalam pekerjaan, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, mampu berkolaborasi dengan karyawan lain, mampu menghadapi situasi yang sulit serta tidak pernah meninggalkan pekerjaannya (Koopmans L., et al.,2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Work performance* adalah individu, pekerjaan dan juga lingkungan (Booner & Sprinkler,2012). Artinya hal ini akan terwujud apabila individu berhasil menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja sehingga dapat menghasilkan suatu pekerjaan yang berkualitas. Dengan demikian, organisasi semakin berharap dari karyawannya untuk bereaksi terhadap kondisi yang tidak terduga dengan menunjukkan perilaku proaktif seperti mengidentifikasi peluang, menunjukkan inisiatif, mencari situasi yang menantang, menafsirkan peran kerja secara lebih luas, dan dapat menentukan pekerjaan untuk memasukkan tugas dan tujuan baru (Nielsen & Abildgaard, 2012). Hal ini menurut Wrzesniewski & Dutton (dalam

Sengkey et al, 2016) menjadi bertolak belakang dengan istilah *top-down* yang mensyaratkan kepatuhan terhadap indikator kinerja tampak lambat dalam merespon perubahan. Dengan demikian perusahaan seharusnya menggunakan pendekatan *bottom-up* yang menggunakan karyawan sebagai sumber proaktif bagi inovasi dan kreativitas cukup relevan untuk diterapkan (Sengkey et al., 2016).

Pentingnya pendekatan *bottom-up* dalam mengukur kinerja karyawan bank saat ini dilandasi bahwa melihat dari kinerja perbankan yang menurun disertai hambatan-hambatan yang dihadapi karyawan bank dalam mencapai kinerja, perlu diketahui mengenai gambaran situasi para karyawan yang masih bertahan saat ini dalam mengelola pekerjaan mereka agar dapat menyesuaikan situasi dan tuntutan kerja. Salah satu bentuk pendekatan *bottom-up* yang dapat menjelaskan situasi tersebut adalah *job crafting* atau upaya karyawan untuk mengubah tanggung jawab, baik fisik, kognitif, maupun karakteristik relasional dalam pekerjaan (Sengkey et al., 2016). *Job crafting* menunjukkan bahwa pekerjaan dapat dirancang dengan cermat melalui upaya karyawan untuk memaksimalkan penggunaan sumber daya kerja yang terstruktur dan memperkuat hubungan kerja serta menggunakan hubungannya dengan pekerjaan. Hal tersebut dapat mengurangi hal-hal yang menjadi beban kerja yang berat dan meningkatkan kemauan karyawan untuk menerima tantangan kerja baru (Tims, 2017). Manfaat dari *job crafting* terhadap organisasi

terbukti memiliki peran terhadap terhadap kinerja (Tims et al., 2015). Hasil penelitian Gordon et.al., (2015) menunjukkan bahwa perubahan dalam pekerjaan yang diprakarsai oleh individu melalui penyesuaian pekerjaan agar sesuai dengan preferensi pekerjaan pribadi dan mencari sumber daya dan tantangan, bermanfaat bagi organisasi dan karyawan.

Selain *job crafting*, karyawan juga diharapkan mampu untuk terlibat secara aktif dalam mengembangkan organisasinya. Artinya jika karyawan bank mampu mengubah pekerjaannya lebih baik, akan mengarahkan pada perilaku kerja yang berkontribusi pada pengembangan organisasi. Salah satu pendekatan *bottom-up* yang juga memiliki kontribusi terhadap kinerja adalah *intrapreneurship*. Konsep *intrapreneurship* oleh De Jong (2011) dijelaskan sebagai sebuah proses pengidentifikasi dan penggalian peluang-peluang oleh karyawan yang dapat mengembangkan organisasi melalui perilaku yang inovatif, proaktif, dan mengambil risiko. *Intrapreneurship* disebut juga oleh Morris & Kuratko (2003) sebagai kewirausahaan perusahaan (Gawke et al., 2019). Dengan kata lain *intrapreneur* adalah individu kreatif yang memiliki jiwa kewirausahaan dalam organisasi yang dapat melihat dan menangkap peluang untuk berinovasi, tetapi pada saat yang sama mentransformasikan ide dan model tersebut menjadi aktivitas nyata yang akan meningkatkan profitabilitas dan daya saing usaha yang mereka geluti (Guven, 2018).

Penelitian yang mengukur tentang keterkaitan antara *job crafting* dan *intrapreneurship* belum banyak dilakukan. Meskipun demikian, Gawke et al., (2017) mengungkapkan bahwasanya *job crafting* berkaitan dengan karakteristik pekerjaan yang mirip dengan *intrapreneurship* karyawan, seperti otonomi pekerjaan dan variasi pekerjaan (de Jong et al., 2013). *Job crafting* merupakan salah satu bentuk perilaku kerja proaktif yang bertujuan untuk mengubah karakteristik pekerjaan seseorang. Sedangkan *intrapreneurship* pada karyawan adalah sebagai agen dan perilaku antisipatif yang bertujuan menciptakan bisnis baru untuk organisasi (*venture behavior*), dan meningkatkan kemampuan organisasi untuk bereaksi terhadap kemajuan internal dan pasar (*strategic renewal behavior*) (Gawke et al., 2018). Oleh karena itu *intrapreneurship* diposisikan sebagai tipe spesifik dari perilaku proaktif yang terkait dengan perubahan dan peningkatan organisasi sehingga dibedakan dari konsep perilaku kerja proaktif yang berfokus pada kesesuaian antara atribut diri sendiri dan lingkungan organisasi seperti *job crafting* (Gawke et al., 2017).

Berdasarkan hal tersebut maka pertanyaan penelitian ini apakah terdapat peran *job crafting* dan *intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan bank secara simultan dan parsial. Penelitian ini memiliki hipotesis bahwa terdapat peran *job crafting* dan *intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan bank secara simultan dan parsial.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik meneliti lebih lanjut mengenai peran *job crafting* dan *intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan bank.

METODE

Responden Penelitian. Subjek yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebanyak 264 orang. Kriteria partisipan ini adalah karyawan yang bekerja di bank minimal 6 bulan, berusia diantara 19-55 tahun, dan bekerja di wilayah Jabodetabek dan Bandung. Pengambilan data penelitian ini menggunakan teknik sampling *non-probability convenience sampling*.

Desain Penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non eksperimental dengan tipe regresi berganda yang melibatkan tiga variabel yaitu *work performance*, *job crafting* dan *intrapreneurship*.

Instrumen Penelitian. *Job crafting* mengukur sejauh mana karyawan bank mendesain ulang pekerjaan mereka yang diukur menggunakan *Job Crafting Scale* yang dikembangkan oleh Tims et al., (2012) sebanyak 21 aitem pernyataan dan menggunakan skala Likert yang diukur melalui penilaian terhadap lima jawaban alternatif yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering dan selalu. Kuesioner tersebut telah diadaptasi oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia dengan *back-forward translate*. Contoh aitem yang digunakan yaitu “*Saya berusaha mempelajari hal-hal baru di tempat kerja, Saya meminta umpan balik dari orang*

lain atas kinerja Saya, Saya secara teratur melakukan tugas tambahan, meskipun saya tidak menerima imbalan tambahan untuk hal tersebut”.

Intrapreneurship mengukur tentang sejauh mana karyawan bank melakukan identifikasi dan penggalian peluang yang diukur menggunakan *Intrapreneur Behavior Scale* yang dikembangkan oleh de Jong et al., (2011) yang terdiri dari 9 butir pernyataan dan menggunakan skala Likert yang diukur melalui penilaian terhadap lima jawaban alternatif yaitu tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering dan selalu. Kuesioner tersebut telah diadaptasi oleh peneliti ke dalam Bahasa Indonesia dengan *back-forward translate*. Contoh aitem yang digunakan yaitu “*Saya menciptakan ide-ide kreatif, Saya bertindak dahulu baru kemudian meminta persetujuan yang lain, meskipun saya tahu bahwa hal tersebut akan mengganggu orang lain, Saya dikenal sebagai orang yang tahu tentang isu dan tren terbaru yang dapat berperan pada perusahaan*”.

Work performance mengukur sejauh mana karyawan bank dalam memberikan kontribusi dalam pencapaian tujuan perusahaan yang diukur menggunakan *Individual work performance questionnaire* (IPWQ) yang dikembangkan oleh Koopmans et al., (2012). Alat ukur IPWQ diperoleh dari Widyastuti & Hidayat, (2018) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dengan reliabilitas pada setiap dimensi diatas .80 yang artinya alat ukur tersebut stabil dan konsisten.

Tabel 1 Hasil Uji Validitas & Reliabilitas.

Alat Ukur	Reliabilitas	Validitas	
		Alat Ukur	Butir
	<i>Cronbach Alpha's</i>	<i>Corrected-Item-Total Correlation</i>	
<i>Job Crafting Scale</i>	.891	.341 – .680	
<i>Intrapreneurial Behaviour Scale</i>	.878	.454 – .731	
<i>Individual Work Performance Questionnaire</i>	.871	.365 – .664	

Berdasarkan tabel dapat dikatakan bahwa seluruh alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini valid dan reliabel untuk digunakan. Hal tersebut didasarkan pada suatu alat ukur dapat disebut sebagai alat ukur yang reliabel ketika nilai *Cronbach Alpha* diatas .700 dan valid ketika nilai *Corrected Item-Total Correlation* $\geq r$ tabel yaitu sebesar .149 (Gravetter & Wallnau,2013).

Prosedur Penelitian. Dalam pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner menggunakan *Google Form* dengan menyebarkan link ke HRD bank, Pimpinan cabang dan wilayah, serta *social media* yang dimiliki oleh peneliti.

Analisis Data. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan pengujian regresi. Untuk bisa melakukan pengujian tersebut, diperlukan pengujian persyaratan uji regresi yaitu uji asumsi klasik sebagai langkah awal yang perlu dilakukan sebelum masuk ke

dalam pengujian regresi. Selanjutnya data yang didapat akan diolah menggunakan program IBM SPSS Statistics versi 25. Data lapangan akan diolah dengan menggunakan teknik regresi linier berganda atau *multiple linear regression*.

HASIL

Berdasarkan tabel 2 maka diperoleh hasil bahwa *job crafting* pada partisipan tergolong tinggi (56%), *intrapreneurship* tergolong sedang (63%), dan *work performance* berada di kategori sedang (60%).

Tabel 2 Sebaran Skor Variabel

	<i>Job crafting</i>		<i>Intrapreneurship</i>		<i>Work performance</i>	
	Jumlah	Percentase	Jumlah	Percentase	Jumlah	Percentase
Tinggi	149	56%	25	9%	0	0%
Sedang	115	44%	166	63%	158	60%
Rendah	0	0%	73	28%	106	40%
Total	264	100 %	264	100 %	264	100 %

Berdasarkan hasil pengujian analisis regresi didapatkan pada tabel 3 bahwa nilai signifikansi F sebesar 0.000. Dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat kontribusi secara bersama-sama dari *job crafting* dan *intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan bank ($F = 55.914$, $p < 0.05$). Dari Tabel 1 terlihat bahwa nilai R square sebesar 0,300 hal ini menunjukkan besarnya peran *job*

crafting dan *intrapreneurship* sebesar 30% terhadap *work performance*, sedangkan 70% disebabkan oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Tabel 3 Hasil Uji Simultan *Job crafting* & *Intrapreneurship* terhadap *Work performance*

F	Sig	R Square
55.914	0.000	0.300

Meski demikian, terbukti pada Tabel 2 bahwa hanya variabel *job crafting* saja yang memberikan kontribusi yang lebih besar secara parsial ($\beta = .535$, $p < .05$) terhadap *work performance*. Sedangkan variabel *intrapreneurship* tidak memberikan kontribusi ($\beta = .030$, $p > .05$) terhadap *work performance*.

Tabel 4 Hasil Uji Parsial *Job crafting* & *Intrapreneurship* terhadap *Work performance*

Model	B	Beta	t	Sig
<i>Job crafting</i>	0.538	0.535	9.524	0.000
<i>Intrapreneurship</i>	0.139	0.030	0.536	0.593

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *job crafting* dan *intrapreneurship* terbukti memiliki peran terhadap *work performance* pada karyawan bank. Meski demikian, berdasarkan hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa *job crafting* memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap *work performance* dibandingkan dengan *intrapreneurship* yang tidak memberikan kontribusi.

DISKUSI

Berdasarkan hasil pengujian statistik pada Tabel 2 menunjukkan bahwa *job crafting* memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap *work performance* dibandingkan dengan *intrapreneurship*. Merujuk pada karakteristik *job crafting* dalam menyelaraskan apa yang menjadi tantangan dan bagaimana untuk meningkatkan sumber daya yang berasal dari dirinya dalam bekerja akan mengubah persepsiya terhadap upaya pencapaian kinerja. Sehingga, ketika karyawan bank telah berhasil menyelaraskan hal tersebut akan secara terstruktur meningkatkan upaya karyawan dalam keberhasilan, lebih memberikan dukungan pada perusahaan dan menghindari perilaku yang menimbulkan kerugian. Selain itu, penelitian ini dilakukan dalam situasi pandemi yang menuntut sebagian besar karyawan bank untuk *work from home*, yang mengindikasikan skor *job crafting* karyawan bank cenderung tinggi dan berpengaruh pada temuan yang signifikan.

Hasil yang diperoleh sejalan dengan apa yang telah peneliti rumuskan, bahwa *job crafting* berperan terhadap *work performance* dan sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa *job crafting* berperan terhadap kinerja karyawan (Gordon et al, 2015; Hooff,2016; Guan & Frenkel,2018; Zhang & Liu,2021). *Job crafting* dapat berkontribusi dengan kinerja pekerjaan karena karyawan melakukan perubahan pada pekerjaan mereka untuk memungkinkan kinerja yang lebih baik atau lebih efisien tetapi juga

untuk dapat melakukan tugas yang menurut mereka menarik atau bermanfaat (Tims et al., 2015).

Selanjutnya, peneliti akan membahas mengenai peran *intrapreneurship* terhadap *work performance* pada karyawan yang bekerja di bank. Secara simultan, *intrapreneurship* tidak memberikan kontribusi. Melihat karakteristik *intrapreneurship* yang berbeda dari *job crafting*, *intrapreneurship* yang lebih memanfaatkan pada sumber daya organisasi dalam melihat peluang untuk mengerahkan diri pada pencapaian kinerja.

Hasil penelitian ini berbeda dari yang telah peneliti merumuskan yaitu tidak ada peran dari *intrapreneurship* terhadap *work performance*. Artinya penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya peran *intrapreneurship* terhadap kinerja karyawan (Ahmad et al., 2012; de Jong et al., 2011; Gawke et al., 2017). Karyawan yang memiliki *intrapreneurship* pada dasarnya memahami mengenai tingkat kinerja yang diharapkan dari mereka. Hal tersebut dapat dicapai ketika karyawan memiliki kebebasan, menikmati beberapa tingkat tanggung jawab, dan memahami resiko kegagalan yang akan dihadapi Badoiu et al, (2020).

Penelitian ini dilakukan pada karyawan yang bekerja pada sektor perbankan yang memiliki birokrasi dan regulasi yang cukup ketat terkait dengan risiko pengelolaan dana. Artinya penetapan target dan strategi banyak dilakukan pada top management. Dengan demikian

karyawan yang bekerja di bank tidak semua memiliki kebebasan dalam mengerahkan ide dan gagasan untuk pengembangan organisasi. Hornsby et al, (2002) menyebutkan bahwa akan menjadi sulit bagi seorang intrapreneur untuk menjadi *intrapreneurship* dalam lingkungan organisasi yang memiliki kebijakan yang ketat dan juga sangat birokratis. Selain de Jong (2011) mengungkapkan bahwa level jabatan dan jenis pekerjaan tertentu mampu memprediksi tinggi rendahnya *intrapreneurship* pada karyawan.

Dengan demikian, hal ini dianggap oleh peneliti sebagai faktor yang berpengaruh terhadap temuan yang tidak signifikan. Akan tetapi, melihat hasil *job crafting* yang tergolong tinggi dapat dikatakan masih ada ruang bagi karyawan bank dalam mengembangkan dirinya untuk meningkatkan kinerja. Oleh karena itu, penting bagi karyawan untuk memahami budaya organisasi, struktur manajemen, perilaku dan motivasi karyawan lain dan juga variabel internal lainnya untuk mengatasi hambatan-hambatan, karena seorang *intrapreneur* adalah karyawan yang mahir dalam menavigasi birokrasi dan politik organisasi (Mohedano-

Suanes & Benítez, 2018).

Pada penelitian selanjutnya dapat disarankan untuk melihat peran *job crafting* secara multidimensi. Sehingga dapat diketahui dimensi mana yang memberikan kontribusi paling kuat terhadap *work performance*. Sehingga rancangan intervensi dapat disusun lebih tepat sasaran.

Selain itu hasil penelitian menunjukkan bahwa *intrapreneurship* tidak berperan terhadap *work performance* pada karyawan bank. Mengukur peran *intrapreneurship* terhadap *work performance* dapat dilihat keterkaitannya dengan budaya dan dukungan organisasi serta kesempatan & keterlibatan karyawan dalam bekerja. Selain itu juga penting untuk mengaitkan dengan level pekerjaan karyawan.

Selanjutnya bagi perusahaan dapat memperoleh manfaat dengan mengelola dan menstimulasi *job crafting* pada karyawan. Maka dari itu saran praktis untuk mendorong perilaku *job crafting* dengan melakukan intervensi *job crafting* melalui pelatihan atau buku panduan praktis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aboazoum, H. M. E., Nimran, U., & Musadieq, M. Al. (2015). *Analysis Factors Affecting Employees Job Performance in Libya*. 17(7), 42–49. <https://doi.org/10.9790/487X-17714249>

- Adarkar, Ashwin; Dhar, Adhitya; Ganguly Saptarshi; Maxwell, Marukel Nunez; Poonawala, M. (2020). *Transforming the US consumer bank for the next normal*. McKinsey & Company, September, 1–10. <https://www.mckinsey.com/~media/McKinsey/Industries/Financial>

- Alamsyah, H. (2003). *Restrukturisasi Perbankan Dan Dampaknya Terhadap Pemulihan Kegiatan Ekonomi Dan Pengendalian Moneter*. *Buletin Ekonomi Moneter Dan Perbankan*, 1(3), 121–145.
<https://doi.org/10.21098/bemp.v1i3.180>
- Amindoni, A. (2020). *Gelombang PHK di tengah pandemi Covid-19 diperkirakan mencapai puncak bulan Juni, Kartu Prakerja dianggap tak efektif*. BBC. Retrieved from <https://www.bbc.com/indonesia/indonesia-52218475>
- Badoiu, G. A., Segarra-Ciprés, M., & Escrig-Tena, A. B. (2020). Understanding employees' intrapreneurial behavior: a case study. *Personnel Review*, 49(8), 1677–1694. <https://doi.org/10.1108/PR-04-2019-0201>
- Bagaskara, A. P. (2021). *Restrukturisasi Kredit & Likuiditas Akibat Covid-19 Pada Perusahaan*. 2(2), 24–29.
- De Jong, J., & Den Hartog, D. (2010). *Measuring innovative work behaviour*. *Creativity and Innovation Management*, 19(1), 23–36. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8691.2010.00547.x>
- de Jong, J., & Wennerkers, S. (2008).
- Intrapreneurship Conceptualizing entrepreneurial employee behaviour. *The Journal of Business Strategy*, 12(3), 1–47. <http://link.springer.com/10.1007/s12651-010-0034-6%5>
- de Jong, J.P.J., Parker, S. K., Wennekers, S., & Wu, C. (2011). *Corporate Entrepreneurship at the Individual level: Measurement and Determinants*. *EIM Research Reports, March*, 1–27.
- De Jong, Jeroen P.J., & Den Hartog, D. N. (2007). How leaders influence employees' innovative behaviour. *European Journal of Innovation Management*, 10(1), 41–64. <https://doi.org/10.1108/14601060710720546>
- Gawke, J. C., Gorgievski, M. J., & Bakker, A. B. (2017). *Employee Intrapreneurship and Work Engagement: A Latent Change Score Approach*. *Journal of Vocational Behavior*. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2017.03.002>
- Gawke, J. C., Gorgievski, M. J., & Bakker, A. B. (2018). Personal costs and benefits of employee intrapreneurship: Disentangling the employee intrapreneurship, well-being, and job performance relationship. *Journal of Occupational Health Psychology*, 23(4), 508–519. <https://doi.org/10.1037/ocp0000105>

Gawke, J. C., Gorgievski, M. J., & Bakker, A. B. (2019). *Measuring intrapreneurship at the individual level: Development and validation of the Employee Intrapreneurship Scale (EIS)*. *European Management Journal*, 37(6), 806–817. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2019.03.001>

<https://doi.org/10.20409/berj.2020.247>

Gorgievski, M., Gawke, J., Junker, T., & Bakker, A. (2016). *Employee Intrapreneurial Behavior and Job Crafting: A Kaleidoscope Career Perspective*. *International Journal of Psychology*, 51(S1).

Guan, X., & Frenkel, S. (2018). *How HR practice, work engagement and job crafting influence employee performance*. *Chinese Management Studies*, 12(3), 591–607. <https://doi.org/10.1108/CMS-11-2017-0328>

Guan, X., Frenkel, S., Weseler, & Niessen. (2018). *How Job Crafting Relates to Task Performance*. *Journal of Managerial Psychology*, 31(3), 1–23. <http://dx.doi.org/10.1108/JMP-09-2014-0267>

Guven, B. (2020). *The Integration of Strategic Management and Intrapreneurship: Strategic Intrapreneurship from Theory to Practice*. *Business and Economics Research Journal*, 11(1), 229–245.

Hooff, N. Van. (2016). *The impact of job crafting on job performance: The mediating effect of participation in HRD and the moderating role of age*. August, hlm. 1-48.

Koopmans, L., Bernaards, C., Hildebrandt, V., Van Buuren, S., Van Der Beek, A. J., & de Vet, H. C. w. (2012). *Development of an individual work performance questionnaire*. *International Journal of Productivity and Performance Management*, 62(1), 6–28. <https://doi.org/10.1108/17410401311285273>

Koopmans, L., Bernaards, C. M., Hildebrandt, V. H., De Vet, H. C. W., & Van Der Beek, A. J. (2014). *Construct validity of the individual work performance questionnaire*. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 56(3), 331–337. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000013>

Koopmans, L., Bernaards, C. M., Hildebrandt, V. H., Schaufeli, W. B., De Vet Henrica, C. W., & Van Der Beek, A. J. (2011). *Conceptual frameworks of individual work performance: A systematic review*. *Journal of Occupational and Environmental*

- Medicine*, 53(8), 856–866.
<https://doi.org/10.1097/JOM.0b013e318226a763>
- Malik, N. (2019). *Succeeding in the new retail banking landscape*. Authored. McKinsey & Company, February.
- Mohedano-Suanes, A., & Benítez, D. G. (2018). *Intrapreneurs: Characteristics and Behavior. Contributions to Management Science*, September 2018, 109–119. https://doi.org/10.1007/978-3-319-62455-6_8
- OJK. (2020). *Laporan Profil Industri Perbankan Triwulan IV-2020*.
- Prihatin, B., & Riyanti, D. W. I. (2007). *Perbedaan Kreativitas Dan Self-Efficacy Pada Mahasiswa Berintensi Tinggi Menjadi Wirausaha Dan Mahasiswa Berintensi Rendah Menjadi Wirausaha*. 5(2), 116–133.
- Ramos-Villagrasa, P. J., Barrada, J. R., Fernández-Del-Río, E., & Koopmans, L. (2019). *Assessing job performance using brief self-report scales: The case of the individual work performance questionnaire*. *Revista de Psicología Del Trabajo y de Las Organizaciones*, 35(3), 195–205. <https://doi.org/10.5093/jwop2019a21>
- Sengkey, S. B., Jogues, I., & Sito, K. (2016). *Hubungan Gaya Kepemimpinan Transformasional dan Iklim Organisasi terhadap Job Crafting*. *Gadjah Mada Journal Of Psychology*, 2(3), 152–161.
- Tian Belawati, & Nizam. (2020). *Protet Pendidikan Tinggi Di Masa Covid-19*. <https://id1lib.org/book/11590273/1109a7>
- Tims, M. (2017). *Job crafting and its impact on work engagement and job satisfaction in mining and manufacturing*. September 2016. <https://doi.org/10.4102/sajems.v19i3.1481>
- Tims, M., Bakker, A. B., & Derkx, D. (2012). *Development and validation of the job crafting scale*. *Journal of Vocational Behavior*, 80(1), 173–186. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2011.05.009>
- Tims, M., Bakker, A. B., & Derkx, D. (2015). *Job crafting and job performance: A longitudinal study*. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 24(6), 914–928. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2014.969245>
- Tri, H. T., Nga, V. T., & Sipko, J. (2019). *Predicting overall staffs' creativity and innovative work behavior in banking*. *Management and Marketing*, 14(2), 188–

202. <https://doi.org/10.2478/mmcks-2019-0013> <https://doi.org/10.5861/ijrsp.2018.3020>
- Widyastuti, T., & Hidayat, R. (2018). *Adaptation of Individual Work Performance Questionnaire (IWPQ) into Bahasa Indonesia. International Journal of Research Studies in Psychology*, 7(2), 101–112.
- Windarty, R. R. (2020). *McKinsey Ungkap Sektor-sektor yang Cuan Saat Pandemi Covid-19*. CNBC Indonesia. <https://www.cnbcindonesia.com/market/20200519155939-17-159607/mckinsey-ungkap-sektor-sektor-yang-cuan-saat-pandemi-covid-19>

GAMBARAN MOTIVASI KERJA PEGAWAI TELKOM KOTA TENGERANG SELATAN

***Describe The Work Motivation of Telkom Employees in South Tangerang
City***

**MOCH ANIS ANSHAR¹, CARLA SUCI LESTARI², NANDIEN SEKAR ANGGITA³,
GANENDRA BAZEL RAMADHAN⁴, CLARA MONINGKA⁵**

Fakultas Humaniora dan Bisnis, Universitas Pembangunan Jaya

Email: ¹clara.moningka@upj.ac.id

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran motivasi kerja pegawai Telkom kota Tangerang Selatan. Metode yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Responden pada penelitian ini berjumlah 120 orang dan semuanya merupakan pegawai Telkom kota Tangerang Selatan. Teknik yang digunakan adalah Teknik pengumpulan data dengan menyebar sejumlah kuesioner berisi 30 item pernyataan berdasarkan indikator teori dua faktor Frederick Herzberg. Dalam menganalisis data, kami menggunakan Teknik analisis data kuantitatif deskriptif dengan JASP 13.0. Hasil analisis penelitian berdasarkan data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa gambaran motivasi kerja pegawai Telkom kota Tangerang Selatan cenderung tinggi ($X = 102,295$, $SD = 16,203$). Hasil ini berdasarkan perbandingan antara nilai data empiric dan nilai data teoritik yang didapat.

Kata kunci: Motivasi Kerja, Motivasi, Pegawai Telkom.

Abstract. *The purpose of this study is to describe the work motivation of Telkom employees in South Tangerang city. The method we use in this research is quantitative method. Respondents in this study amounted to 120 people and all of them were employees of Telkom, South Tangerang city. The technique used is data collection techniques by distributing a number of questionnaires containing 30 statement items based on Frederick Herzberg's two-factor theory indicators. In analyzing the data, we used descriptive quantitative data analysis techniques with JASP 13.0. The results of the research analysis based on the data collected show that the description of the work motivation of Telkom employees in South Tangerang tends to be high ($X = 102.295$, $SD = 16.203$). This result is based on a comparison between the empirical data values and the theoretical data values obtained.*

Key words: *Work Motivation, Motivation, Telkom Employees.*

PENDAHULUAN

Indonesia menjadi negara yang berada di peringkat kelima menjadi pengguna internet terbesar di dunia. Jumlah pengguna internet di Indonesia sebanyak 143,26 juta per maret 2019. Dari jumlah sebanyak itu, tentunya ada beberapa pihak yang mendukung. Salah satunya adalah perusahaan telekomunikasi terbesar, Telkom Indonesia dengan jumlah pelanggan tetap sebanyak 15 juta orang dan pelanggan dari layanan telepon seluler sebanyak 104 juta.

Telkom Indonesia merupakan Badan Usaha Milik Negara (BUMN) yang bergerak dalam bidang jasa layanan teknologi dan komunikasi (TIK) serta jaringan telekomunikasi di Indonesia. Telkom Indonesia didirikan pada tahun 1965. Sejak tahun 1965 sampai saat ini Telkom telah tiga kali berganti nama dan telah banyak berkontribusi dalam bidang pelayanan jaringan telekomunikasi di Indonesia.

Kesuksesan telkom dalam melayani masyarakat dalam bidang pelayanan telekomunikasi juga terbukti dari jumlah anak perusahaan yang dimiliki. Sampai saat ini tercatat ada 13 anak perusahaan yang dimiliki Telkom Indonesia beberapa di antaranya yakni PT Telekomunikasi Seluler, PT Telkom Akses, PT Multimedia Nusantara (Telkom Metra) dan PT Pins Indonesia.

Kehidupan saat ini adalah kehidupan yang telah masuk pada era digital yang segala sesuatu bisa diakses dengan mudah menggunakan *smartphone*. Segala yang dibutuhkan manusia sangat mudah diakses dengan gadget. Namun gadget tidak dapat memenuhi berbagai kebutuhan manusia tanpa adanya jaringan internet. Untuk itu, Telkom hadir dalam upaya pelayanan jaringan

internet pada era modern seperti saat ini.

Kesuksesan Telkom dalam melakukan pelayanan di bidang telekomunikasi tentunya tidak terlepas dari kinerja para pegawai Telkom. Selain mendapatkan gaji, pegawai Telkom juga diberikan fasilitas berupa transportasi dan tunjangan kesehatan. Pada tahun 2017 terjadi penurunan bisnis dalam bidang telekomunikasi di Indonesia. Pada saat itu, seluruh perusahaan yang bergerak di bidang telekomunikasi merasakan tekanan kondisi tersebut. Hal itu juga turut dirasakan oleh PT Telekomunikasi Indonesia (Telkom). Tetapi hal tersebut sama sekali tidak memengaruhi atau menurunkan kinerja BUMN dalam hal ini, termasuk juga Telkom Indonesia (Hendra, 2018). Kinerja tersebut tidak terlepas dari motivasi kerja para pegawai Telkom. Oleh karena beberapa hal di atas, peneliti tertarik ingin mengetahui seperti apa gambaran motivasi kerja pegawai Telkom.

Salah satu pegawai Telkom yang diwawancara oleh kami mengatakan bahwa dia menyukai bekerja di Telkom karena bangga bahwa Telkom adalah perusahaan milik pemerintah, pekerjaannya di Telkom sejalan dengan latar belakang jurusannya saat kuliah, dan Telkom sangat menghargai kinerja pegawainya yang dibuktikan dengan diberikannya beragam fasilitas salah satunya berupa tunjangan transportasi serta tunjangan kesehatan yang sangat memadai. Namun dibalik itu semua, terdapat beberapa kesulitan yang sering kali ia alami. Dia menuturkan bahwa seluruh pegawai Telkom dituntut harus serba bisa dan tanggap dalam segala bidang dan diharuskan bekerja secara *smart* dan cepat yang berarti dalam melayani kebutuhan pelayanan pelanggan,

pegawai Telkom wajib bekerja dengan cerdas dan cepat demi terciptanya kepuasan para pelanggan. Narasumber yang sudah dua tahun bekerja sebagai pegawai Telkom mengutarakan perihal motivasinya untuk tetap mengabdikan dirinya sebagai pegawai Telkom yaitu ia percaya bahwa dengan bekerja di Telkom, dia bisa berkontribusi untuk negara, ia juga dapat bekerja sambil mengembangkan *skill* yang ia miliki, dan Telkom sering mengadakan berbagai kegiatan pelatihan digital untuk pengembangan kemampuan para pegawai.

Berdasarkan wawancara dengan pegawai Telkom yang sudah bekerja selama 2 tahun, kami mendapat informasi bahwa ia menyukai bekerja di Telkom karena selama ia mengabdikan diri di Telkom, ia bukan hanya sekedar bekerja, tetapi juga memperoleh pengalaman kerja dan diyakini pengalaman itu dapat membantunya untuk mengembangkan kemampuan dalam dirinya. Dalam usaha pengembangan diri tentu saja tidak ada yang berjalan mudah. Ia mengatakan bahwa selama dirinya bekerja di Telkom, ia sering kali mengalami berbagai kesulitan diantaranya adalah ia berposisi kerja pada bidang pelayanan pelanggan sehingga setiap hari ia harus bertemu dengan berbagai pelanggan yang mempunyai karakteristik dan kasus yang berbeda. Selain itu, seluruh pegawai Telkom juga diharuskan bekerja secara cepat dan tanggap dengan suatu kondisi yang berubah-ubah. Pegawai tersebut juga menjelaskan perihal motivasinya untuk tetap bekerja sebagai pegawai Telkom yaitu ia cukup bangga menjadi bagian dari Telkom yang merupakan salah satu perusahaan terbesar di Indonesia, dan ia bukan hanya bekerja, tetapi juga bisa mencari pengalaman untuk pengembangan

diri.

LANDASAN TEORI

1.1 Motivasi

Motivasi merupakan penyerahan suatu daya yang mampu menggerakkan sekaligus menciptakan semangat kerja seseorang, agar mereka mau untuk bekerja efektif, bekerja sama, dan selalu terintegrasi dengan segala upaya demi tercapainya kepuasan (Hasibuan 2014:219). Kemudian, (Rahsel, 2016) menjelaskan bahwa motivasi merupakan suatu semangat internal dan eksternal dari dalam diri individu agar terjadi perubahan perilaku. Motivasi merupakan suatu progress yang menerangkan mengenai sebuah kekuatan, ketekunan dan arah yang jelas demi tercapainya suatu tujuan (Fransiskus Ady, 2013).

1.2 Teori Dua Faktor Herzberg

Menurut pendapat dari Frederick Herzberg yang dikutip oleh Hasibuan (2014:228) menyatakan bahwa teori motivasi dua faktor terbagi dua faktor yaitu faktor motivasi dan faktor higienis. Motivasi yang baik merupakan suatu peluang untuk meningkatkan kemampuan seseorang (Andriani & Widiawati, 2017).

1.2.1 Kelompok Faktor Motivasi Kerja

Teori motivasi kerja menurut Frederick Herzberg terbagi dua faktor yaitu: 1) Faktor motivasi dan Faktor higienis Berikut penjelasan Frederick Herzberg (1959) mengenai dua kelompok faktor motivasi di tempat kerja yaitu:

A. Faktor Motivasi

Faktor Motivasi merupakan faktor yang berkaitan dengan kebutuhan Psikologis seseorang. Faktor ini terdiri dari berbagai kondisi intrinsik.

Faktor ini adalah faktor yang dapat memengaruhi kepuasan pekerjaan seseorang. Karena apabila hal ini terdapat dalam pekerjaan, maka akan meningkatkan tingkat motivasi individu menjadi lebih kuat sehingga dapat memperoleh prestasi yang lebih baik. Faktor motivasi ini sangat berkaitan dengan suatu penghargaan terhadap pribadi individu atas pekerjaan yang ia lakukan (Aldo Herlambang Gardjito, Mochammad Al Musadieq, 2014). Ada beberapa hal yang dapat memengaruhi faktor motivasi ini yakni:

a. Pengakuan

Pengakuan merupakan ukuran suatu pengakuan atas kinerja dan hasil pekerjaannya yang diberikan kepada seluruh karyawan. (Siagian 2012:290).

b. Prestasi

Prestasi kerja merupakan suatu hasil yang digapai oleh individu dalam melaksanakan tugas atau pekerjaannya dengan usaha dan kesempatan yang dimiliki. (Hasibuan 2014:160).

c. Tanggung jawab

Tanggung jawab merupakan ukuran suatu hal yang dirasakan oleh seorang individu pekerja terhadap tanggung jawab yang diberikan kepadanya. (Siagian 2012:290)

d. Pengembangan potensi individu

Pengembangan potensi individu ini merupakan ukuran suatu kemungkinan pekerja memiliki kesempatan maju dalam pekerjaan (Siagian 2012:290).

e. Pekerjaan itu sendiri

Pekerjaan itu sendiri merupakan ukuran suatu tantangan bagi para pekerja terhadap tugas pekerjaannya (Siagian 2012:290).

B. Faktor Hygiene

Faktor Hygiene merupakan faktor perlindungan yang berkaitan dengan manusia yang ingin memperoleh berbagai macam ketenangan fisik (Wira, 2014). Faktor perlindungan ini meliputi beberapa hal yakni:

a. Gaji

Gaji merupakan salah satu ukuran bentuk pembayaran yang diberikan oleh perusahaan kepada pekerja atas kinerjanya dalam menyelesaikan tugas pekerjaan (Mardi 2014:107).

b. Kondisi Kerja

Kondisi kerja merupakan seluruh aspek fisik, psikologis kerja, serta peraturan kerja pada seorang tenaga kerja yang dapat yang memberikan dampak kepuasan kerja dan produktivitas kerja. (Mangkunegara 2013:105).

c. Kebijaksanaan perusahaan

Kebijaksanaan perusahaan merupakan sebuah peringkat kesesuaian seluruh kebijakan dan peraturan yang berlaku dalam sistem suatu perusahaan yang dirasakan oleh pekerja. (Siagian 2012:290).

d. Hubungan antar pribadi

Hubungan antar pribadi merupakan suatu peringkat kesesuaian dalam bekerja sama antar pekerja lain yang dirasakan oleh pekerja. (Siagian 2012:290)

e. Kualitas Supervisi

Kualitas supervisi merupakan suatu peringkat yang dirasakan oleh sejumlah pekerja lainnya mengenai kewajaran supervisi (Siagian 2012:290).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan dalam

penelitian ini. Penelitian kuantitatif didasarkan pada variabel pengukuran partisipan individu untuk memperoleh poin, biasanya skor atau angka tersebut diberikan ke analisis statistik untuk definisi serta rangkuman (Frederick J. Gravetter, 2018). Motivasi kerja dapat diartikan sebagai suatu perilaku ataupun sikap suatu individu kepada pekerjaannya yang mana dapat memunculkan rasa puas pada kinerjanya yang diukur dengan alat ukur yang dibuat Clara Moningka dengan wujud kuesioner yang terdiri 30 item pernyataan berlandaskan teori dua faktor Herzberg. Penelitian ini memakai sampel dari pegawai aktif Telkom Kota Tangerang Selatan. Total ada 120 orang pegawai Telkom yang digunakan sebagai subjek dalam penelitian ini. Metode *sampling* adalah metode pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini, tepatnya adalah metode *convenience sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuesioner yang disebarluaskan kepada pegawai Telkom kota Tangerang Selatan. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti menyebarkan kuesioner yang berisi alat ukur berupa pernyataan terkait motivasi kerja secara daring kepada seluruh pegawai Telkom Kota Tangerang Selatan. Teknik analisis data kuantitatif deskriptif adalah teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini.

HASIL

Pada penelitian ini, tim peneliti berhasil mendapatkan 112 responden dari target awal 120 responden. Hasil analisis berdasarkan data dari 112 responden menunjukkan bahwa motivasi

kerja pegawai Telkom kota Tangerang Selatan masuk kategori cenderung tinggi. Hasil tersebut didapat dari perbandingan data mean empirik dan mean teoritik. Mean empirik merupakan data yang dihasilkan dari lapangan melalui kuesioner. Pada penelitian ini, mean empirik yang dihasilkan adalah sebesar 102,295 ($X = 102,295$, $SD = 16,203$). Mean teoritik yang didapat dalam penelitian ini adalah sebesar 75 ($X = 75$) Usai melakukan kajian serta membandingkan mean empirik dengan mean teoritik, maka peneliti mendapatkan sebuah hasil yaitu ternyata nilai mean empiriknya lebih besar dibandingkan nilai mean teoritik. Dengan demikian, peneliti menyimpulkan bahwa gambaran motivasi kerja pegawai Telkom kota Tangerang Selatan adalah cenderung tinggi.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi pegawai Telkom cenderung tinggi dikarenakan pihak Telkom memberikan kesempatan kepada pegawai untuk mengembangkan potensi melalui kegiatan pelatihan yang diselenggarakan untuk diikuti oleh seluruh pegawai Telkom, sistem penggajian sudah diatas UMR Tangerang Selatan, memberikan keperluan terkait kondisi kerja yang cukup baik meliputi tunjangan transportasi dan tunjangan pelayan kesehatan yang sangat memadai. Menurut salah satu pegawai Telkom yang telah bekerja sekitar 2 tahun, telkom seringkali mengadakan kegiatan pengembangan kompetensi secara berkala untuk pengembangan kemampuan para pegawai melalui berbagai pelatihan yang

diadakan baik secara tatap muka ataupun Digital Learning, Telkom sering kali mengadakan berbagai program menarik seperti webinar, podcast, dan Leader Talk Value sebagai sarana sharing knowledge, Telkom juga memiliki berbagai varian program inovasi yang menjadi wadah pegawai untuk mengembangkan ide-ide dan gagasan dalam bentuk inovasi. Beberapa kegiatan pengembangan yang diselenggarakan oleh Telkom yakni DNA Strategy yang merupakan suatu pelatihan dengan tujuan mengeksplor lebih banyak informasi yang berkaitan dengan produk yang ditawarkan oleh Telkom Group, Accelerate Strategy merupakan pelatihan pada akuisisi dan banyak hal yang berhubungan dengan peningkatan proses bisnis, Empower Strategy yang merupakan suatu pengembangan kompetensi yang berkaitan dengan penjualan, saluran pengiriman dan pemberdayaan manusia, dan yang terakhir adalah Lateral Strategy yang merupakan pelatihan yang berfokus pada pemasaran komunitas dan many to many marketing (Antariksa, 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, tim peneliti menarik kesimpulan bahwa gambaran motivasi kerja pegawai Telkom kota Tangerang Selatan adalah cenderung tinggi. Hal ini juga turut didukung oleh hasil wawancara tim peneliti dengan beberapa pegawai Telkom kota Tangerang Selatan yang menunjukkan bahwa motivasi kerja pegawai Telkom cenderung tinggi, walaupun telah terjadi beberapa fenomena salah satunya adalah saat terjadinya penurunan bisnis telekomunikasi di Indonesia pada tahun 2017.

Menurut pegawai Telkom, kesuksesan Telkom hingga saat ini tidak terlepas dari kinerja para pegawai. Ia juga menambahkan bahwa kinerja dan motivasi para pegawai Telkom tercipta dari sikap perusahaan yang selalu memberikan penghargaan dan pengakuan atas seluruh kinerja pegawai. Selain itu, Telkom juga selalu mengadakan pelatihan digital untuk pengembangan diri para pegawai. Dalam proses pengembangan sumber daya alam (SDM), Telkom memiliki suatu Master Plan Human Capital yang disesuaikan dengan dinamika bisnis Telkom dan terus menerus diperbarui. Master Plan ini sejalan dengan strategi bisnis yang telkom telah terapkan.

Selain itu, Telkom juga menerapkan pendekatan *Competency Based Human Resources Management* yang dimana ada tiga poin penting dikembangkan, yaitu kompetensi khusus meliputi keterampilan dan pengetahuan, kompetensi umum meliputi kualitas pribadi, dan kompetensi inti meliputi nilai-nilai. Pengembangan tiga poin tersebut untuk melancarkan progres penilaian kualitas pegawai secara adil dan terbuka. Selain menerapkan master plan, Telkom juga sering menyelenggarakan kegiatan pelatihan berkala yang diikuti oleh seluruh pegawai Telkom yang berkaitan dengan strategi bisnis. Kegiatan pelatihan ini bertujuan untuk memperkokoh dasar kompetensi pegawai agar mampu menyikapi perubahan perkembangan sistem telekomunikasi (Antariksa, 2020).

Peneliti memberi saran kepada penelitian selanjutnya untuk lebih memperdalam teori mengenai motivasi kerja dan lebih bisa dikaitkan dengan berbagai variabel lain seperti kinerja pegawai serta kepuasan kerja pegawai. Selain itu,

peneliti juga menyarankan kepada seluruh pemimpin perusahaan agar dapat lebih memberikan motivasi serta dukungan melalui berbagai cara, salah satunya seperti yang dilakukan oleh PT. Telkom Indonesia.

Ucapan terima kasih

Tim peneliti mengucapkan terima kasih kepada Universitas Pembangunan Jaya karena telah memberikan bantuan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Selain itu, peneliti juga tut mengucapkan terima kasih kepada Dr. Clara Moningka, S.Psi., M.Si. selaku dosen pendamping yang telah memberikan arahan sejak awal hingga akhir penelitian. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak/Ibu Pegawai Telkom kota Tangerang Selatan yang telah bersedia mengisi kuesioner dalam penelitian ini.

Kontribusi penulis

Penulis Satu mencari fenomena, latar belakang, dan teori penelitian; Penulis dua merumuskan metode yang digunakan dalam penelitian; Penulis Tiga menentukan responden penelitian; Penulis Empat merumuskan hasil dan kesimpulan penelitian; Penulis Lima mengarahkan dan membimbing dalam proses jalannya penelitian

DAFTAR PUSTAKA

Aldo Herlambang Gardjito, Mochammad Al Musadieq, G. E. N. (2014). Pengaruh motivasi kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan (Studi pada karyawan bagian produksi PT. Karmand

- Mitra Andalan Surabaya). *Jurnal Administrasi Bisnis S1 Universitas Brawijaya*, 13(1), 83778.
- Andriani, M., & Widiawati, K. (2017). Penerapan motivasi karyawan menurut teori dua faktor Frederick Herzberg pada PT Aristika Kreasi Mandiri. *Jurnal Administrasi Kantor*, 5(1), 83–98.
- Antariksa, Y. (2020). *Bagaimana cara Telkom mengembangkan SDM dan pelatihan karyawannya*.
- Fransiskus Ady, D. W. (2013). Pengaruh motivasi kerja terhadap kinerja karyawan. *Jurnal Maksipreneur*, 2(2), 101–112. <https://doi.org/10.52160/ejmm.v4i6.417>
- Frederick J. Gravetter, L. A. B. F. (2018). *Research methods for the behavioral sciences*. <https://doi.org/10.4324/9780203084144-4>
- Hendra, D. (2018). *Langkah Telkom hadapi penurunan bisnis telekomunikasi seluler*.
- Rahsel, Y. (2016). Pengaruh motivasi kerja terhadap kinerja pegawai administrasi pusat Universitas Padjadjaran Bandung (studi pada bagian Administrasi Umum UNPAD). *Jurnal Manajemen Magister*, 02(02),208–220. <https://jurnal.darmajaya.ac.id/index.php/jmd/article/view/902/596>
- Wira, A. (2014). *Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi kerja karyawan pada PT. Riau Crumb Rubber Faktory (PT. Ricry) Rumbai Pekanbaru*.

Pemilihan Karir Pada Pegawai Generasi Millenial (Studi Kasus : Pegawai di Unit Jawa Timur PT XYZ)

Career Selection for Millenial Generation Employees (Case Study : Employees at PT XYZ East Java Unit)

FEBRU RADHIANJAYA¹

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Email : ¹febru.radhianjaya@gmail.com

Abstrak. PT XYZ merupakan perusahaan yang bergerak di bidang produksi dan jasa yang memiliki Sumber Daya Manusia tersebar di seluruh Indonesia. Pada penelitian ini, objek amatan adalah pegawai di Unit Jawa Timur yang memiliki jumlah pegawai sebanyak 2.300 personil dengan komposisi Generasi Millenial (kelahiran 1981-1994) sebesar 51% sebagai jumlah pegawai yang mendominasi di PT XYZ. Hasil jajak minat yang dilakukan kepada 698 pegawai struktural pada jenjang Supervisor Dasar (karir jenis manajerial) di Unit Jawa Timur PT XYZ, menunjukkan bahwa sebanyak 25% atau 171 pegawai dari generasi millennial memilih karir fungsional (karir jenis kepakaran). Fenomena ini kemudian digalilebih lanjut dalam tujuan penelitian yaitu faktor-faktor apa yang mempengaruhi pemilihan karir pada pegawai generasi millennial. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang menggunakan metode wawancara. Hasilnya terdapat dua faktor yang mempengaruhi dalam pemilihan karir yaitu tanggung jawab dan jenis pekerjaan.

Kata Kunci : Millenial, karir

Abstract. *PT XYZ is a company engaged in the field of production and services that has Human Resources spread throughout Indonesia. In this study, the object of observation is the employee in the East Java Unit which has a total of 2,300 personnel with the composition of the Millennial Generation (born 1981- 1994) of 51% as the dominating number of employees in PT XYZ. The results of an interest survey conducted on 698 structural employees at the Basic Supervisor level (managerial type career) at PT XYZ East Java Unit, showed that 25% or 171 employees of the millennial generation chose functional careers (type of expertise). This phenomenon is then explored further in the research objectives, namely what factors influence career selection in millennial generation employees. This research is a qualitative research that uses the interview method. The result is that there are two factors that influence career choice, namely responsibility and type of work.*

Keywords : *Millenials, Careers*

PENDAHULUAN

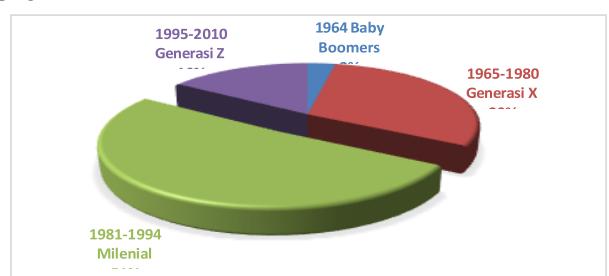
Pemilihan karir pegawai sangat penting dalam perjalanan karir seseorang. Brown & Lent (2013) mendefinisikan karir sebagai suatu urutan atau sekumpulan pekerjaan yang dijabat oleh seseorang selama bekerja. Karir juga dapat dijelaskan sebagai keterlibatan seseorang dalam job family tertentu yang mencakup berbagai pekerjaan (contoh: pada Job Family engineering. Seseorang menjadi engineer pada perusahaan X selama 10 tahun dan pada perusahaan Y selama 10 tahun berikutnya). Perubahan suatu karir diartikan sebagai perpindahan dari suatu job family ke job family yang lain (contoh: perpindahan karir dari seorang engineer menjadi seorang guru). Karir juga dapat diartikan sebagai suatu pemaknaan dan penghayatan mengenai suatu pekerjaan atau suatu karir tertentu yang bersifat signifikan terhadap seorang individu tersebut dan mempunyai nilai-nilai yang positif (Lysova, dkk, 2017). Pemilihan karir seseorang umumnya terlihat pada ketertarikan seseorang tersebut dalam bidang karir tertentu yang menggambarkan atau mempresentasikan identitas pribadi atau citra dirinya (Leong, dkk, 2014).

Menurut Kupperschmidt (2000) generasi merupakan sekelompok orang yang memiliki salah satu atau beberapa kesamaan yaitu pada tahun lahir, usia, lokasi atau tempat tinggal, dan pengalaman history atau kejadian peristiwa yang sama serta memiliki pengaruh yang sangat penting dalam fase perkembangan generasi tersebut. Salah satu

pengelompokan generasi yang paling populer dan umum digunakan adalah kesamaan pada tahun lahir yang kemudian dibagi menjadi 4 (empat) antara lain : generasi Baby Boomers yaitu generasi yang lahir pada tahun 1944-1964, generasi X yaitu generasi yang lahir pada tahun 1965-1980, generasi Y (Millenial) yaitu generasi yang lahir pada tahun 1981-1994, dan generasi Z yaitu generasi yang lahir pada tahun 1995- 2010. Dikaitkan dengan generasi millennial sesuai dengan objek penelitian ini, maka karakteristik pegawai generasi millenial akan menunjukkan kinerja yang optimal jika bekerja sesuai dengan minat karir atau passion yang diinginkannya (Bencsik, dkk, 2016).

PT XYZ merupakan perusahaan yang bergerak di bidang produksi dan jasa yang memiliki Sumber Daya Manusia yang tersebar di seluruh Indonesia. Berdasarkan data di bulan Juni tahun 2020, menunjukkan bahwa PT XYZ memiliki jumlah pegawai sebanyak 2.300 personil yang tersebar diseluruh Jawa Timur. Dari jumlah pegawai tersebut, kemudian dikelompokkan menjadi empat generasi sesuai dengan tahun kelahiran.

Berikut merupakan detail komposisi jumlah pegawai PT XYZ yang dikelompokkan sesuai tahun kelahiran pegawai.



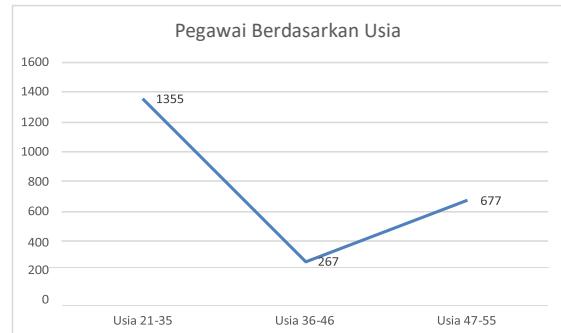
Gambar 1. Komposisi Jumlah Pegawai PT XYZ berdasarkan generasi.

Berdasarkan data pada gambar 1, terlihat bahwa komposisi pegawai PT XYZ adalah terdiri dari lima persen (51%) generasi millenial dan enam belas persen (16%) generasi Z. Dua generasi tersebut yaitu generasi millennial dan generasi Z merupakan kategori generasi muda yang ada di perusahaan. Sedangkan sisanya yaitu sebanyak tiga puluh persen (30%) yaitu generasi X dan tiga persen (3%) yaitu generasi baby boomers merupakan kategori generasi senior yang ada di perusahaan dan diperkirakan akan pensiun dalam jangka waktu 1 sampai dengan 10 tahun kedepan.

Pada data tersebut di atas, terlihat bahwa komposisi pegawai millenial memiliki jumlah terbesar sehingga dapat dikatakan pegawai generasi millennial adalah pegawai yang mendominasi di PT XYZ. Generasi millenial di PT XYZ ini tentunya memiliki perbedaan sikap dari generasi-generasi sebelumnya atau generasi senior. Oleh karena itu, perbedaan generasi menyebabkan perbedaan yang signifikan terhadap nilai, sikap, preferensi, dan perilaku generasi millennial dibandingkan generasi sebelumnya (Hernaus & Vokic, 2014). Generasi millenial memiliki beberapa ciri-ciri sebagai berikut : cerdas, kreatif, produktif, berorientasi pada pencapaian prestasi (*achievement oriented*), menyukai

personal development atau pengembangan personal, pemaknaan karir, dan mencari mentor atau supervisor untuk mendorong serta memfasilitasi pengembangan dirinya (Kicheva, 2017).

Pada tahun 2020, PT XYZ telah



Gambar 2. Grafik Pegawai PT XYZ Berdasarkan Usia

Melakukan jajak minat terhadap 909 pegawai struktural di PT XYZ dari jenjang Supervisori Dasar dan Supervisori Atas. Berikut ini hasil rekap jajak minat untuk kedua jenjang diatas :

Tabel 1 Peminatan Bidang Pegawai Struktural(Sumber : PT XYZ, 2020)

NO	JENJANG	PEMINATAN KARIR		PROSENTASE PEMINATAN	JUMLAH
		STRUKTURAL	FUNGSIONAL		
1	SUPERVISORI DASAR	472	226	32%	698
2	SUPERVISORI ATAS MULP	98	14	13%	112
3	SUPERVISORI	82	17	17%	99

ATAS MB				
	JUM		90	
	LAH		9	

Pada tabel 1 dapat terlihat bahwa jenjang supervisori dasar paling dominan dalam memilih peminatan karir fungsional. Karir fungsional adalah karir jenis kepakaran / keahlian tertentu. Dalam hal ini karir fungsional dalam struktur organisasi PT XYZ tidak memiliki staff. Sedangkan karir supervisori dasar adalah karir jenis manajerial. Karir manajerial ini tentunya membawahi bidang tertentu dan memiliki staff. Sehingga akan didetaikan kembali pegawai berdasarkan usia yang memilih peminatan karir fungsional sebagai berikut :

Tabel 2 Peminatan Karir Fungsional

JenjangSupervisori Dasar

(Sumber : PT XYZ, 2020)

N O	USIA	GENE RASI	JUM LAH	PROSE NTASE
1	22-25	Z	6	3%
2	26-34	MILLE NIAL	171	76%
3	45-55	X	49	22%
TO TA L		226	100%	

Berdasarkan tabel 2 diatas, terlihat bahwa pegawai yang berada pada jenjang supervisori dasar mayoritas adalah berada generasi millennial. Peneliti ingin menggambarkan fenomena yang terjadi pada generasi millennial yang berada pada

supervisor dasar namun memilih jenjang fungsional atau jenis kepakaran yaitu faktor – faktor yang mempengaruhi pegawai millennial dalam memilih karir fungsional tersebut dengan memperhatikan teori pengembangan pemilihan karir melalui wawancara.

METODE

Responden Penelitian

Pada penelitian ini responden yang tepilih adalah Toni (bukan nama sebenarnya). Toni adalah salah satu pegawai jenjang struktural supervisori dasar yang memilih karir ke jenjang fungsional dari generasi millenial.

Desain dan Instrumen Penelitian

Desain penelitian ini diawali dengan menggunakan metode kuisioner dengan butir- butir pertanyaan yang telah ditentukan dalam menggali secara umum terkait jajak minat pegawai dijenjang struktural. Kemudian dari hasil kuisioner tersebut dipilih pegawai yang memilih jajak minat ke arah jenjang fungsional. Pegawai yang terpilih tersebut dilakukan wawancara lebih lanjut untuk mengetahui mengapa memilih jenjang fungsional dengan beberapa pertanyaan yang lebih spesifik.

Prosedur Penelitian

Prosedur yang dilakukan lebih lanjut adalah dengan metode wawancara untuk menggali lebih detail terkait alasan memilih jenjang fungsional dari struktural.

ANALISIS DATA

Pada analisis data ini menjelaskan mengenai temuan yang didapatkan melalui wawancara yang dilakukan dengan menggunakan teori yang berhubungan dengan topik penelitian.

HASIL

Pada hasil wawancara kepada dua subjek diatas ada beberapa temuan yang disampaikan yaitu pada subjek Toni dan Bunga menyebutkan bahwa :

a. Temuan 1

...Kalau sisi Teknik, tantangannya mungkin lebih ke kita kalau masih, kalau ada gangguan, mungkin harus siap setiap saat dan ke lapangan untuk mengkomando teman-teman, dan tidak kenal waktu lah istilahnya meskipun sampai pagi. Kalau dari PP tantangannya lebih menghadapi berbagai karakter pelanggan, misal pelanggan emosional, misalnya kita bisa ngemong pelanggan

Pernyataan tersebut sesuai dengan teori yang disampaikan berikut ini : Pemilihan karir pegawai sangat penting dalam perjalanan karir setiap orang. Brown & Lent (2013) mendefinisikan karir sebagai suatu urutan atau sekumpulan pekerjaan yang dijabat oleh seseorang selama bekerja. Toni disini menjelaskan pernah bekerja di bidang Teknik dan pelayanan pelanggan hingga saat ini.

b. Temuan 2

c. ...Kalau saya lebih mengalir apa yang coba dijalani dijalani saja. Terkadang condong ke zona nyaman

&

...Kalau untuk passion, pengennya lebih senang di Teknik karena bisa dikantor dan

lapangan.

Pemilihan karir seseorang umumnya terlihat pada ketertarikan seseorang tersebut dalam bidang karir tertentu yang menggambarkan atau mempresentasikan identitas pribadi atau citra dirinya (Leong, dkk, 2014). Pada hal ini Toni lebih senang di bidang Teknik sedangkan saat ini di Pelayanan Pelanggan sedangkan terkait karir mengalir dan condong zona nyaman.

d. Temuan 3

...Sebenarnya sudah lama, awal ditawari masuk ke struktural itu, saya sudah punya pemikiran masuk fungsional saja.

Menurut Brown & Lent (2013) dalam teori yang disampaikan John Holland merupakan ahli yang banyak meneliti tentang pilihan karir dan minat karir. Ia berpendapat bahwa jika minat individu diketahui, maka jenis pekerjaan atau jabatan yang dipandang sesuai dapat diprediksi sejak dulu. Pada hal ini Toni sudah memikirkan untuk karir fungsional saat ditawari menjadi karir struktural.

e. Temuan 4

...Kelemahannya banyak mas. Lebih ke kurang disiplin

Menurut Gie (1981: 96) (dalam Riyanto, 2016) disiplin diartikan sebagai suatu keadaan tertib dimana orang-orang tergabung dalam organisasi tunduk pada peraturan yang telah ditetapkan dengan senang hati oleh orang / sekelompok orang. Pada kondisi tersebut Toni sadar bahwa lebih kurang disiplin dalam hal datang ke

kantor tepat waktu.

f. Temuan 5

...Kalau untuk sebisa mungkin diberikan tanggung jawab tetap dilaksanakan, tapikalau fungsional, pekerjaan kita sendiri selesai maka ya sudah. Tapi misal di struktural kita harus memonitor pekerjaan staff

&

...Kalau fungsional kita tanggung jawab sendiri, tapi kalau struktural, pekerjaan staff menjadi tanggung jawab saya juga

&

...Kalau struktural memang semakin berat beban dan tanggung jawab dan takut tidak mampu

Menurut Frederick Herzberg yang dikutip oleh Hasibuan (2014:228) (dalam Andriani & Widiawati 2017), mengemukakan Herzberg's two factors motivation theory atau teori motivasi dua faktor atau teori motivasi kesehatan atau faktor higienis. Menurut teori ini motivasi yang ideal yang dapat merangsang usaha adalah peluang untuk mengembangkan kemampuan. Dalam hal ini Toni menyatakan terkait kemampuan tanggung jawabnya masih sebatas karir fungsional karena dikhawatirkan tidak mampu.

SIMPULAN

Berdasarkan pengolahan data dan analisis penelitian di atas, didapatkan bahwa Toni seorang pegawai supervisor dasar yang memilih karir fungsional, memiliki beberapa alasan yang mendasari pemilihan karirnya. Alasan atau faktor yang pertama yaitu terkait tanggung jawab. Toni merasa lebih nyaman mengerjakan pekerjaan yang menjadi tanggung jawab sendiri tanpa memperhatikan tanggung jawab pekerjaan staff. Jika Toni memilih karir struktural, maka Ia merasa tanggung jawabnya akan lebih besar karena bukan hanya memperhatikan tanggung jawab pribadi namun juga orang lain yang berada di bawahnya. Alasan atau faktor kedua yaitu jenis pekerjaan. Jenis pekerjaan ini menjadi alasan Toni untuk memilih fungsional Teknik karena jenis pekerjaan tersebut tidak dituntut untuk pencapaian target dan deadline yang tinggi dan lebih ke arah zona nyaman.

DISKUSI

Saran yang diharapkan dalam penelitian ini adalah dapat mengkaji subjek lainnya. Hal ini bertujuan agar dapat mengetahui faktor-faktor lain yang berasal dari subjek lain dalam memilih karir fungsional. Adanya beberapa subjek tersebut diharapkan dapat mengelompokkan faktor-faktor agar memperkaya jawaban dari tujuan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, M., & Widiawati, K. (2017) *Penerapan Motivasi Karyawan M enurut Teori Dua Faktor Frederick Herzberg Pada PT Aristika Kreasi Mandiri. Jurnal Administrasi Kantor.* 5 (83-98).
- Bencsik, A.; Horvart-Csikos, G. & Juhasz, T. (2016). *Y and Z generation at workplace. Competitiveness Journal,* 8(3), 90-106. Doi: /10.7441/joc.2016.03.06
- Brown, S. D., & Lent, R. W. (2013). *Career Development and Counseling* (2nd Ed). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Kicheva, T. (2017). *Management of Employees from Different Generations – Challenge for Bulgarian Managers and HR. Professionals. Economic Alternatives,* 2017. 1(103121).
- Leong, F.T.; Rosenberg, S. D. & Chong, S. (2014). *A psychometric evolution of Schein's (1985) Career Orientations Inventory. Journal of Career Assessment,* 22(3), 524-538. Doi: 10.1177/1069072713498685
- Lysova, E. I.; Allan, B. A.; Dik, B. J.; Duffy, R. D. & Steger, M. F. (2017). *Fostering*

meaningful work in organization: a multi-level review and integration. Journal of Vocation Behavior, 110(B), 374-389.

Riyanto, Btara Putra. (2016). *Pengaruh Motivasi Kerja dan Disiplin Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bank Tabungan Negara Yogyakarta*. Skripsi. Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Yogyakarta.

KECERDASAN EMOSIONAL PEGAWAI BARU DI ERA NEW NORMAL DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

**(EMOTIONAL INTELLIGENCE OF NEW EMPLOYEES IN NEW
NORMAL ERA BASED ON GENDER)**

BAYU KURNIAWAN¹, INDAH MULYANI²

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma

Email : ¹bykurniawan@gmail.com

Abstrak. Pandemi COVID-19 berdampak pada kekhawatiran pegawai baru dalam menghadapi pola kerja di Era *New Normal*. Kecerdasan emosional yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin merupakan salah satu faktor penting yang dapat membantu pihak manajemen SDM dalam memberikan pembekalan dan *treatment* pada pegawai baru. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan jenis kelamin pada Pegawai Baru di Badan Siber dan Sandi Negara. Responden dalam penelitian ini berjumlah 75 calon ASN yang diperoleh melalui teknik sampling *purposive*. Hasil analisis dengan menggunakan t-test dengan skor t sebesar 3,336 ($p>0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecerdasan emosional antara kelompok laki-laki maupun perempuan. Hasil ini menunjukkan bahwa kelompok laki-laki dan perempuan memiliki kesamaan dalam mempersepsikan dan menampilkan perilaku yang berkaitan dengan kecerdasan emosional yang mereka miliki. Secara lebih lanjut, hasil deskriptif menunjukkan bahwa baik kelompok laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki kecerdasan emosional pada kategorisasi tinggi meskipun secara umum kelompok laki-laki memiliki nilai rerata empirik yang lebih tinggi daripada kelompok perempuan pada semua aspek kecerdasan emosi.

Kata Kunci: kecerdasan emosional, jenis kelamin, era *new normal*

Abstract. The COVID-19 pandemic has an impact on the concerns of new employees in dealing with work patterns in the New Normal Era. Emotional intelligence that is reviewed by gender is one of the important factors that can help HR management in providing debriefing and treatment to new employees. This study aims to empirically examine differences in emotional intelligence by gender in New Employees at the National Cyber and Crypto Agency. Respondents in this study amounted to 75 prospective ASN obtained through purposive sampling technique. The results of the analysis using a t-test with a t-score of 3.336 ($p>0.05$) showed that there was no difference in emotional intelligence between male and female groups. These results indicate that groups of men and women have similarities in perceiving and displaying behaviors related to their emotional intelligence. Furthermore, descriptive results show that both the male and female groups have emotional intelligence at high categorization although the male group has a higher empirical mean value than the female group in all aspects of emotional intelligence.

Key words: emotional intelligence, gender, new normal era

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 berdampak pada semua aspek kehidupan, tidak terkecuali bidang industri dan organisasi temasuk sektor pemerintah. Salah satu dampak yang terjadi yaitu sistem kerja pada saat pandemi berlangsung dimana terdapat sistem kerja *Work Form Office* (WFO) dan *Work From Home* (WFH). Pola interaksi bagi pegawai yang bekerja di kantor (WFO) pun harus mematuhi protokol kesehatan demi menekan angka penularan positif Covid-19. Bagi instansi pemerintah dimana pelayanan tetap harus dilaksanakan maka diperlukan adanya pola atau sistem kerja baru dalam kegiatan sehari-hari tanpa mengabaikan protokol kesehatan. Sistem kerja baru tersebut merupakan suatu tatanan hidup baru dalam bekerja atau yang biasa disebut dengan era *new normal*. Aly, dkk (2020) mengatakan bahwa *New Normal* adalah adaptasi kebiasaan baru, artinya beraktivitas dengan menerapkan protokol kesehatan (memakai masker, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, dan lain-lain).

Peraturan Badan Siber dan Sandi Negara Nomor 6 Tahun 2021 tentang Organisasi dan Tata Kerja Badan Siber dan Sandi Negara menyatakan bahwa tugas Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN) adalah melaksanakan tugas pemerintahan di bidang keamanan siber dan sandi untuk membantu Presiden dalam menyelenggarakan pemerintahan. Setiap tahunnya BSSN mendapatkan pegawai baru yang berasal dari pegawai lulusan Politeknik Siber dan Sandi

Negara (PSSN) dan pegawai hasil rekrutmen umum. Pegawai baru lulusan PSSN secara rutin didapatkan setiap tahun sedangkan pegawai baru hasil rekrutmen umum menyesuaikan dengan kebijakan pengadaan Pegawai baru atau Calon ASN dari Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi.

Pegawai baru atau Calon ASN yang baru pertama kali memasuki dunia kerja tentunya akan mengalami sejumlah permasalahan atau merasakan kekhawatiran. Louis (dalam Irfan, 2018) menyatakan bagi pegawai baru setidaknya terdapat 3 alasan yang menyebabkan terjadinya kegugupan pada hari-hari pertama kerja yang dialami oleh karyawan baru antara lain (1) situasi baru yang melibatkan perubahan dan perbedaan dalam beberapa hal, akan menyebabkan pegawai baru harus menghadapi ketidakpastian, (2) pegawai baru sering memiliki harapan tinggi yang tidak realistik tentang keuntungan yang akan diperolehnya dalam pekerjaan baru dan hal ini sering terbentur pada kenyataan bahwa yang akan diperoleh tidak seperti yang diharapkan semula, dan (3) kejutan yang dapat mengakibatkan kecemasan yang dapat terjadi apabila harapan mengenai pekerjaan atau diri sendiri tidak terpenuhi.

Berdasarkan data konseling pegawai di Biro OSDM BSSN, diketahui bahwa pegawai baru memiliki kekhawatiran dalam menghadapi penempatan kerja khususnya terkait hubungan dengan atasan dan senior di unit kerjanya (Sulaiman, komunikasi personal, (18 November 2022)). Di saat era *new normal* ini, permasalahan atau kekhawatiran yang

dialami oleh pegawai baru semakin kompleks dengan adanya sejumlah kebijakan baru terkait pelaksanaan sistem kerja. Selain kegugupan yang dialami di atas, pegawai baru juga perlu menyesuaikan diri dengan kondisi pandemi dimana pegawai baru harus produktif dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Salah satu penyesuaian yang harus dilakukan selama pandemi ini yaitu harus menyesuaikan dengan kondisi yang ada dengan mengoptimalkan pemanfaatan teknologi, informasi dan komunikasi dikarenakan terbatasnya ruang gerak dalam bekerja.

Untuk dapat melakukan adaptasi pada sistem kerja di era *new normal*, maka diperlukan pengembangan kecerdasan emosional pada pegawai baru maupun pegawai pada umumnya (Coetzee & Harry, 2014). Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penting yang mungkin mampu membuat pegawai baru dapat menyelesaikan pekerjaan pertamanya dengan baik. Hal ini didukung oleh penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki kontribusi positif dalam menjelaskan kinerja pegawai (Chaudhry & Usman, 2011; Moon, & Hur, 2011; O'Boyle, Humphrey, Pollack, Hawver, & Story, 2010). Goleman (1997) mengatakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap yang didasarkan pada pikiran yang sehat. Goleman (1997) juga mengatakan ciri-ciri lain dari kecerdasan emosional yaitu kemampuan seperti

kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustasi; menngendalikan dorongan hari dan tidak melebih-lebihkan kesenangan; mengatur suasana hari dan menjaga agar beban stress tidak melumpuhkan kemampuan berpikir; berempati dan berdoa.

Shapiro (1998) menyatakan bahwa kecerdasan emosional bukan didasarkan pada kepandaian intelektual seseorang, melainkan pada karakteristik pribadi atau “karakter”. Oleh karenanya keterampilan sosial dan emosional lebih penting bagi keberhasilan hidup ketimbang kemampuan intelektual. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional adalah faktor keluarga dan faktor lingkungan sekolah atau lembaga pendidikan formal. Selain faktor-faktor tersebut, jenis kelamin dimungkinkan akan memiliki pengaruh terhadap kecerdasan emosional pegawai baru. Penelitian terdahulu tentang kecerdasan emosional dan jenis kelamin dilakukan oleh Bariyyah dan Latifah (2019) dimana hasil penelitiannya menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat kecerdasan emosional siswa laki-laki dan perempuan, atinya jenis kelamin salah satu faktor yang juga memengaruhi kecerdasan emosi.

Salguero, Extremera, & Fernández-Berrocal, (2012) menyebutkan bahwa jenis kelamin memoderasi hubungan antara kecerdasan emosional dengan depresi, dimana ada hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan depresi pada pria dan sebaliknya tidak ada hubungan antara kecerdasan emosional pada wanita. Artinya,

kecerdasan emosional merupakan prediktor yang signifikan terhadap perilaku depresi di kalangan pria sedangkan kecerdasan emosional tidak memiliki kaitan dengan terjadinya depresi di kalangan wanita. El Khouly, S., Mostafa, A.G., Ghadami, M., & Ibrahim, M. (2011) juga menambahkan bahwa kecerdasan emosional dan jenis kelamin saling berinteraksi untuk memprediksi kepuasan kerja di kalangan pegawai negeri.

Berdasarkan fenomena di atas, diketahui bahwa kecerdasan emosional merupakan salah prediktor bagi penyesuaian karir dan kinerja pegawai. Selain itu, jenis kelamin merupakan variabel yang mampu memperkuat hubungan antara kecerdasan emosional dengan beberapa perilaku individu. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan jenis kelamin pada pegawai baru BSSN. Penelitian ini diharapkan mampu membantu pihak manajemen SDM untuk tidak hanya melakukan pengambilan keputusan berdasarkan skor kecerdasan emosional pegawai baru namun juga mempertimbangkan faktor jenis kelamin.

METODE

Responden penelitian. Responden dalam penelitian ini yaitu Pegawai Calon ASN BSSN yang merupakan lulusan Politeknik Siber dan Sandi Negara (PSSN) Angkatan XV yang berjumlah 75 orang dengan rata-rata usia 24 tahun.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*, dimana

pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2017). *Non-probability sampling* terbagi ke dalam beberapa metode, dimana penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh. Menurut Sugiyono (2017), teknik sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Hal ini dikarenakan responden penelitian merupakan lulusan PSSN yang telah menjadi calon ASN.

Instrumen Penelitian. Kecerdasan emosional adalah kemampuan memahami, memantau dan mengendalikan perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, dan menggunakan informasi yang didapatkan tersebut untuk membimbing pikiran dan tindakan. Kecerdasan emosional pada responden penelitian ini diketahui berdasarkan skor yang diperoleh melalui skala kecerdasan emosional yang terdiri dari 50 aitem pernyataan yang disusun berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosional milik Goleman (dalam Carr, 2004) meliputi kesadaran diri, kesadaran sosial, pengaturan diri dan keterampilan sosial. Skala kecerdasan emosional disusun dengan menggunakan skala yang terdiri dari 6 (enam) pilihan respon mulai dari sangat sesuai sampai dengan sangat tidak sesuai dengan besar koefisien reliabilitas sebesar 0,916. Jenis kelamin dibedakan berdasarkan faktor biologis dan terbagi ke dalam dua kategori, yaitu laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin pada responden

penelitian ini diketahui berdasarkan isian identitas responden.

Prosedur penelitian. Adapun pengambilan data dilakukan secara daring dengan menggunakan *link google form* yang peneliti sebarkan. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 15 sampai dengan 17 Februari 2021 dengan jumlah responden yang mengisi kuesioner *online* tersebut sebanyak 75 orang. Seluruh responden dalam penelitian ini telah bersedia secara sukarela untuk melakukan pengisian. Selain itu, identitas diri responden akan terjamin kerahasiannya dan hanya akan digunakan dalam kepentingan penelitian ini saja.

Analisis data. Untuk melihat perbedaan kecerdasan emosional di antara dua kelompok responden yang dibagi berdasarkan jenis kelamin, peneliti melakukan analisis uji beda dengan menggunakan *independent sample t-test*. Peneliti juga melengkapi hasil penelitian dengan kategorisasi responden penelitian melalui perhitungan statistika deskriptif.

HASIL

Hasil Analisis. Sebelum melakukan analisis uji beda dengan menggunakan t-test, peneliti melakukan uji homogenitas dengan taraf signifikansi = 0,349 ($p>0,05$) yaitu bahwa varians data antara kelompok laki-laki dan perempuan sama. Selanjutnya, hasil uji beda dengan menggunakan *independent sample t-test* diperoleh skor $t = 3,336$ ($p>0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosional di kelompok laki-laki

dan perempuan yang signifikan pada pegawai Baru BSSN.

Kategorisasi Responden Penelitian. Berdasarkan hasil deskripsi data penelitian dapat diuraikan mengenai kategorisasi responden penelitian. Kategorisasi responden yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan perbandingan rerata hipotetik dan rerata empirik. Dari hasil perhitungan, didapatkan rerata hipotetik dan rerata empirik. Berdasarkan hasil perhitungan, didapatkan rerata empirik untuk laki-laki sebesar 241,27 dan perempuan sebesar 223,32 sehingga kategorisasi kecerdasan emosional pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan seperti pada Tabel 1.

Tabel 1. Rerata Hipotetik, Rerata Empirik dan Kategori Kecerdasan Emosional berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Rerata	Rerata	Kategori
	Jenis	Hipoteti	Empiri
	k	k	i
	(RH)	(RE)	
Laki-laki	175	241,27	Tinggi
Perempuan	175	223,32	Tinggi

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan berada dalam kategori tinggi dengan skor rerata empirik pegawai laki-laki lebih tinggi daripada pegawai perempuan. Untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai masing-

masing aspek dalam variabel kecerdasan emosional, maka dilakukan perbandingan rerata empirik dengan rerata hipotetik pada masing-masing aspek. Adapun hasil perhitungan rerata hipotetik, rerata empirik dan kategori dari setiap dimensi pada variabel kecerdasan emosional sebagaimana pada Tabel 2.

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa pegawai baru BSSN memiliki gambaran kecerdasan emosional yang relatif sama tinggi pada semua aspek baik untuk laki-laki maupun perempuan. Namun secara umum, Pegawai baru BSSN laki-laki memiliki nilai rerata empirik yang lebih tinggi daripada pegawai baru BSSN perempuan pada semua aspek variabel.

Tabel 2. Rerata Hipotetik, Rerata Empirik dan Kategori Aspek Kecerdasan Emosional

Aspek	Jenis Kelamin	R	RE	Kategor
		H	i	
Kesadaran Diri	Laki-laki	35	47,51	Tinggi
	Perempuan	35	44,91	Tinggi
Kesadaran Sosial	Laki-laki	66	53,51	Tinggi
	Perempuan	66	48,35	Tinggi
Pengaturan Diri	Laki-laki	78	62,15	Tinggi
	Perempuan	78	58,32	Tinggi
Keterampilan Sosial	Laki-laki	96	78,10	Tinggi
	Perempuan	96	71,74	Tinggi

SIMPULAN

Hasil analisis membuktikan bahwa tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosional di kelompok laki-laki dan perempuan yang signifikan pada pegawai baru BSSN. Hal ini berarti baik pegawai baru BSSN laki-laki maupun perempuan berada dalam tingkat atau kategori kecerdasan emosional yang sama baik. Secara umum, masing-masing aspek dari variabel kecerdasan emosional pegawai baru BSSN berada dalam kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa pegawai baru BSSN dalam penelitian ini merasa telah mampu mengenali emosi diri dan orang lain, mampu mengatur dan mengontrol dirinya serta telah memiliki keterampilan sosial yang baik.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat perbedaan kecerdasan emosional berdasarkan jenis kelamin pada pegawai baru BSSN serta melakukan analisis deskriptif mengenai variabel kecerdasan emosional pada pegawai baru BSSN. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosional di kelompok laki-laki dan perempuan yang signifikan pada pegawai baru BSSN. Hal ini berarti baik pegawai baru BSSN laki-laki maupun perempuan telah memiliki kecerdasan emosional yang baik atau dapat dikatakan telah dapat mengelola kesadaran diri dan sosialnya dengan baik, dapat mengatur dirinya dengan baik serta telah memiliki keterampilan sosial yang baik. Hal serupa juga dikatakan oleh Sebayang (2015)

yang mengatakan bahwa tidak ada perbedaan signifikan kecerdasan emosional ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW Salatiga. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa jenis kelamin tidak membedakan tingkat kecerdasan emosional pada pegawai baru BSSN. Baik pegawai baru BSSN laki-laki maupun perempuan dapat mengelola emosi yang tidak terlalu berbeda tingkatannya. Hal ini dimungkinkan karena responden pernah hidup berasrama selama kurang lebih 4 (empat) tahun dalam menempuh pendidikan sehingga tidak berpengaruh pada jenis kelamin tertentu. Walaupun tidak terdapat perbedaan kecerdasan emosional pada Pegawai baru BSSN laki-laki dan perempuan namun skor rerata empirik laki-laki lebih tinggi daripada skor rerata empirik perempuan. Masrun (1986) berpendapat bahwa perbedaan sifat-sifat yang dimiliki oleh pria dan wanita disebabkan oleh perbedaan individu yang diberikan pada anak pria dan wanita. Maka dapat dikatakan bahwa perbedaan jasmani yang mencolok antara pria dan wanita secara psikis yang menyebabkan skor rerata empirik pria lebih tinggi daripada perempuan.

Pada analisis tambahan mengenai kategorisasi responden penelitian, diketahui bahwa kecerdasan emosional pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan dalam penelitian ini berada dalam kategori tinggi dengan skor rerata empirik sebesar 241,27 untuk laki-laki dan 223,32 untuk perempuan. Hal ini sangat dimungkinkan karena responden merupakan lulusan Politeknik Siber dan Sandi Negara Angkatan XV dimana responden mendapatkan pola pengasuhan yang sama

selama menempuh pendidikan di asrama. Hidup berasrama tentunya memiliki tantangan dimana responden akan berinteraksi secara terus menerus dengan lingkungannya setiap hari. Hal ini membuat responden untuk dapat memahami emosi diri dan lingkungan sosialnya serta meningkatkan keterampilan sosial yang dimilikinya untuk dapat bertahan hidup dengan baik di asrama. Sistem pendidikan yang sifatnya semi militer dimana jadwal kegiatan responden selama di asrama diatur dalam Peraturan Kehidupan Mahasiswa juga dimungkinkan dapat membuat responden mengatur dirinya dengan baik.

Berdasarkan aspek dari variabel kecerdasan emosional didapatkan bahwa aspek kesadaran diri berada dalam kategori tinggi bagi pegawai baru BSSN laki-laki maupun perempuan dengan skor rerata empirik sebesar 47,51 untuk laki-laki dan 44,91 untuk perempuan. Hal ini dapat diartikan bahwa pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan telah mampu mengenali emosi dirinya sendiri dengan baik, telah mengetahui kekuatan dan hambatan diri sendiri serta memiliki kepercayaan diri yang baik. Brigham (1991) juga menyatakan bahwa orang yang memiliki kesadaran diri tinggi akan lebih cepat memproses informasi yang mengacu pada dirinya dan memiliki gambaran tentang diri sendiri yang lebih konsisten. Adapun aspek kesadaran sosial juga berada dalam kategori tinggi bagi pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan dengan skor rerata empirik sebesar 53,51 untuk laki-laki dan 48,35 untuk perempuan. Hal ini dapat berarti bahwa pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan telah mampu

mengenali emosi pada lingkungan sosialnya dan selalu berusaha memenuhi kebutuhan orang lain. Brigham (1991) juga menyatakan bahwa orang yang memiliki kesadaran sosial yang tinggi akan cenderung menaruh perhatian pada identitas sosialnya dan reaksi orang lain pada dirinya. Selanjutnya aspek pengaturan diri juga berada dalam kategori tinggi bagi pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan dengan skor rerata empirik sebesar 62,15 untuk laki-laki dan 58,32 untuk perempuan. Hal ini dapat berarti bahwa pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan telah memiliki kontrol diri yang baik, selalu memelihara norma kejujuran dan bertanggung jawab atas kinerja pribadi. Agustiya (2008) juga menyatakan bahwa orang yang memiliki pengaturan diri yang baik akan mengetahui dengan baik kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, sehingga individu akan dapat menentukan strategi yang tepat bagi dirinya untuk dapat meraih hasil yang optimal. Sementara itu, aspek keterampilan sosial juga berada dalam kategori yang tinggi bagi pegawai baru BSSN baik laki-laki maupun perempuan dengan skor rerata empirik sebesar 78,10 untuk laki-laki dan 71,74 untuk perempuan. Hal ini dapat dipahami bahwa pegawai baru BSSN dalam penelitian ini telah memiliki keterampilan yang baik dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, dapat berkomunikasi secara efektif dan efisien serta melakukan negosiasi dan bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aly, M. N., Putri, A.N.R., Rosyida, G., Hamidah, A. Ahmad, A.S., Suryani, H.A., . . . Ilmi, I.Q. (2020). *Panduan aman “New Normal” menghadapi Pandemi Covid-19. Jurnal Layanan Masyarakat*, 4 (2), 415-422.
- Agustiya, R.I. (2008). *Hubungan regulasi diri dengan prestasi belajar pada siswa SMA 29 Jakarta*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta.
- Bariyyah, K., Latifah, L. (2019). *Kecerdasan emosi siswa ditinjau dari jenis kelamin dan jenjang kelas*. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 4 (2).
- Brigham, J.C. (1991). *Social Psychology*. Edisi Kedua. New York : Harper Colling Publisher Inc.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York : Brunner-Routledge.
- Chaudhry, Amjad and Usman, Abid. (2011). *An Investigation of the Relationship between Employees’ Emotional Intelligence and Performance*. African Journal of Business Management, 5(9), 3556-3562.

- Coetzee, M., & Harry, N. (2014). *Emotional intelligence as a predictor of employees' career adaptability*. *Journal of Vocational Behavior*, 84(1), 90–97.
- DeGenova, M.K. (2008). *Intimate relationships, marriages, & families* (7th ed). New York : McGraw-Hill.
- El Khouly, S., Mostafa, A.G., Ghadami, M., & Ibrahim, M. (2011). *Impact of Emotional Intelligence and Gender on Job Satisfaction Among Egyptian Government Sector Employees*. *Current Research Journal of Social Sciences*, 3(1), 22-27.
- Goleman, D. (1997). *Kecerdasan emosional : Mengapa EI lebih penting daripada IQ*. Alih Bahasa : T. Hermaya. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Irfan, M. (2018). *Relevansi Program Orientasi bagi Calon Pegawai Negeri Sipil. Civil Aparatur Policy Brief*, Nomor 016.
- Kurniawan, B. (2013). *Kontribusi Kecerdasan Emosional terhadap Kemandirian Mahasiswa Sekolah Tinggi Sandi Negara*. Skripsi. Universitas Gunadarma, Jakarta.
- Masrun. (1986). *Studi mengenai kemandirian pada penduduk di tiga suku bangsa (Jawa, Batak, Bugis)*. Laporan Penelitian. Kementerian Negara Kependudukan dan Lingkungan Hidup: UGM.
- Moon, T. W., & Hur, W.-M. (2011). *Emotional Intelligence, Emotional Exhaustion, And Job Performance. Social Behavior and Personality: An International Journal*, 39(8), 1087–1096. doi:10.2224/sbp.2011.39.8.1087
- O’Boyle, E. H., Humphrey, R. H., Pollack, J. M., Hawver, T. H., & Story, P. A. (2010). *The relation between emotional intelligence and job performance: A meta-analysis*. *Journal of Organizational Behavior*, 32(5), 788–818.
- Salguero, J. M., Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2012). *Emotional intelligence and depression: The moderator role of gender*. *Personality and Individual Differences*, 53(1), 29–32.
- Sebayang, D.A. (2015). *Perbedaan kecerdasan emosional ditinjau dari jenis kelamin pada mahasiswa Angkatan 2013 fakultas psikologi UKSW Salatiga*. Skripsi. Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Shapiro, L.E. (1998). *Mengajarkan emotional intelligence pada anak*. Alih Bahasa : Alex Tri Kantjono. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.

Akankah Profesi Praktisi Psikologi Mengalami Disrupsi di Era Pandemi? (*Will the Psychology Practitioner Profession Experience Disruption in the Era of a Pandemic?*)

MUHAMMAD IQBAL¹

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana

Email: ¹m.iqbal@mercubuana.ac.id

Abstrak. Fenomena ini membuat praktisi psikologi yang tidak siap akan kehilangan banyak pekerjaan sebab pola kerja manual harus berubah digital. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui potensi disrupsi pada profesi praktisi psikologi menghadapi disrupsi di era pandemi. Metode penelitian dilakukan secara kualitatif dalam bentuk diskusi kelompok terarah (*focus group discussion*) terhadap akademisi dan organisasi profesi. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa, (1) digitalisasi layanan psikologi adalah sebuah keniscayaan, saat ini sudah banyak platform/startup yang mengembangkan layanan psikologi berbasis digital, (2) keterampilan dan kompetensi yang dimiliki psikolog tidak terbatas pada kemampuan pada psikotes/asesmen saja, namun juga layanan intervensi psikologi berbasis digital, (3) perkembangan teknologi informasi dan pandemi juga sudah mengubah cara penelitian dalam menggunakan metode penelitian yang berbasis digital/big data, (4) diperlukan upaya bagaimana mengembangkan kurikulum Pendidikan sarjana psikologi dan program Pendidikan magister profesi psikologi sesuai dengan kebutuhan dan situasi saat ini (5) diperlukan upaya bagaimana mengembangkan kode etik psikologis berbasis digital dimana selama ini kode etika yang diajarkan adalah etika secara manual.

Kata Kunci: Disrupsi, Profesi psikologi, pandemi

Abstract. This phenomenon makes psychology practitioners who are not prepared to lose a lot of work because manual work patterns must change digitally. This study aims to determine the potential for disruption in the psychology practitioner profession facing disruption in the pandemic era. The research method was carried out qualitatively in the form of focus group discussions with academics and professional organizations. The results of the study reveal that, (1) the digitization of psychological services is a necessity, currently there are many platforms/startups that have developed digital-based psychological services, (2) the skills and competencies possessed by psychologists are not limited to abilities in psychological tests/assessments, but also digital-based psychological intervention services, (3) the development of information technology and the pandemic has also changed the way research uses digital/big data-based research methods, (4) efforts are needed on how to develop a psychology undergraduate education curriculum and psychology professional master education program according to needs and the current situation (5) efforts are needed on how to develop a digital-based psychological code of ethics where so far the code of ethics taught is ethics manually.

Key words: Disruption, psychology profession, pandemic

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 telah melanda dunia, pandemi yang datang dengan tiba-tiba dan begitu cepat telah mengubah tatanan dunia. Pandemi ini juga memberikan dampak ekonomi yang luar biasa pada negara kita, seperti kehilangan pekerjaan, berkurangnya pendapatan hingga memperbanyak kemiskinan. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020, angka pengangguran semakin bertambah akibat Covid-19. Naik 2,67 juta orang menjadi 9,77 juta orang pada kuartal III/2020, dengan rincian sebagai berikut : 29,12 juta orang (14,28 persen penduduk usia kerja), terdiri dari pengangguran karena Covid-19 2,56 juta orang, Bukan Angkatan Kerja (BAK) 0,76 juta orang, tidak bekerja karena covid 1,77 juta orang, dan penduduk bekerja yang mengalami pengurangan jam kerja karena covid sebanyak 24,03 juta orang (Binekasri, 2021)

Disamping itu, pandemi juga menimbulkan dampak kehilangan nyawa dan gangguan psikologis kepada jutaan manusia, kecemasan (Ifidl, 2020), sedih (Brooks et al., 2020), kebosanan (Asmundson, 2020), depresi (Ettman et al.,2020) hingga keinginan bunuh diri (Pirkins, 2021). Salah satu penyebabnya adalah beban ekonomi yang semakin hari semakin berat karena menurunnya daya beli dan pembatasan gerak untuk mencegah penyebaran covid-19 (Brenner & Bhugra, 2020). Kondisi tersebut memerlukan intervensi para ahli psikologi untuk bisa membantu

menyelesaikan berbagai persoalan psikologis di masyarakat, mulai dari meningkatkan kapasitas, memotivasi, melatih keterampilan “*Soft Skill*” psikoedukasi, hingga psikoterapi bagi mereka yang memiliki masalah dengan kesehatan mental. Sayangnya, mereka tidak bisa bertatap muka langsung, sehingga tidak ada cara lain selain layanan secara online.

Beberapa perusahaan dan pengguna layanan psikologi pun meminta layanan dilakukan secara online (Fallaw, Kantrowitz & Dawson, 2012) sehingga mau tidak mau para psikologi harus bisa bertransformasi diri dengan segera merubah pola layanan dari offline menjadi layanan online. Pada dasarnya hampir semua layanan psikologi bisa dilakukan secara online (Novotnet, 2017), termasuk psikotes/asesmen (Hambleton, 2011) sehingga dari segi keilmuan dan etika tidak ada kendala dan hambatan dalam pelaksanaan dan transformasi tersebut. Hanya saja masih didapati praktisi psikologi yang “gagap” teknologi, sulit berubah dan enggan berkolaborasi sehingga situasi ini bisa membuat mereka kehilangan pendapatan.

Istilah disrupti sudah muncul sejak tahun 1997, dimana ketika itu seorang professor dari Harvard Business School, dengan bukunya yang berjudul *The Innovator’s Dilemma* (1997) yang ditulis oleh Clayton M. Christensen. Ketika itu ia mengamati kenapa perusahaan-perusahaan besar bisa dikalahkan oleh perusahaan kecil karena ditemukannya

teknologi baru yang menggantikan teknologi lama.

Disrupsi adalah dari segi arti kata artinya adalah sebuah hal yang tercabut dari akarnya (Eriyanto, 2018), dalam konteks psikologi, disrupsi psikologi adalah berkurangnya pengguna layanan psikologi akibat ditemukannya metode dan teknologi baru dengan menggunakan ruang digital yang lebih efektif dan efisien sehingga mengubah perilaku pengguna dalam menggunakan jasa praktisi psikologi.

Dalam menghadapi tantangan era covid-19 dan era digital, tidak semua para praktisi psikologi bisa menerima atau beradaptasi dengan pola kerja online/daring, ada sebagian yang akhirnya menutup layanan karena tidak memiliki kemampuan literasi digital yang baik, namun banyak pula para psikolog yang sudah melihat peluang dan tantangan kedepan, sejak awal, sebelum ada pandemi mereka sudah memberikan layanan online dan mengembangkan alat tes psikologi online sehingga mereka adalah salah satu yang mendapat peluang besar ketika pandemi terjadi.

Pengalaman saya sebagai *owner* rumah konseling bisa menjadi contoh, sejak awal kami memberikan layanan konseling secara online dan psikoedukasi (webinar), klien dari berbagai pelosok negeri bahkan luar negeri (Malaysia, Arab Saudi, Jerman, Taiwan, Hongkong, Inggris, Jepang), konseling online sangat memudahkan dan bisa membantu banyak orang

karena sesungguhnya yang banyak dibutuhkan klien/masyarakat adalah pertolongan pertama psikologi atau konseling normal bermasalah, seperti masalah pernikahan, keluarga, konflik pertemanan, masalah adaptasi dan penyesuaian diri, pengasuhan dan konsultasi tentang pilihan-pilihan kehidupan.

Disrupsi pada ranah profesi psikologi semakin terasa dengan maraknya digitalisasi alat tes (Novotney,2017), pelatihan online, konseling online telah memaksa para praktisi psikologi untuk segera berubah dan cepat belajar serta beradaptasi. Praktisi psikologi yang biasa bekerja secara manual akan tergerus dan mengalami disrupsi, karena dengan temukan dan dikembangkannya alat tes dan asesmen yang bisa digunakan secara online, konseling secara online, pelatihan dan seminar online menyebabkan mereka akan berkurang pendapatan. Profesi Psikologi juga jika tidak berubah dengan cepat dan menyesuaikan diri akan mengalami disrupsi. Khususnya dalam melakukan literasi digital, masih ada yang belum melek teknologi, sehingga harus bisa berkolaborasi dengan dengan pakar Teknologi Informasi dalam mengembangkan produk-produk psikologi

Apalagi sekarang banyak sekali bermunculan *platform* dan aplikasi psikologi dan konseling online yang mudah berbasis teknologi, murah dan bisa dilakukan kapanpun dan dimanapun. Fenomena ini harus menjadi perhatian bagi para ilmuwan, praktisi psikologi

dan perguruan tinggi yang mencetak para sarjana psikologi yang cepat dan mudah melakukan perubahan serta mampu adaptasi terhadap situasi pandemi dan digitalisasi harus segera disikapi dengan menyesuaikan kurikulum sesuai dengan kebutuhan industri dan kebutuhan masyarakat kekinian. Mata kuliah yang berhubungan alat pemeriksaan psikologi harus ditambahkan dengan kompetensi melakukan pemeriksaan secara online, demikian juga konseling dan psikoterapi dengan pemanfaatan teknologi informasi. Selain bekal ilmu psikologi mahasiswa juga harus memiliki keterampilan dalam menjalankan media komunikasi seperti mengedit video, desain konten, menjalankan sosial media, hingga membuat website/aplikasi sederhana. Teknologi memegang peranan penting sebagai alat dalam melakukan implementasi manajemen pengetahuan untuk mempercepat transfer pengetahuan dalam organisasi (Irmawan, 2020)

Ilmuwan psikologi juga harus bisa membaca perubahan ini dengan cepat, riset-riset psikologi juga harus berubah, mulai dari metode, alat ukur, pengumpulan sampel. Penggunaan Analisa “*big data*” kecerdasan buatan manusia (*artificial intelligence*) dalam riset-riset psikologi menjadi bagian penting bagi kemajuan keilmuan psikologi. Disamping itu juga topik-topik tentang hubungan relasi manusia dan mesin serta komputer di ruang maya juga harus mendapat perhatian, agar keseimbangan antara ruang maya dan ruang

nyata bisa terjadi dan kehidupan manusia dapat berjalan dengan baik. Fenomena kecanduan gadget/internet seperti kecanduan media sosial, game online, film, pornografi menjadi masalah baru di masyarakat sehingga memerlukan sentuhan peneliti psikologi untuk bisa mencegah dan memulihkan mereka yang mengalami adiksi

Menurut Soeharso (2020) dalam bukunya Psikologi Bisnis, Paradigma Baru Mengelola Bisnis hakikat bisnis adalah mengelola manusia dengan segala kebutuhan dan keinginannya. Manusia dalam konteks bisnis bisa berperan sebagai makhluk pemberi kerja maupun sebagai penerima kerja, untuk itu dalam konteks layanan psikologi para praktisi psikologi tidak hanya memerlukan diri sebagai pekerja namun juga sebagai owner atau mempekerjakan para praktisi dalam memberikan jasa atau layanan psikologi. Di era digital, untuk menjadi seorang entrepreneur (Achmad, 2016) di bidang psikologi, seorang praktisi psikologi harus bisa melakukan “*personal branding*” dan “*organizational branding*” yang tentunya itu memerlukan kolaborasi dan kreatifitas dalam melihat peluang. Dalam prinsip wirausaha psikologi, dimana ada masalah maka di situ ada peluang, baik peluang berbuat amal soleh maupun peluang yang mendatangkan uang (Short & Ketchen, 2010).

Berdasarkan fenomena di atas maka penelitian ditujukan untuk mengetahui potensi

disrupsi pada profesi praktisi psikologi menghadapi disrupsi di era pandemic dan langkah-langkah saja yang perlu dilakukan berdasarkan diskusi bersama pakar dan organisasi psikologi.

METODE

Penelitian ini menggunakan diskusi kelompok terarah (*focus group discussion*) dengan teknik analisis data yaitu analisis tematik, untuk menemukan makna sebuah tema yaitu disrupsi profesi praktisi psikologi menurut pemahaman sebuah kelompok yang dipilih sebagai informan. Adapun informan dalam penelitian ini adalah pakar dan Ketua Asosiasi Psikologi yang dihadiri Asosiasi Psikometrika Indonesia (Apsimetri), Ikatan Psikologi Sosial, Asosiasi Psikologi Islam, Asosiasi Psikologi Forensik Jakarta, Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara (KPIN) dan para dosen dan juga praktisi fakultas psikologi Universitas Mercubuana. Penelitian dilakukan pada Jumat 17 November 2020 dan FGD dilakukan secara daring (*by zoom*).

HASIL & DISKUSI

Pertama digitalisasi layanan psikologi adalah sebuah keniscayaan, saat ini sudah banyak platform/startup yang mengembangkan layanan psikologi berbasis digital. Namun dengan adanya pandemi covid-19 ini akselerasi layanan psikologi berbasis digital/daring menjadi sebuah keharusan, layanan psikologi begitu cepat berkembang, sehingga mau tidak

mau harus memiliki kemampuan literasi layanan digital. Untuk itu para praktisi psikologi harus bisa berkolaborasi bukan hanya mengembangkan Instrumen tes psikologi berbasis komputer namun juga bagaimana perubahan dari menghadapi dunia dan memahami etika penggunaan tes psikologi berbasis komputer. Sebagaimana Sari (2020) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa adanya integrasi pelayanan kesehatan mental dan teknologi secara optimal, dapat menjadi salah satu solusi alternatif dalam menjangkau masyarakat yang lebih luas dan meminimalisir kesenjangan yang ada.

Kedua adalah keterampilan dan kompetensi yang dimiliki psikolog buka hanya kemampuan pada psikotes/asesmen saja, namun juga layanan intervensi psikologi berbasis digital, Nelson (2011) menyatakan bahwa Berkembangnya teknologi baru dan penerapannya dalam praktek klinis, akan memberikan peluang dan tanggung jawab dalam mempertimbangkan kompetensi yang sesuai bagi psikolog yang memberikan pelayanan kesehatan telemental. Jika selama ini layanan intervensi psikologi seperti konseling dan psikoterapi dilakukan secara manual, di era digital dan pandemi seperti ini tidak mungkin dilakukan secara tatap muka, sehingga memerlukan inovasi dalam layanan intervensi berbasis digital. Selama ini dalam pembelajaran profesi psikologi lebih mengedepankan diagnostik atau asesmen lebih besar berbanding kemampuan melakukan intervensi psikologi,

sehingga kurang menyentuh kebutuhan masyarakat.

Ketiga adalah perkembangan teknologi informasi dan pandemi juga sudah mengubah cara penelitian dalam menggunakan metode penelitian yang berbasis digital/big data yang tentu saja hal baru yang harus dipelajari para psikologi dan ilmuwan psikologi agar berkolaborasi agar dapat mengembangkan metode penelitian terbaru berbasis teknologi informasi, demikian juga dengan publikasi, sudah saatnya publikasi berbasis digital termasuk dalam bentuk video yang bisa diakses dan dibaca oleh para psikolog dan ilmuwan psikologi di seluruh penjuru dunia. Zyabreva et al. (2018) kemampuan teknologi informasi yang mempunyai berdampak pada perkembangan profesionalisme khususnya pada mahasiswa psikologi.

Keempat adalah bagaimana mengembangkan kurikulum Pendidikan sarjana psikologi dan program Pendidikan magister profesi psikologi sesuai dengan kebutuhan dan situasi saat ini, para mahasiswa psikologi dibekali dengan pelajaran ilmu psikologi yang kekinian, dan berbasis teknologi informasi, seperti asesmen online, konseling dan psikoterapi online, alat ukur psikologi berbasis digital, pelatihan dan pengembangan serta psikoedukasi online, mengembangkan *platform/startup (Psychopreneur)* bisnis psikologi berbasis digital, psikologi ruang maya. Para calon sarjana psikologi dan

psikolog harus diajarkan wirausaha di bidang psikologi, termasuk magang pada Konsultan/Biro psikologi.

Kelima adalah bagaimana mengembangkan kode etik psikologis berbasis digital dimana selama ini kode etika yang diajarkan adalah etika secara manual, termasuk dalam etika bisnis psikologi, sehingga perubahan situasi ini layanan psikologi yang diberikan tetap mengedepankan nilai dan etika yang tentunya akan berdampak kepada kualitas layanan kepada masyarakat. Hal ini juga konsisten dengan Barnett (2016) bahwa perlunya penyesuaian standar prosedur, kompetensi klinis dan teknologi yang sesuai bagi professional, demikian halnya dengan etika layanan terkait kesesuaian jenis pelayanan kesehatan telemental bagi klien, *informed consent*, kerahasiaan, aspek hukum, keamanan, dan kegawatdaruratan yang menyertai kesehatan telemental (Baker, 2011; Barnett, 2016). Etika bisnis adalah sebagai suatu rambu-rambu dalam suatu kelompok masyarakat akan dapat membimbing dan mengingatkan anggotanya kepada suatu Tindakan terpuji (good conduct) yang harus selalu dipatuhi dan dilaksanakan (Nugroho & Arijanto, 2015).

Dengan demikian, digitalisasi layanan psikologi adalah sebuah keniscayaan, dan saat ini layanan psikologi berbasis berkembang ke arah digital, untuk itu keterampilan dan kompetensi yang dimiliki psikolog tidak

terbatas pada kemampuan pada psikotes/asesmen saja, namun juga layanan intervensi psikologi berbasis digital, penelitian dalam menggunakan metode penelitian juga berkembang yang berbasis *digital/big data*, selain itu juga diperlukan upaya mengembangkan kurikulum pendidikan sarjana psikologi dan program pendidikan magister profesi psikologi sesuai dengan kebutuhan dan situasi saat ini, serta mengembangkan kode etik psikologis berbasis digital. Bagi praktisi yang sulit atau tidak mau beradaptasi dengan digital maka mereka akan mengalami disruptsi.

Perguruan tinggi perlu merespon segera temuan ini dengan merubah sistem pembelajaran dan kurikulum Pendidikan sarjana maupun pascasarjana/profesi dengan mata kuliah kekinian berbasis digital, termasuk melatih siswa agar memiliki kompetensi berwirausaha atau yang dikenal dengan istilah *Psycho Entrepreneur* sehingga memiliki daya saing berwirausaha dalam bidang psikologis.

Hasil penelitian ini merupakan kajian awal berdasarkan hasil diskusi yang tidak lepas dan dipengaruhi oleh pandangan dan pendekatan dari moderator, informan yang terlibat juga terbatas dan belum merepresentasikan seluruh anggota atau perwakilan organisasi praktisi psikologi di Indonesia.

SARAN

Dibutuhkan pertimbangan lain untuk menggunakan teknik/metode pengumpulan data lainnya agar penyediaan data menjadi lebih kaya dan lebih informative dan hasil temuan penelitian dapat menggambarkan kondisi sesungguhnya dari disruptsi profesi praktisi psikologi di Indonesia secara umum.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad,N. (2016). *Entrepreneurship in the Digital Era. Dinamika pendidikan*, 11(2).
- Arnout, B. A., Al-Dabbagh, Z. S., Al Eid, N. A., Al Eid, M. A., Al-Musaibeh, S. S., Al-Miqtiq, M. N., Alamri, A. S., & Al-Zeyad, G. M. (2020). *The effects of coronavirus (COVID-19) outbreak on the individuals' mental health and on the decision makers: A comparative epidemiological study. Health Sciences*, 9(3), 26–47.
- Asmundson, G. J. G., & Taylor, S. (2020). *Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. Journal Of Anxiety Disorders*, 70, 102196-102196.
- Arissetyanto Nugroho & Agus Arijianto (2015). *Etika Bisnis, Pemahaman Teori Secara Komprehensif dan Implementasinya*. Bogor: Penerbit IPB Press.
- Baker DC, Bufka LF. (2011). *Preparing for the Telehealth World: Navigating*

- Legal, Regulatory, Reimbursement, and Ethical Issues in an Electronic Age.* Professional Psychology: Research and Practice. 42(6), 405–411.
- Barnett J, Kolmes K. (2016). *The practice of Tele-Mental Health: Ethical, Legal, and Clinical Issues for Practitioners.* Pract Innov. 1(1), 53–66.
- Binekasri., R. (5 November 2020). *BPS: Pengangguran Semakin Bertambah.* Nasional Jawa Pos. Diakses dari <https://www.jawapos.com/>
- Brenner,M.H., Bhugra, D.(2020).*Acceleration of Anxiety, Depression, and Suicide: Secondary Effects of Economic Disruption Related to COVID-19.* Frontiers in Psychiatry. 11, 1422
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). *The Psychological Impact of Quarantine and How to Reduce it: Rapid Review of the Evidence.* The Lancet, 395, 912-920.
- Dhani Irmawan. (2020). *Pengembangan Sistem Manajemen Pengetahuan Sebagai Keunggulan Kompetitif Yang Berkelanjutan.* Aplikasi Psikologi Positif : Pendidikan, Industri dan Sosial. Hal. 124, Pekalongan: Penerbit Pekalongan Indonesia
- Eriyanto, E. (2018). *Disrupsi.* Jurnal Komunikasi Indonesia
- Ettman, C.K., Abdalla, S.M., Cohen, G.H. (2020). *Prevalence of Depression Symptoms in US Adults Before and During the COVID-19 Pandemic.* JAMA Network Open. 3(9), 1-12.
- Fallaw, S. S., Kantrowitz, T. M., & Dawson, C. R. (2012). *2012 Global Assessment Trends Report.* Diakses dari http://www.Shi.com/assets/GATR_2012_US.pdf
- Hambleton, R. K., Bartram, D., & Oakland, T. (2011). *Technical advances and guidelines for improving test practices.* In: Martin, P. R., Cheung, F. M., Knowles, M. C., Kyrios, M., Littlefield, L., Overmier, J. B. & Prieto, J. M. (Eds). IAAP Handbook of Applied Psychology. Chichester: Blackwell Publishing Ltd.
- Ifdil., Yuca, F., Yendi, F. M. (2020).*Stress and anxiety among late adulthood in Indonesia during COVID-19 outbreak.* Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia, 6(2), 31-46.
- Liebrenz, M., Bhugra, D., Buadze, A., Schleifer, R. (2020). *Caring for persons in detention suffering with mental illness during the Covid-19 outbreak.* Forensic Science International: Mind and Law, 1—2.

- Nelson EL, Bui T, Sharp S. (2011). *Telemental health competencies: training examples from a youth depression telemedicine clinic.* In M. B. Gregerson (Ed.), Technology innovations for behavioral education, 41–47.
- Novotney, A. (2017). *A growing wave of online therapy.* 48(2), 48.
- Pirkins, J., John, A., Shin, S., Delpozo-Banos, M. (2020). *Suicide trends in the early months of the covid-19 pandemic: An interrupted time-series analysis of preliminary data from 21 countries.* 8(7), 579-588.
- Short.J., Ketchen, D., Shoock,C. (2010). *The Concept of “Opportunity” in Entrepreneurship Research: Past Accomplishments and Future Challenges.* Journal of Management, 36(1), 40-65.
- Sonny Y Soeharso (2020). *Psikologis Bisnis, Paradigma Baru Mengelola Bisnis.* Yogyakarta: Lautan Pustaka.
- Zyabreva, V., Abdullayeva, G., Vasko, T., & Sarsenbayeva, L. (2018). *Digital literacy and professional development of psychology students.* Opcion, 34(17), 436-448

Gambaran Psychological Capital Mahasiswa di Universitas Swasta Jakarta: Tinjauan Pengetahuan dan Gender

*(Psychological Overview of Students at Private University in Jakarta: Overview
of Knowledge and Gender)*

LEO KRISTIANTORO¹, GRACE PASKAH², DWINA ASRI N³, SHAHABI HILMAN⁴,
TOFFA DZULFIKAR⁵, PURNOMOLUGI URSILA NILAMSARI⁶

Fakultas Psikologi, Unika Atma Jaya

Email : ¹ursila.nilamsari@atmajaya.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai *psychological capital* sebagai salah satu faktor yang mendorong kewirausahaan pada mahasiswa di salah satu universitas swasta di Jakarta. Hal ini didasari oleh penelitian yang dilakukan Sea Group bekerja sama dengan World Economic Forum yang menyebutkan angka keinginan anak muda untuk berwirausaha berada pada peringkat teratas. Serta dukungan Kemendikbud yang melakukan program sekolah pencetak wirausaha berbasis digital bekerja sama dengan Asosiasi Kementerian Pendidikan Se-ASEAN itu sejak 2018. Lebih lanjut perilaku berwirausaha tidak datang begitu saja, meskipun mahasiswa telah mendapatkan perkuliahan kewirausahaan. Pada sisi lain, selain melalui pendidikan, terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi seseorang untuk menjadi wirausaha. Hal yang berkaitan dengan faktor internal terdapat faktor psikologis yang menjadi salah satu faktor yang memengaruhi kewirausahaan individu, serta merupakan fondasi seorang individu, dikenal sebagai *psychological capital*. Pada variabel *psychological capital* terdapat empat pilar yaitu *hope*, *efficacy*, *resilience* dan *optimisme*, yang akan diukur menggunakan alat ukur *psychological capital questionnaire* (Luthans, Youssef, & Avolio, 2007). Selanjutnya pemilihan partisipan menggunakan *convenience sampling*, dengan sampel berjumlah 50 mahasiswa, serta pengolahan data menggunakan metode analisa statistik deskriptif. Dari hasil penelitian menggambarkan *psychological capital* secara umum terdapat 17 mahasiswa yang memiliki skor “tinggi”, 15 mahasiswa memiliki skor “sedang” dan 18 mahasiswa memiliki skor “rendah”. Selain itu menggambarkan mahasiswa laki-laki memiliki *psychological capital* lebih tinggi daripada mahasiswa wanita, serta menggambarkan mahasiswa yang tidak mendapatkan pengetahuan kewirausahaan memiliki skor tinggi jika dibandingkan mahasiswa yang mendapatkan pengetahuan kewirausahaan. Penelitian relevan dengan penelitian sebelumnya pada penelitian bidang *gender* bahwa kewirausahaan jenis kelamin laki-laki memiliki *psychological capital* lebih tinggi. Serta sejalan dengan penelitian bahwa pembelajaran kewirausahaan memiliki hubungan dengan skor *psychological capital* yang tinggi. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih banyak sehingga lebih menggambarkan *psychological capital* sebagai pondasi kewirausahaan pada mahasiswa dengan lebih kredibel.

Kata kunci: *psychological capital*, mahasiswa, jenis kelamin, pengetahuan kewirausahaan.

Abstract. This study aims to obtain an overview of psychological capital as one of the factors that encourage entrepreneurship in students at a private university in Jakarta. This is based on research conducted by the Sea Group in collaboration with the World Economic Forum which states that the number of young people's desire for entrepreneurship is at the top. As well as the support of the Ministry of Education and Culture which has conducted a digital-based entrepreneurial school program in collaboration with the ASEAN-ASEAN Ministry of Education Association since 2018. Furthermore, entrepreneurial behavior does not just come, even though students have received entrepreneurship courses. On the other hand, apart from education, there are internal and external factors that can influence a person to become an entrepreneur. Related to internal factors, there are psychological factors that are one of the factors that influence individual entrepreneurship, and are the foundation of an individual, known as psychological capital. In the psychological capital variable, there are four pillars, namely hope, efficacy, resilience, and optimism, which will be measured using a psychological capital questionnaire (Luthans, Youssef, & Avolio, 2007). Furthermore, the selection of participants using convenience sampling, with a sample of 50 students, and data processing using descriptive statistical analysis methods. From the results of the study describing psychological capital in general 17 students have a "high" score, 15 students have a "medium" score and 18 students have a "low" score. In addition, it describes male students having higher psychological capital than female students and describes students who do not get entrepreneurial knowledge as having high scores when compared to students who get entrepreneurial knowledge. The research relevant from previous research that in research in the field of gender in entrepreneurship, it is stated that the male sex has a higher psychological capital. And also the same with research that learning entrepreneurship has a relationship with a high score of psychological capital. Further research is recommended to use a larger number of samples to better describe psychological capital as a foundation for entrepreneurship in students with more credibility.

Key words: psychological capital, students, gender, entrepreneurial knowlegde.

PENDAHULUAN

Bagi sebuah negara khususnya negara berkembang masa kini kewirausahaan menjadi hal yang sangat penting bagi pertumbuhan ekonomi negara tersebut (Nwankwo, et al.,2012). Selain itu Dissayanake (2013) juga mengatakan bahwa kewirausahaan merupakan salah satu jalan atau upaya dalam mengatasi permasalahan ekonomi, terutama dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan ekonomi serta teknologi. Menurut Indira (2010), kewirausahaan merupakan salah satu faktor penting sebagai penentu kemajuan ataupun kemunduran dari laju perekonomian suatu negara. Melihat beberapa pemaparan para ahli

diatas, maka dapat kita simpulkan bahwa kewirausahaan merupakan faktor yang penting bagi kemajuan suatu negara berkembang seperti Indonesia lewat pertumbuhan ekonominya.

Beberapa tahun kebelakang dapat kita lihat naiknya ketertarikan orang-orang terhadap dunia kewirausahaan yang dibuktikan dengan peningkatan jumlah seminar, pelatihan, dan lainnya untuk meningkatkan kemampuan dan semangat berwirausaha (Ogundipe, et al.,2012). Tak hanya itu berdasarkan hasil penelitian Sea Group yang tertulis dalam artikel berita Okezone (Koran SINDO) menyebutkan 24% dari 14.000 anak muda Indonesia memiliki keinginan membuka bisnis sendiri. Sedangkan 16,5% ingin

melanjutkan usaha keluarga mereka. Kemudian 3,2% lainnya ingin merasakan kerja di usaha rintisan seperti *startup*. Sisanya sejumlah 17% memilih bekerja di pemerintahan.

Dijelaskan pula dalam bacaan tersebut, hasil dari penelitian Sea Group yang bekerja sama dengan World Economic Forum (WEF) mengungkapkan bahwa motivasi wirausaha anak muda Indonesia yaitu ingin menjadi dampak positif bagi masyarakat dan komunitas atau kelompok mereka. Melalui hasil penelitian tersebut, juga disampaikan bahwa keinginan berwirausaha anak muda Indonesia berada peringkat yang cukup tinggi. Bahkan dikatakan Indonesia dengan persentase 25,7% berada di kedudukan paling atas. Artinya Indonesia berhasil mengalahkan Filipina dan Vietnam. "Generasi Indonesia masa kini ingin mempunyai nilai dalam hidupnya dan berani untuk menjadi lebih mandiri," ujar Santitarn Sathirathai selaku Chief Economist Sea Group. Baginya hal ini menjadi modal bagi anak muda Indonesia menjadi kreatif dalam berwirausaha.

Seperti menyadari ketertarikan tinggi anak muda dalam berwirausaha, Indonesia sendiri melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) sejak 2018 pun telah memiliki program sekolah pencetak wirausaha berbasis digital yang bekerja sama dengan Asosiasi Kementerian Pendidikan Se-ASEAN (SEAMEA) kepada anak-anak Sekolah Menengah Kejuruan. Selain itu Pemerintah Indonesia menyediakan banyak program pembinaan wirausaha mulai dari tingkat perguruan tinggi yang telah dikembangkan

oleh lembaga pemerintah seperti Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi (Kemendiknas, 2010). Hal tersebut menandakan bahwa seberapa pentingnya mendorong aktivitas kewirausahaan dan mempercepat pertumbuhan wirausaha baru pada mahasiswa.

Selain itu terdapat pertumbuhan signifikan yang luar biasa dari perusahaan kecil menjelang akhir abad ke-20 telah menutupi status pekerjaan perempuan (Loveman & Sengenberger, 1991; Acs & Audretsch, 1999; Quince & Whittaker, 2003). Awalnya, pekerjaan wanita lebih dipusatkan di rumah, sedangkan, dewasa ini perempuan sekarang terlibat dalam usaha menghasilkan pendapatan yang berkontribusi secara ekonomi bagi pertumbuhan keluarga dan masyarakat. Meskipun, kewirausahaan dianggap sebagai "laki-laki" domain karena tugasnya sering dikaitkan dengan perilaku maskulin (Dickerson & Taylor, 2000; Verheul, Uhlaner & Thurik, 2005). Namun, perempuan sekarang terlibat dalam kegiatan kewirausahaan mungkin tidak hanya sebagai sarana untuk ekonomi kelangsungan hidup tetapi juga sebagai sarana sosial yang positif bagi diri mereka sendiri dan lingkungan sosial mereka (UNIDO, 2001). Dengan demikian, menurut Lee dan Venkataraman (2006), keterlibatan kewirausahaan perempuan mungkin muncul dari ketidakseimbangan antara aspirasi mereka dan penilaian yang dirasakan dari penawaran pasar tenaga kerja. Penelitian oleh Margaca, Sanchez, Garcia, Cardella (2021) menjelaskan bahwa *psychological capital* pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan.

Berdasarkan fakta-fakta diatas mengenai tingginya ketertarikan pemuda Indonesia terhadap kewirausahaan, maupun aspirasi wirausaha wanita, pemahaman pengatahanan kewirausahaan serta kebutuhan akan wirausahawan demi kemajuan negara, maka peneliti bermaksud untuk melihat elemen-elemen *Psychology Capital* dalam diri mahasiswa dari salah satu universitas di Jakarta yang dapat memengaruhi motivasi dan kognitif dalam berwirausaha. Anak-anak muda inilah yang menjadi harapan bangsa untuk dapat memajukan perekonomian negara lewat lahirnya wirausahawan. Oleh karena itu peneliti ingin melihat fondasi atau “modal” awal berdasarkan teori *Psychology Capital* yang dimiliki oleh mahasiswa pada populasi di salah satu universitas swasta.

Dalam rangka memenuhi maksud di atas maka peneliti berusaha membedah perihal kewirausahaan itu sendiri. Untuk memulai wirausaha kita harus mengetahui kemampuan-kemampuan dan fondasi yang individu miliki untuk memulai kewirausahaan. Sebagaimana proses untuk memulai kewirausahaan terdapat empat fondasi *entrepreneurship capital* yang harus dimiliki untuk memulai dalam bidang usaha yaitu *financial capital*, *psychological capital*, *social capital*, dan *human capital*.

Keempat fondasi untuk memulai usaha yang telah disebutkan di atas dapat dikembangkan terus salah satunya adalah *psychological capital* yang berdasarkan dari empat pilar yaitu *Hope*, *Efficacy*, *Resilience* dan *Optimism* atau disingkat sebagai HERO. Fondasi ini didasari dari *positive*

organizational behavior (POB) dan *positive psychology* yang dimana memfokuskan pada “apa yang bagus dari seseorang” (Sebora, 2011). Psychological capital memindahkan sudut pandan dari “siapakah dirimu” menuju ke “apa yang dirimu bisa lakukan” (Avolio & Luthans, 2006) karena *psychological capital* itu adalah keadaan yang dapat kita capai bukan sebuah sifat sehingga itu dapat di pelajari dan dikembangkan (Luthans).

Hope atau harapan menurut Luthans (2007) didefinisikan sebagai sebuah kemampuan dalam merencanakan sebuah langkah untuk melewati sebuah rintangan yang dihadapi oleh individu dan menjadi motivasi sebagai cara mencapai tujuan. *Efficacy* atau keyakinan diri memiliki arti bahwa individu dapat mengukur kemampuannya dalam menghadapi sebuah rintangan dan dapat mengatur motivasi, kognitif dan metode apa yang diperlukan untuk menghadapi rintangan tersebut (Luthans, 2007). *Resilience* atau ketahanan dalam Luthans (2007) merupakan kemampuan individu dalam menghadapi sebuah permasalahan di dalam hidupnya serta mengetahui bagaimana cara menyesuaikan diri agar dapat mengubah kondisi yang kurang nyaman menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. *Optimism* atau optimisme adalah kecenderungan individu untuk mengharapkan sebuah hasil yang menguntungkan dalam berbagai macam situasi (Luthans, 2007).

Psychological capital (psycap) sebagai salah satu dari dasar *entrepreneurship capital*, memiliki manfaat dalam bidang usaha yaitu psycap secara langsung memengaruhi sifat

karyawan dan bagaimana berperilaku. Oleh karena hal ini, Luthans (2007) mengatakan bahwa sumber daya manusia menjadi sebuah keuntungan, karena tiap orang memiliki keunggulan yang berbeda-beda. Sehingga bila sumber daya manusia dijadikan sebuah strategi berwirausaha akan menjadi strategi yang sulit direplika atau ditiru oleh kompetitor yang akan bersaing nantinya. Maka disarankan pula oleh Luthans untuk juga fokus dalam perkembangan sumber daya manusia. Menurut tang (2020) *psychological capital* menentukan bagaimana karyawan mengatur *emotional intelligence* mereka dan bagaimana mereka tetap termotivasi dengan tidak terpengaruh terhadap hal-hal negatif atau kurang baik yang menimpa mereka. Berdasarkan paparan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa seorang wirausahawan ataupun karyawan memerlukan lingkungan kerja yang positif. Hal ini menjadi penting agar dapat meningkatkan performa kerja dari setiap wirausahawan atau karyawan seperti yang diungkapkan oleh Tang (2020) dengan memahami *psychological capital* individu dapat mengembangkan inovasi dan kreatifitas yang akan mendorong performa bekerja.

Menurut Fakhri (2012) memiliki keunggulan secara motivasi dan kognitif merupakan dorongan untuk seseorang memunculkan keinginan untuk mulai usaha, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara wirausaha dengan *psychological capital*. Seperti yang disebutkan oleh Peterson (2011) menyatakan bahwa *psychological capital* diindikasikan dalam bentuk tingkat motivasi,

meningkatnya kemampuan secara kognitif, dan kemampuan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan pernyataan yang diungkapkan oleh Peterson dan Fakhri dapat dirangkum bahwa keinginan untuk mulai usaha didasarkan oleh motivasi dan kemampuan kognitif yang dimana kedua hal tersebut merupakan bagian dari *psychological capital*.

Psychological capital fokus pada apa yang dapat dikembangkan dari HERO yang dimiliki individu sehingga setiap pilar dari HERO menjadi bagian yang maksimal seorang individu dapat aplikasikan untuk mulai dalam bidang kewirausahaan. Untuk mengetahui bagian dari HERO yang dapat dikembangkan, individu dapat menggunakan survey *psychological capital questionnaire* (PCQ) yang dikembangkan oleh Fred Luthens. Melalui survey ini individu dapat memaksimalkan potensi dari sikap dan perilaku yang dimilikinya untuk menjadikan *psychological capital* sebagai bekal dalam berwirausaha.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan dan memperoleh gambaran terkait salah satu dari empat fondasi *entrepreneurship capital* untuk mulai wirausaha yaitu *psychological capital* yang dapat dikembangkan pada kalangan mahasiswa di salah satu universitas swasta di Jakarta.

Kewirausahaan berasal dari bahasa Perancis (*entreprendre-to undertake*), yang kemudian popular dalam bahasa Inggris *entrepreneurship*, kewirausahaan dapat diartikan sebagai bentuk aktivitas untuk melakukan pekerjaan yang sulit, kompleks dan beresiko dengan cara yang tanggap

dalam melakukan inisiatif untuk memperoleh keuntungan (*benefit*) atau upaya memanfaatkan peluang pada setiap kesempatan (Jati & Priyambodo, 2015).

Psychological Capital masuk ke dalam salah satu dari empat fondasi *entrepreneurship capital*. Menurut Luthans (2007) *psychological capital* atau psycap dapat di definisikan sebagai perkembangan psikologis individu yang dikarakteristikian ke dalam empat elemen yaitu *Hope*, *Efficacy*, *Resilience* dan *Optimism* atau disingkat sebagai HERO. Keempat elemen ini yang mendasari adanya psycap masing-masing elemen memiliki kekuatannya sendiri namun psycap dapat bekerja maksimal jika keempat elemen tersebut saling bersinggungan.

Elemen pertama adalah *Hope*, *Hope* atau harapan memiliki hubungan yang kuat terhadap kesejahteraan secara psikologis dan fisiologis menurut Bernardo dan Yeung (2015). Menurut Rick Snyder (1991) pemikiran yang penuh dengan harapan dapat menuntun individu menuju tujuan yang diinginkan dan menjadi termotivasi untuk menggunakan jalur tersebut, dapat diartikan bahwa *Hope* adalah kekuatan mental untuk menemukan tekad dan niat dalam diri sendiri.

Efficacy menurut Bandura (1997) adalah kepercayaan seseorang bahwa mereka dapat membuat sebuah dampak pada suatu hal, dimana semakin tinggi nilai *efficacy* maka akan semakin tinggi juga keinginan untuk mencapai tujuan tersebut. Terdapat dua hal pokok untuk seseorang menginkan *efficacy* yaitu ekspektasi hasil dari tindakan yang dilakukan dan

kemampuan diri individu.

Resilience adalah kemampuan individu untuk bangkit kembali dari kesulitan atau rintangan yang dihadapi dan dapat kembali lebih kuat dalam menghadapi hal negatif tersebut (Fred Luthans, 2002; Reivich & Shatte, 2002). Kemampuan ini yang mendorong seseorang untuk bangkit lagi dan beradaptasi dengan permasalahan yang dihadapi.

Optimisme dapat diartikan sebagai membuat pemikiran yang positif tentang hal yang dilakukan sekarang dan untuk nanti kedepannya, untuk selalu memiliki kepercayaan bahwa hal-hal yang terjadi itu untuk kedepannya adalah suatu hal yang positif untuk individu tersebut.

Berdasarkan definisi yang disampaikan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa kewirausahaan merupakan suatu aspek yang sangat penting tidak hanya bagi pelaksanaan suatu kegiatan (bisnis) tetapi juga dalam menghadapi berbagai kehidupan sehari-hari.

METODE

Responden untuk penelitian ini sebanyak 50 mahasiswa aktif salah satu universitas swasta dari berbagai fakultas. Pemilihan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*.

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Pada desain kuantitatif akan berupa penelitian survei. Menurut Creswell (2012), penelitian desain survei merupakan prosedur dalam penelitian kuantitatif dimana peneliti memberikan survei atau kuesioner kepada

sekelompok kecil orang yang disebut sampel, untuk mengidentifikasi trend dalam sikap, pendapat, perilaku, atau karakteristik pada populasi.

Instrumen Penelitian. Peneliti akan menyebar survei yang bertujuan untuk mengukur *psychological capital* pada sekelompok sample mahasiswa. Aspek pada instrumen meliputi *hope*, *efficacy*, *resilience* dan *optimisme*. Alat ukur akan berisikan identitas dan responden diminta untuk merespon 24 pernyataan yang ada di kuesioner tersebut dalam bentuk skala Likert 6 poin dengan pilihan poin 1 sangat tidak setuju dan poin 6 sangat setuju. Responden dapat memberikan

Tabel 1.1 Kategori Tingkat Psychological Capital			
Kategori (Tingkat PCQ)	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	72-94	18	36%
Sedang	95-107	15	30%
Tinggi	108-134	17	34%

jawaban dengan cara memberi tanda silang (X) pada kolom pilihan jawaban yang dirasa sesuai dengan dirinya.

Prosedur Penelitian. Tim peneliti memindahkan item penelitian ke dalam bentuk gform. Data demografis yang terdapat didalam kuesioner peneliti adalah jenis kelamin yaitu laki-laki dan perempuan, serta mahasiswa yang memiliki pengetahuan kewirausahaan dan tidak memiliki pengetahuan kewirausahaan.

Analisa Data. Data yang peneliti dapat akan dianalisis dengan teknik analisis statistik deskriptif. Statistik deskriptif atau analisis statistik deskriptif adalah teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan mendeskripsikan

atau memberi gambaran dari data yang telah terkumpul tanpa adanya maksud untuk membuat kesimpulan yang berlaku umum atau tergeneralisasi. Teknik analisis ini digunakan untuk penelitian-penelitian yang bersifat eksplorasi. Analisis ini hanya berupa akumulasi dari data dasar dalam bentuk deskripsi semata, dimana hal ini menegaskan kalau analisis ini tidak mencari hubungan, menguji hipotesis.

HASIL

Berdasarkan penelitian terdapat 50 partisipan yang meliputi 20 orang laki-laki (40%) dan 30 perempuan (60%). Selanjutnya respon yang memiliki pengetahuan melalui media kelas /seminar/ pelatihan yaitu 18 orang (36%), sedangkan tidak memiliki pengetahuan sejumlah 32 orang (64%).

Pada tabel 1.1 dijelaskan gambaran nilai *psychological capital* partisipan yang dilihat dari skor mean, nilai minimum, nilai maksimum, dan nilai standar deviasi. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa nilai mean *psychological capital* partisipan sebesar 100,460 ($SD = 13,201$), nilai minimum sebesar 72, dan nilai maksimum sebesar 134. Pada penelitian ini peneliti mengelompokkan skor berdasarkan *cut point* dari hasil data nilai PCQ dengan membagi data kedalam tiga kelompok sama besar untuk masuk kedalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Dari hasil data pada tabel 1.1 dapat diketahui bahwa frekuensi terbesar partisipan berada pada kategori rendah dengan rentang skor

72 - 94. Partisipan yang memiliki skor *psychological capital* dengan rentang 72 - 94 pada kategori rendah berjumlah 18 orang dengan persentase 36%. Kemudian partisipan dengan rentang skor 95 - 107 pada kategori sedang berjumlah 15 orang dengan persentase 30%. Untuk partisipan dengan rentang skor 108 - 134 pada kategori tinggi berjumlah 17 orang dengan persentase 34%. Pengelompokan kategori ini dilakukan oleh peneliti pada 50 mahasiswa di salah satu universitas swasta di Jakarta.

Hal ini dilakukan berdasarkan hasil *cut points* yang dihitung secara merata dan menghasilkan tiga kategori. Pada perhitungan *cut points* didapatkan dua pembatas yaitu pada persentil 33,33 dan persentil 66,67. Sesuai dengan nilai persentilnya maka batas nilai maksimum pada kategori rendah sebesar 94 dan nilai batas maksimum pada kategori sedang 107. Sedangkan batas maksimum tertinggi sebesar 134.

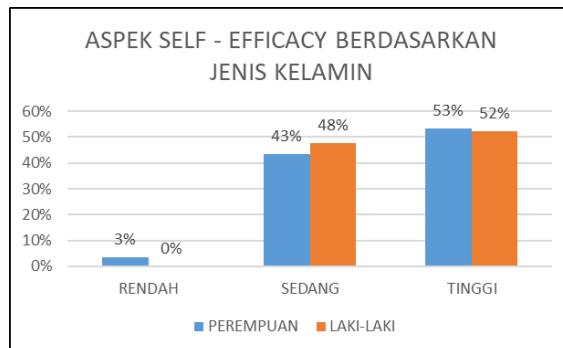
Selain itu diperoleh gambaran *psychological capital* berdasarkan jenis kelamin sebagaimana tersebut pada grafik 1.1.



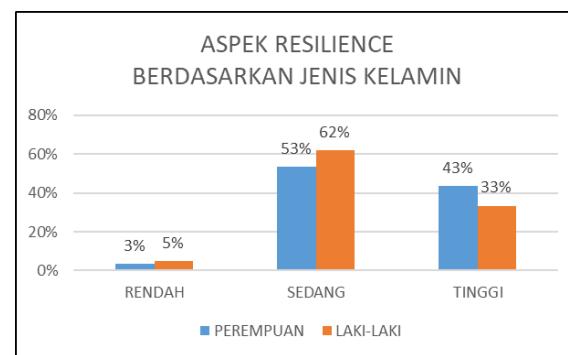
Grafik 1.1 *Psychological Capital* berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan grafik tampak bahwa mahasiswa laki-laki memiliki psycap yang lebih

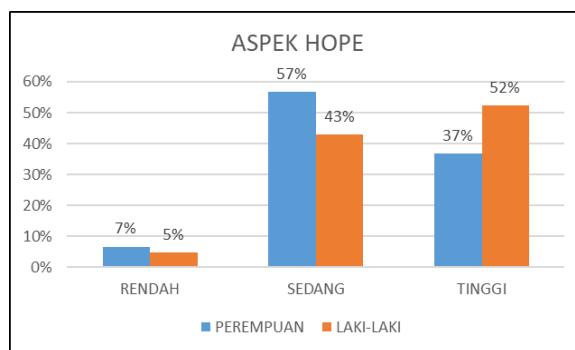
tinggi apabila dibandingkan dengan psycap mahasiswa perempuan.



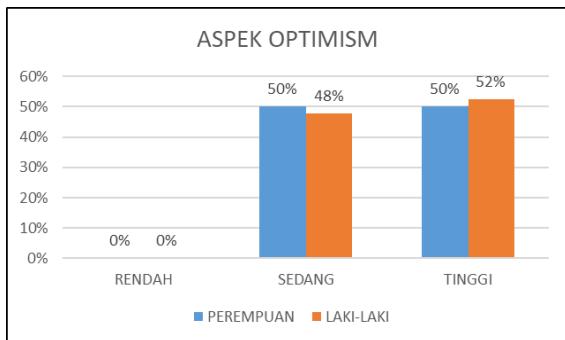
Grafik 1.2 Aspek *Self Efficacy* berdasarkan Jenis Kelamin



Grafik. 1.3 Aspek *Resilience* berdasarkan Jenis Kelamin



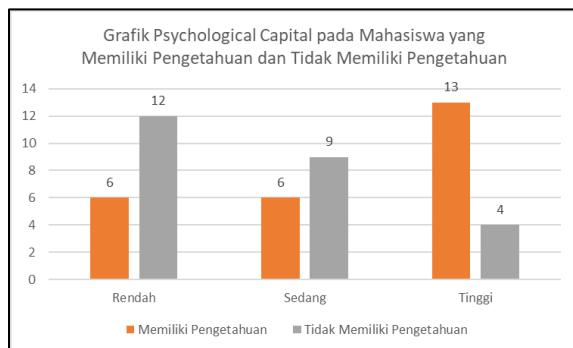
Grafik. 1.4 Aspek *Hope* berdasarkan Jenis Kelamin



Grafik. 1.5 Aspek *Optimism* berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan grafik terlihat bahwa aspek *self-efficacy*, *resilience* pada mahasiswa perempuan lebih tinggi apabila dibandingkan laki-laki, sedangkan aspek hope dan optimism mahasiswa laki-laki lebih tinggi apabila dibandingkan perempuan.

Penelitian juga mendapatkan gambaran mengenai Psychological Capital pada mahasiswa yang memiliki pengetahuan kewirausahaan dan yang tidak memiliki pengetahuan kewirausahaan berturut-turut pada grafik di bawah.



Grafik 1.6 *Psychological Capital* pada mahasiswa yang memiliki pengetahuan dan tidak memiliki pengetahuan kewirausahaan

Berdasarkan grafik tergambar bahwa mahasiswa yang memiliki pengetahuan wirausaha

memiliki *psychological capital* yang lebih tinggi apabila dibandingkan dengan *psychological capital* pada mahasiswa yang tidak memiliki pengetahuan.

SIMPULAN

Berdasarkan dari penelitian yang telah peneliti lakukan untuk melihat gambaran *psychological capital* mahasiswa salah satu universitas swasta, peneliti berhasil mengumpulkan sebanyak 50 mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner berupa *psychological capital questionnaire*. Peneliti melihat gambaran dari *psychological capital* dengan meninjau jumlah skor yang didapat tiap mahasiswa dari kuesioner alat tes PCQ. *Psychological capital sendiri* terbagi menjadi 4 domain yaitu *hope*, *efficacy*, *resilience* dan *optimism*. Melalui empat domain ini peneliti melihat tingkatan tinggi atau rendahnya nilai *psychological capital* mahasiswa miliki.

Seperti yang telah disebutkan pada bab sebelumnya pengkategorian tingkatan nilai PCQ dibagi kedalam tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Berdasarkan tingkatan kategori tersebut maka dapat dibahas lebih lanjut gambaran demografis partisipan di tiap tingkatannya. Pada kategori tinggi dengan jumlah 17 partisipan atau setara 34% dari seluruh data.

Pada penelitian ini dilihat juga latar belakang pengetahuan kewirausahaan partisipan. Dari sejumlah 25 mahasiswa yang memiliki pengetahuan dan 25 mahasiswa yang tidak memiliki pengetahuan menunjukkan bahwa

mahasiswa yang memiliki pengetahuan mendapatkan skor PCQ yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak memiliki pengetahuan kewirausahaan.

Pada penelitian juga menggambarkan bahwa *psychological capital* pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi apabila dibandingkan dengan skor *psychological capital* pada mahasiswa perempuan.

DISKUSI

Dari hasil penelitian dapat terlihat pada data bahwa orang dengan nilai PCQ sedang maupun rendah kebanyakan belum memiliki pengetahuan kewirausahaan. Peneliti menduga bisa saja nilai PCQ partisipan tidak begitu tinggi karena partisipan belum pernah mendapatkan pendidikan kewirausahaan. Hal tersebut dapat membuat partisipan bisa saja belum sadar ataupun belum paham bagaimana cara untuk membangun sikap *psychological capital* di dalam dirinya. Selain itu dugaan lainnya adalah kemungkinan orang yang memiliki nilai PCQ tidak begitu tinggi memang tidak terlalu tertarik dengan hal-hal yang menyangkut kewirausahaan sehingga partisipasi tidak tertarik untuk mempelajari kewirausahaan juga.

Dugaan diatas didukung pula dari jurnal Doanh & Bernat (2019) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* mencerminkan kepercayaan individu terhadap dirinya dalam melakukan sebuah perilaku. Serta individu dengan *efficacy* yang tinggi dalam melakukan sebuah tugas akan lebih tekun dan lebih tertarik saat melakukan tugasnya

daripada individu yang memiliki *efficacy* rendah. Dari jurnal tersebut dikatakan *self-efficacy* menjadi prediktor utama intensi berwirausaha. Berhubungan dengan mempelajari kewirausahaan secara mandiri, maka kuat diduga partisipan dengan PCQ tinggi cenderung untuk percaya diri dengan kemampuan mereka khususnya dalam mempelajari kewirausahaan sehingga mempelajarinya secara mandiri bukan menjadi masalah. Selain itu partisipan dengan PCQ tinggi juga diduga lebih tekun dan tertarik dalam mempelajari kewirausahaan secara mandiri.

Hasil *psychological capital* yang tinggi pada mahasiswa yang memiliki pengetahuan kewirausahaan juga didukung oleh penelitian Ma'ruf (2019) menjelaskan bahwa pembelajaran kewirausahaan akan memberikan pengaruh signifikan pada formasi *psychological capital* siswa.

Berdasarkan data demografis peneliti dari kelompok mahasiswa yang memiliki PCQ tinggi dapat terlihat bahwa mahasiswa laki-laki memiliki pengetahuan kewirausahaan lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Margaca, Sanchez, Garcia, Cardella (2021) menjelaskan bahwa *psychological capital* pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan.

Berdasarkan penelitian yang telah kelompok lakukan, kelompok memutuskan untuk memberikan saran bagi pihak-pihak yang dapat memanfaatkannya yaitu mengenai topik yang kelompok bahas yaitu gambaran *psychological capital* pada mahasiswa. Berikutnya lebih memperdalam dari data demografis partisipan

yang kelompok peroleh melalui kuesioner, sehubungan kelompok menemukan bahwa terdapat hal yang menarik dari mahasiswa yang memiliki skor PCQ *high* atau tinggi. Selain itu dengan menambahkan sampel responden yang lebih luas sehingga hasil penelitian menjadi lebih kredibel.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustira, S. (2019). *Pengaruh modal psikologis dan kecerdasan emosional terhadap kinerja*. Retrieved from: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/48126/1/SARAH%20AGUSTIRA-FPSI.pdf>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman.
- Coutu, DL. (2002). *How Resilience Works*. Harvard Business Review, May, 1 – 8.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Dissayanake, D. M. N. S. W. (2013). *The Impact Perceived Desirability and Perceived Feasibility among Undergraduate Students in Sri Lanka: An Extended Model*. *The Kelaniya Journal of Management*, 2(1), .33-57
- Duong, Doanh & Bernat, Tomasz. (2019). *Entrepreneurial self-efficacy and intention among vietnamese students: a meta-analytic path analysis based on the theory of planned behavior*. *Procedia Computer Science*. 159. 2447-2460.
- Du, H., Bernardo, A. B. I., & Yeung, S. S. (2015). *Locus-of-hope and life satisfaction: The mediating roles of personal self-esteem and relational self-esteem*. *Personality and Individual Differences*, 83, 228-233.
- Fakhri, K. P., Ghanimat, P., Koopahi, M., and Behnie, S. (2012). *The study of the effects of personality and psychological traits approach on the rate of Entrepreneurship*. *J. Basic Appl. Sci. Res.* 2, 4159–4166.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2008). *Theories of personality* (7th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Indira, C., Soenhadji, I., (2010). *Students Entrepreneurship Intention: Study of Comparison Between Java and Non Java*. Jurusan Manajemen, Fakultas Ekonomi. Depok: Universitas Gunadarma.
- Koran SINDO. (2019, 14 April). *Keinginan anak muda RI berwirausaha lebih tinggi dibandingkan filipina dan vietnam*. Retrieved from

<https://economy.okezone.com/read/2019/04/14/320/2043357/keinginan-anak-muda-ri-berwirausaha-lebih-tinggi-dibandingkan-filipina-dan-vietnam>

Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). *Positive Psychological capital: measurement and relationship with performance and satisfaction.* *Personnel Psychology*, 60, 541-572.

Luthans, F. Youssef, M. & Avolio, Bruce J. (2007). *Psychological Capital: Developing the Human Competitive Edge.* New York: Oxford University Press.

Lindquist, Matthew & Sol, Joeri & Praag, Mirjam. (2015). *Why Do Entrepreneurial Parents Have Entrepreneurial Children?.* *Journal of Labor Economics.* 33. 10.2139/ssrn.2101543.

Luthans, F., Youssef, M, C. M., & Avolio, B. J. (2015). *Psychological capital and beyond.* Oxford University Press.

Nwankwo, B., Marire, M., Kanu, G., Balogun, S., & Uhiara, A. (2012). *Gender-Role Orientation and Self Efficacy as Correlates of Entrepreneurial Intention.* *European Journal of Business and Social Sciences*, 1(6). Nigeria.

Ogundipe, S., Kosile, B., Olaleye, V., Ogundipe,

L. (2012). *Entrepreneurial Intention among Business and Counseling Students in Lagos State University Sandwich Programme.* *Journal of Education and Practice*, 3(14).

Peterson, S. J., Luthans, F., Avolio, B. J., Walumbwa, F. O., and Zhang, Z. (2011). *Psychological capital and employee performance: a latent growth modeling approach.* *Pers. Psychol.* 64, 427–450. doi: 10.1037/a0014453

Poerwandari, 2002. *Pendekatan Kualitatif dalam Penelitian Psikologi.* Jakarta: PSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial* 13 (3).

Ramadhan, R., & Ratnaningsih, I. Z. (2017). *Hubungan antara psychological capital dengan intensi berwirausaha pada mahasiswa program studi peternakan fakultas peternakan dan pertanian universitas diponegoro.* *Jurnal Empati*, 6(1), 346-351.

Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S., Harney, P. (1991). *The Will and the Ways: Development and Validation of an Individual-Differences Measure of Hope.* *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.

Management Research, 199-220.

Sebora, T. C., & Tantiukoskula, S. (2011).

Psychological capital and the entrepreneurial intention of college students. International Developments in

Tang J-J. (2020). *Psychological Capital and Entrepreneurship Sustainability. Front. Psychol.* 11:866.

Hubungan Motivasi Hedonis dengan Perilaku Konsumsi Sesuai Protokol Kesehatan pada Masa Pandemi

Relationship between Hedonic Motivation and Consumption Behavior in accordance with Health Protocols during Pandemic

FAHIRA LARAS WIRANA¹, BENEDICTA AVELIA², BEA ARIFA³, FERNANDO NADEAK⁴

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya

Email: ¹fahiralrs@gmail.com

Abstrak: Pandemi Covid-19 telah mengubah banyak aspek kehidupan masyarakat, termasuk perilaku konsumsi mereka. Di sisi lain, himbauan pemerintah untuk mematuhi protokol kesehatan sebagai upaya memutuskan rantai penularan virus seringkali diabaikan. Pengabaian protokol kesehatan ini banyak dilakukan pada saat masyarakat mengkonsumsi produk dan jasa. Penelitian ini bertujuan untuk menguji kaitan antara salah satu aspek psikologis dalam perilaku konsumen, yaitu motivasi hedonis dengan perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol kesehatan pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan karakteristik responden individu dewasa awal yang berusia 18-25 tahun dan berdomisili di Jabodetabek. Sampel pada penelitian ini ditentukan menggunakan teknik non-probability sampling dengan metode convenience sampling ($n = 1058$). Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner motivasi hedonis dan kuesioner perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol kesehatan. Hasil korelasi Spearman sebagai teknik analisis data menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan pada dewasa awal di Jabodetabek. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat dikatakan bahwa motivasi hedonis tidak dapat menggambarkan bagaimana konsumen mempertimbangkan protokol kesehatan pada tahap evaluasi terhadap berbagai alternatif pilihan sebelum keputusan konsumsi diambil. Dengan demikian, masih memungkinkan bagi para konsumen dewasa muda di Jabodetabek untuk memenuhi kebutuhan hedonis mereka dengan tetap mematuhi protokol kesehatan ketika mengkonsumsi produk.

Kata Kunci: Motivasi Hedonis, Perilaku Konsumen, Protokol Kesehatan Covid-19.

Abstract: The Covid-19 pandemic has changed many aspects of people's lives, including their consumption behavior. On the other hand, the government's call to comply with health protocols as an effort to break the chain of transmission of the virus is often ignored. The neglect of health protocols is widely done at a time when people consume products and services. This study aims to test the relationship between one of the psychological aspects in consumer behavior, namely hedonistic motivation and consumption behavior that considers the health protocol of the Covid-19 pandemic. This study uses a quantitative approach, with the characteristics of early adult individual participants aged 18-25 years and domiciled in Jabodetabek. The sample in this study was determined using a non-probability sampling technique with convenience sampling method ($n = 1058$). The measuring instruments used are hedonistic motivational and consumption behavior questionnaires that take health

protocols into account. Spearman's correlation showed that there was no significant relationship between hedonistic motivation and consumer behavior considering health protocols in early adulthood in Jabodetabek area. Based on these results, it can be said that hedonistic motivations cannot describe how consumers consider health protocols at the evaluation stage of various alternative options before consumption decisions are taken.

Key words: Hedonic Motivation, Consumer Behaviour, Covid-19 Health Protocols.

PENDAHULUAN

Pandemi menjadi isu besar di seluruh dunia dan menimbulkan dampak luar biasa, khususnya dalam melumpuhkan hampir semua aspek kehidupan manusia (Sari, 2021). Dengan adanya pandemi Covid-19, pemerintah Indonesia melakukan tindakan mendesak dengan menerapkan protokol kesehatan 5M yaitu, memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan, menjauhi kerumunan, dan mengurangi mobilitas (Kemenkes RI, 2020) serta menerapkan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) untuk dapat mencegah penyebaran virus yang semakin meluas. Kebijakan penerapan protokol kesehatan dan PSBB tersebut secara cepat telah menurunkan aktivitas dan pergerakan orang-orang khususnya di Jakarta sebagai ibukota dan disusul dengan wilayah Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi, serta berlanjut ke kota-kota besar lainnya (Hadiwardoyo, 2020).

Penerapan protokol kesehatan dan

PSBB akibat pandemi ini menyebabkan kegiatan operasi usaha menjadi sangat terbatas sehingga memunculkan berbagai tantangan seperti berkurangnya bahan baku, penurunan penjualan, terhambatnya proses produksi dan distribusi, serta penurunan daya beli konsumen dan keterbatasan konsumen untuk membeli produk secara langsung di toko atau pusat perbelanjaan selama masa pandemi Covid-19. Hal-hal tersebut mengakibatkan rendahnya produktivitas bisnis, serta adanya dorongan secara tidak langsung terhadap proses adaptasi perubahan aktivitas usaha khususnya proses transaksi yang berbasis serba digital (Fitriyani, Sudiyarti, & Fietroh, 2020).

Sejalan dengan terhambatnya produktivitas bisnis, pandemi Covid-19 ini juga berdampak pada perubahan perilaku konsumen secara signifikan (Hutauruk, 2020; Svajdova, 2021), di mana konsumen perlu menyesuaikan diri dengan protokol kesehatan yang berlaku, dan mencari solusi untuk tetap dapat memenuhi kebutuhan atau keinginannya dengan cara yang lebih aman (Hutauruk, 2020). Menurut Kotler dan Keller (2009), perilaku konsumen merupakan sebuah studi mengenai bagaimana individu memilih, membeli, menggunakan, dan

bagaimana sebuah barang dan/atau jasa, ide, atau pengalaman untuk memuaskan kebutuhan dan keinginan dari individu tersebut.

Perilaku konsumen sebagai hasil dari proses pengambilan keputusan dapat terbagi menjadi lima tahapan yang terdiri dari (1) pengenalan masalah atau kebutuhan, (2) pencarian informasi, (3) evaluasi atas berbagai alternatif pilihan, (4) keputusan pembelian, dan (5) hasil dan evaluasi pasca pembelian (Blackwell, Engel, & Miniard, 2012; Darley et al., 2010). Berdasarkan tahapan tersebut, munculnya pertimbangan konsumen menerapkan protokol kesehatan selama pandemi ini berada pada tahap evaluasi atas berbagai alternatif pilihan sebelum mengambil keputusan dalam konsumsi produk. Evaluasi alternatif ini didasarkan pada tiga faktor, yaitu kognitif, afektif, dan konatif, di mana ketiga faktor tersebut dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal individu (Darley et al., 2010).

Salah satu faktor internal yang dapat memengaruhi perubahan perilaku konsumen pada pandemi ini adalah motivasi hedonis (Chang et al., 2011). Motivasi sendiri merupakan sesuatu yang mendorong dan menjadi alasan individu untuk bertindak atau berperilaku dengan cara tertentu, yang diarahkan oleh kebutuhan diri individu tersebut (Schiffman & Wisenblit, 2015). Motivasi tersebut akan muncul ketika ada

suatu kebutuhan yang perlu dipuaskan, baik kebutuhan utilitarian maupun hedonis (Solomon, 2013).

Kebutuhan hedonis pada diri individu ini lebih menonjolkan kebutuhan emosional dan sosial dalam konsumsi produk (Solomon et al., 2013; Mikalef, Giannakos, & Pateli, 2013). Maka dari itu, dapat dikatakan bahwa motivasi hedonis ini mengacu pada keinginan seseorang untuk memulai perilaku yang dapat meningkatkan pengalaman positif (menyenangkan atau baik) dan menurunkan pengalaman negatif, serta melibatkan dorongan emosional bagi konsumen untuk terlibat dalam aktivitas yang berhubungan dengan berbelanja (Kaczmarek, 2017; Solomon, 2007). Penelitian Ratih dan Astiti (2016) menunjukkan motivasi hedonis sangat berpengaruh terhadap pembelian impulsif karena individu dengan motivasi hedonis yang tinggi akan membeli suatu barang hanya didasarkan atas kesenangan tanpa melihat dari sudut pandang manfaat dari suatu barang.

Dasar motivasi utama berbelanja hedonis adalah kualitas pengalaman berbelanja, di mana hal ini dapat muncul karena mereka menikmati proses berbelanja (To et al., dalam Ozen & Engizek, 2014), dan bagi mereka, berbelanja

bukan hanya tentang mendapatkan bahan atau menyelesaikan tugas (Babin et al., dalam Ozen & Engizek, 2014). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Mulianingsih,

Fauzi, dan Alfisyahr (2019) yang menyatakan bahwa dimensi motivasi hedonis berpengaruh positif pada kecenderungan pembelian impulsif, serta penelitian pada konteks pandemi Covid-19 dari Ningrum (2021) yang menyatakan bahwa motivasi hedonis dapat meningkatkan pembelian secara impulsif melalui proses browsing.

Motivasi hedonis pada perubahan perilaku konsumen di masa pandemi ini cenderung tercermin pada meningkatnya minat masyarakat dalam berbelanja secara online (Badan Pusat Statistik dalam Fadillah & Subchan, 2021). Hal ini dilakukan masyarakat untuk menghindari kontak fisik dan kerumunan agar dapat menghindari penularan virus (Abdullah & Suliyanthini, 2021). Selain itu, perubahan tersebut juga terlihat pada meningkatnya pertimbangan untuk berkegiatan atau berkumpul dengan orang lain di tempat yang terbuka dan yang menerapkan protokol kesehatan, sehingga dapat mengurangi rasa bosan dan melakukan interaksi sosial secara langsung dengan tetap meminimalisir penularan virus (Hutauruk, 2020).

Di sisi lain, pada realitanya masih terdapat masyarakat, terutama anak muda, yang bepergian untuk alasan kurang mendesak, seperti berkumpul di tempat ramai dan berkerumun untuk berbelanja di mal (Kompas.com, 2020), di mana kegiatan tersebut menjadi pemicu pelanggaran protokol kesehatan (Sari, 2021). Hal tersebut

kemungkinan dapat terjadi karena naluri masyarakat Indonesia yang senang bersosialisasi (Merdeka.com, 2021), dan tradisi di mana dengan berbelanja langsung individu mendapatkan pengalaman berbelanja dengan melakukan penawaran, memilih barang, dan menyentuh barang (Detik.com, 2021). Motivasi hedonis ini diasumsikan terkait dengan pengabaian protokol kesehatan tersebut karena protokol kesehatan yang ketat berpotensi mengurangi terpuaskannya kebutuhan emosional dan sosial ketika mengkonsumsi produk (Solomon et al., 2013; Mikalef, Giannakos, & Pateli, 2013).

Motivasi hedonis ini membuat seorang individu memiliki keinginan untuk mandiri, mencari konsep diri, dan mendapat pengakuan. Keinginan tersebut sejalan dengan perkembangan pada tahapan dewasa awal, di mana seorang individu sedang mengalami transisi menjadi dewasa, sehingga mereka mencari jati diri dan juga membutuhkan pengakuan diri dari orang lain (Pratama & Salim, 2017).

Dewasa awal merupakan masa perkembangan yang dimulai pada awal 20-an dan akhir 30-an. Masa tersebut merupakan masa untuk membangun kemandirian pribadi dan keuangan, eksplorasi, memajukan karir, dan untuk sebagian orang untuk mencari pasangan, tinggal bersama dengan keintiman, serta membangun keluarga (Sanrock, 2013). Oleh karena itu, pada masa ini individu sudah mulai mandiri secara ekonomi dan pribadi,

maka hal tersebut dapat mendorong individu menjadi konsumtif dan melakukan pembelian impulsif (Henrietta, 2012).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan pandemi Covid-19. Sejauh penulis melakukan pencarian, belum terdapat studi literatur mengenai topik motivasi hedonis dengan perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol kesehatan. Oleh karena itu, penulis ingin meneliti lebih lanjut terkait topik penelitian tersebut.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu Psikologi khususnya perilaku konsumen, dan memberikan pandangan atau pertimbangan terkait hubungan antara motivasi hedonis dengan penerapan protokol kesehatan dalam berbelanja di masa pandemi, sehingga penerapan protokol kesehatan oleh para konsumen dapat lebih ditingkatkan. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi para pemilik usaha di masa pandemi ini, sehingga dapat membantu para pemilik usaha dalam membuat kebijakan usaha serta meningkatkan efektivitas usaha mengikuti perubahan perilaku konsumen di masa pandemi Covid-19 ini.

METODE

Responden penelitian. Karakteristik responden pada penelitian ini adalah dewasa awal yang berusia 18-25 tahun dan berdomisili di Jabodetabek sejumlah 1058 orang. Responden dalam rentang usia dewasa awal dituju dengan adanya pertimbangan bahwa pada tahap dewasa awal seorang individu mengalami transisi menjadi dewasa, sehingga mereka mencari jati diri dan juga membutuhkan pengakuan diri dari orang lain lain (Pratama & Salim, 2017). Maka dari itu, kebutuhan sosial dan emosional individu sangat tergambar pada tahapan dewasa awal ini.

Desain penelitian. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasi. Sehubungan dengan tujuan penelitian ini, desain korelasi tersebut dapat mengukur derajat hubungan antara dua variabel dengan menggunakan prosedur statistik analisis korelasional, di mana nilai koefisien korelasi menunjukkan apakah dua variabel saling terkait (Creswell, 2012).

Instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan sebuah instrumen yang dirancang untuk memperoleh informasi atau pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan kepada sampel responden dan meminta mereka untuk menanggapinya (Babbie, 2014). Bentuk

kuesioner pada penelitian ini berbentuk *self-report* yang dikirimkan kepada responden dalam bentuk *e-form* menggunakan platform *google form*. Jenis skala yang digunakan pada kedua kuesioner tersebut adalah *attitude scale* dalam bentuk skala likert, di mana responden diminta untuk memilih jawaban dari skala 1 sampai 6, mulai dari sangat tidak setuju (1) hingga sangat setuju (6) (Schiffman & Wisenblit, 2015). Terdapat dua jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu kuesioner motivasi hedonis yang terdiri dari 17 item, dan perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol kesehatan yang terdiri dari 22 item dengan 4 (empat) dari 7 (tujuh) item pada aspek kognitif adalah item unfavorable, 3 (tiga) dari 7 (tujuh) item pada aspek afektif adalah item unfavorable, dan aspek perilaku terdapat 8 (delapan) item dengan 3 (tiga) item *unfavorable*. Cara skoring yang dilakukan pada kedua kuesioner tersebut adalah secara kumulatif dengan menambahkan skor pada setiap item, di mana semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi motivasi hedonis atau pertimbangan protokol kesehatan dalam melakukan perilaku konsumsi pada responden.

Prosedur penelitian. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-probability sampling dengan metode *convenience sampling*. Teknik dan metode

sampling tersebut digunakan karena populasi pada penelitian ini cukup besar, sehingga probabilitas populasi untuk terpilih tidak diketahui (Visser et al., 2014), serta dan terdapat keterbatasan waktu serta biaya dalam mengerjakan penelitian ini. Penggunaan teknik *non-probability* dengan metode *convenience sampling* ini akan dapat mempermudah proses pelaksanaan penelitian dengan pemilihan responden dilakukan atas dasar kesediaan, kemudahan dijangkaunya responden tersebut sebagai sampel penelitian, dan mewakili beberapa karakteristik yang ingin dipelajari oleh peneliti (Creswell, 2012). Maka dari itu, responden yang terlibat dalam penelitian ini merupakan responden yang tersedia dan bersedia untuk menjadi partisipan penelitian (Creswell, 2012). Responden yang sesuai dengan karakteristik sampel penelitian diberikan tautan *google form* yang berisikan kuesioner penelitian. Pengambilan data dilakukan selama kurang lebih dua bulan, mulai pada 30 Maret sampai 15 Mei 2021 dengan menggunakan platform *google form*.

Analisis data. Hasil data yang diuji normalitas terlebih dahulu dengan menggunakan teknik Shapiro-Wilk Test. Berdasarkan data pada tabel 1, hasil uji normalitas dengan tes Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa data pada penelitian ini memiliki distribusi yang tidak normal ($p < 0.01$). Dengan persebaran data pada distribusi yang bersifat tidak normal, maka analisis statistik yang digunakan dalam

penelitian ini adalah korelasi Spearman (Corder & Foreman, 2009).

Tabel 1. Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk	P-value of Shapiro-Wilk
Nilai Motivasi Hedonis	0.997	0.030
Perilaku Konsumen	0.968	<0.001

Note. Hasil yang signifikan menunjukkan penyimpangan dari normalitas.

HASIL

Responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 1058 responden. Seluruh responden dalam penelitian ini memiliki rentang usia 18 hingga 25 tahun dan berdomisili di Jabodetabek. Data demografi responden yang terlibat dalam penelitian ini terdapat pada tabel 2. Berdasarkan data pada tabel 3, hasil perhitungan korelasi Spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan pada dewasa awal di Jabodetabek, $rs(1056) = 0.038$ $p > 0.05$, *two-tailed*.

Hasil perhitungan korelasi Spearman lebih lanjut antara motivasi hedonis dengan domain kognitif, afektif, dan perilaku pada perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan selama masa pandemi Covid- 19 juga menunjukkan tidak adanya hubungan

yang signifikan dengan nilai korelasi secara berurutan $rs = -0.0273, 0.0498, 0.0776$. Data pada tabel 3 dan 4 juga menunjukkan bahwa tingkat motivasi hedonis pada responden tergolong sedang, dan responden memiliki pertimbangan yang tinggi untuk menerapkan protokol kesehatan dalam melakukan perilaku konsumen.

Tabel 2. Data Demografi Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	355	33.55
Perempuan	703	66.45
Usia		
18-19	166	15.69
20-21	734	69.38
22-23	125	11.81
24-25	33	3.12
Pendidikan Akhir		
Di atas SMA	1057	99.90
Di bawah SMA	1	0.09
Status Pernikahan		
Sudah Menikah	8	0.75
Belum Menikah	1050	99.24
Status Pekerjaan		
Belum Bekerja/Masih Kuliah	802	75.80
Paruh Waktu	155	14.65
Purna Waktu	101	9.55

Domicili Tempat Tinggal			
DKI Jakarta	601	56.80	
Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi	358	33.84	
Jumlah Pendapatan			
Tidak Tetap	128	12.09	
< Rp500.000	201	19.0	
Rp500.000 – Rp2.000.000	462	43.67	
Rp2.000.001 – Rp5.000.000	211	19.94	
Rp 5.000.001 – Rp8.000.000	43	4.06	

Tabel 3. Hasil Korelasi Spearman

Variabel	Motivasi Hedonis	
Perilaku Konsumen	Spearman's rho	0.038
	p-value	0.222
Domain Kognitif	Spearman's rho	-0.027
	p-value	0.375
Domain Afektif	Spearman's rho	0.050
	p-value	0.105
Domain Perilaku	Spearman's rho	0.078
	p-value	0.012

Tabel 4. Tingkat Motivasi Hedonis Responden

Tingkat	n	%
Rendah	5	0.47
Sedang	445	51.23
Tinggi	125	48.30

SIMPULAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol kesehatan selama pandemi COVID-19 pada dewasa awal di Jabodetabek. Berdasarkan hasil uji

hipotesis, maka kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan pada dewasa awal di Jabodetabek.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara motivasi hedonis dengan perilaku konsumen yang mempertimbangkan protokol kesehatan pada dewasa awal di Jabodetabek. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat dikatakan bahwa motivasi hedonis tidak dapat menggambarkan bagaimana konsumen mempertimbangkan protokol kesehatan pada tahap evaluasi atas berbagai alternatif pilihan sebelum keputusan konsumsi diambil.

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan dan didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya mengenai motivasi hedonis. Peraturan untuk menerapkan protokol kesehatan, seperti menjaga jarak dan mengurangi mobilitas, membuat konsumen menjadi terbatas dalam melakukan aktivitas di luar rumah, sehingga aktivitas berbelanja online menjadi sarana hiburan bagi mereka (Hariningsih, 2021). Hal ini kemudian memunculkan perubahan perilaku konsumen pada masa pandemi, seperti meningkatnya minat masyarakat dalam berbelanja secara online (Badan Pusat

Statistik, dalam Fadillah & Subchan, 2021). Kim dan Shim (dalam To et al., 2007) menyatakan bahwa berbelanja online dapat memenuhi kebutuhan pengalaman dan emosi dari para konsumen. Hal ini menunjukkan bahwa berbelanja secara online merupakan cerminan dari adanya motivasi hedonis (To et al., 2007).

Perilaku berbelanja online tersebut dilakukan oleh para konsumen untuk menghindari kontak fisik dan kerumunan agar mereka dapat menghindari penularan virus (Abdullah & Suliyanthini, 2021). Hal ini dikarenakan berbelanja online memungkinkan bagi para konsumen untuk melakukan transaksi jual beli tanpa harus bertatap muka secara langsung (Mulianingsih et al., 2019). Di sisi lain, para konsumen yang ingin memenuhi kebutuhan sosialnya dengan melakukan interaksi sosial secara langsung di tengah terjadinya pandemi, akan mempertimbangkan untuk berkegiatan atau berkumpul dengan orang lain di tempat yang terbuka dan yang menerapkan protokol kesehatan (Hutauruk, 2020).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka terdapat kemungkinan bagi para konsumen untuk memenuhi kebutuhan hedonis mereka dengan tetap

mematuhi protokol kesehatan. Hasil penelitian ini dapat menjadi catatan yang menarik bagi pelaku usaha bahwa kebutuhan sosial dan emosional konsumen tetap dapat difasilitasi dalam inovasi produk maupun penjualannya dengan cara yang tetap mempertimbangkan protokol kesehatan, seperti dengan menjual produk melalui platform online.

Bagi pihak e-commerce yang menjadi tempat untuk menyalurkan kebutuhan hedonis bagi masyarakat, dapat selalu mengingatkan bahwa e-commerce dapat menjadi alternatif solusi untuk memenuhi kebutuhan hedonis secara bijak dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Di sisi lain, pemerintah dapat mendorong masyarakat untuk memenuhi kebutuhan sosial dan emosional mereka sesuai dengan keadaan saat ini. Hal ini dilakukan agar masyarakat yang berperan sebagai konsumen dapat mendukung perubahan yang dilakukan oleh para pelaku usaha.

Keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah terbatasnya literatur mengenai topik penelitian dan tidak seimbangnya proporsi karakteristik responden yang terlibat dalam penelitian ini. Sejauh penulis melakukan pencarian, belum terdapat studi literatur mengenai topik motivasi hedonis dengan perilaku konsumsi yang mempertimbangkan protokol

kesehatan. Oleh karena itu, pada penelitian selanjutnya, perlu dilakukan pencarian studi literatur lebih lanjut agar dapat meneliti dan membahas tentang topik tersebut dengan lebih menyeluruh dan mendalam

Kemudian, pada penelitian selanjutnya, teknik sampling responden dapat dilakukan dengan *random sampling* (*stratified sampling*) agar responden yang terlibat dalam penelitian dapat merepresentasikan populasi atau karakteristik responden pada penelitian dengan tepat dan menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, C., & Suliyanthini, D. (2021). *Perubahan Perilaku Konsumen di Masa Pandemi Covid-19*. Equilibrium: Jurnal Pendidikan, 9(1), 18-24.
- Afriyadi, A. D. (2021, May 4). *Belanja kini serba online, kenapa pasar tanah abang tetap ramai?*. Detik. Retrieved from <https://finance.detik.com/berita-ekonomi-bisnis/d-5557292/belanja-kini-serba-online-kenapa-pasar-tanah-abang-tetap-ramai>
- Al Faqir, A. (2021, May 5). *Fenomena kerumunan pasar tanah abang, alasan masyarakat lebih senang belanja offline*. Merdeka. Retrieved from <https://www.merdeka.com/uang/feno-mena-kerumunan-pasar-tanah-abang-alasan-masyarakat-lebih-senang-belanja-offline.html>
- Babbie, E. R. (2014). *Basics Of Social Research*. Cengage Learning.
- Chang, H.-J., Eckman, M., & Yan, R.-N. (2011). *Application of the stimulus-organism-response model to the retail environment: The role of hedonic motivation in impulse buying behavior*. *The International Review of Retail, Distribution and Consumer Research*, 21(3), 233–249.
- Corder, G. W., & Foreman, D. I. (2009). *Nonparametric Statistics for Non-Statisticians: A Step-by-Step Approach*. Hoboken. USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (4th ed.). Pearson.
- Fadillaha, M. N., & Subchan, M. (2021). *Dampak covid-19 terhadap perilaku konsumen dalam penggunaan*

- marketplace di indonesia. Jurnal Mitra Manajemen*, 12(1), 123–130. Retrieved from <https://journal.universitassuryadarma.ac.id/index.php/jmm/article/view/639/610>
- Fitriyani, I., Sudiyarti, N., & Fietroh, M. N. (2020). *Strategi manajemen bisnis pasca pandemi covid-19*. *Indonesian Journal of Social Sciences and Humanities*, 1(2), 87–95.
- Hariningsih, E. (2021). *Kerangka kerja penelitian tematik perilaku adaptif konsumen dalam berbelanja online selama pandemi covid 19 di Indonesia: State of art*. *JBMA*, VIII(1).
- Henrietta, P. (2012). *Impulsive buying pada dewasa awal di yogyakarta*. *Jurnal Psikologi: Universitas Diponegoro*, 11(2), 6.
- Hutauruk, M. R. (2020). *Pengaruh pandemi covid-19 terhadap faktor yang menentukan perilaku konsumen untuk membeli barang kebutuhan pokok di Samarinda*. *Jurnal Riset Inossa*, 2(1), 1-15.
- Kaczmarek, L. D. (2017). *Hedonic Motivation*. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1–3.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). KEMENKES PADK. <http://www.padk.kemkes.go.id/article/read/2021/02/01/46/5-m-dimasa-pandemicovid-19-di-indonesia.htm>
- Mikalef, P., Giannakos, M.N., & Pateli, A. (2013). *Shopping and word-of-mouth intentions on social media*. *Journal of Theoretical and Applied Electronic Commerce Research* 8, 17–34.
- Mulianingsih, D., Fauzi DH, A., & Alfisyahr, R. (2019). *Pengaruh Motivasi Belanja Hedonis terhadap Kecenderungan Pembelian Impulsif di Online Shop (Survei Online pada Konsumen Zalora Indonesia di Kota Surabaya)*. *Jurnal Administrasi Bisnis*, 66(1), 56-66.
- Ningrum, N. P. W. (2021). *Pengaruh motivasi belanja hedonis terhadap pembelian impulsif dengan browsing sebagai variabel mediasi (Studi pengguna shopee mahasiswa kota malang di masa pandemi)*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB*, 9(2). Retrieved from <https://jimfeb.ub.ac.id/index.php/jimfeb/article/view/7328/6321>

- Ozen, H., & Engizek, N. (2014). *Shopping online without thinking: Being emotional or rational?*. *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics*, 26(1), 78–93.
- Pratama, R., & Salim, A. (2017). *Pengaruh gaya hidup dan motivasi hedonis terhadap pembelian impulsif pada starbucks coffee*. *Jurnal Manajemen*, 7(1). Retrieved from <http://jurnal.kwikkiangie.ac.id/index.php/JM/article/view/473>
- Ratih, I ., & Astiti, T. (2016). *Pengaruh motivasi hedonis dan atmosfer toko terhadap pembelian impulsif pada remaja putri di denpasar*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 209-219. Retrieved from <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/25235>
- Santrock, J. W. (2013). *Life-Span Development* (14th. ed.). New York, USA: McGraw-Hill.
- Sari, R. K. (2021). *Identifikasi penyebab ketidakpatuhan warga terhadap penerapan protokol kesehatan 3M di masa pandemi covid-19 (Studi kasus pelanggar protokol kesehatan 3M di Ciracas Jakarta Timur)*. *Jurnal Akrab Juara*, 6(1), 84-94.
- Schiffman, L. G. & Wisenblit., J. L. (2015). *Consumer behavior* (11th ed.) England: Pearson Education Limited.
- Shalihah, N. F. (2020, May 29). *Saat orang sekitar tidak taat protokol kesehatan, apa yang harus dilakukan?*. *Kompas*. Retrieved from <https://www.kompas.com/tren/read/2020/05/29/170400865/saat-orang-sekitar-tidak-taat- protokol-kesehatan-apa-yang-harus- dilakukan-?page=all>
- Solomon, M.R. (2013). *Consumer behavior: Buying, having and being*. Upper Saddle River, NJ: Pearson/Prentice Hall.
- Svajdova, L. (2021). *Consumer Behaviour during Pandemic of COVID-19*. *Journal of International Business Research and Marketing*, 6(3), 34-37.
- To, P.-L., Liao, C., & Lin, T.-H. (2007). *Shopping motivations on Internet: A study based on utilitarian and hedonic value*. *Technovation*, 27(12), 774–787.
- Visser, P. S., Krosnick, J. A., Lavrakas, P. J., & Kim, N. (2014). *Survey Research*. In *Handbook of research methods in social and personality psychology* (2nd ed.). Cambridge University Press.

Strategi Coping Stres Mahasiswa Yang Tinggal Didaerah Sulit Internet Dalam Menghadapi Perkuliahan

Coping Strategy for Students Living in Internet Difficult Areas in Online Learning

JAMILATUS SHALEHAH¹, AKHMAD SAGIR², YULIA HAIRIN³

Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Prodi Psikologi Islam, Universitas Islam Negeri Antasari

Email : ¹yhairina@uin-antasari.ac.id

Abstrak. Pandemi COVID-19 menambah permasalahan dan hambatan yang dihadapi oleh mahasiswa. Pemberlakuan kebijakan pembatasan kegiatan membuat segala kegiatan termasuk proses perkuliahan dilakukan secara *online*. Akses internet menjadi hal yang penting dalam proses perkuliahan *online* namun ketika mahasiswa tinggal di daerah tempat yang sulit sinyal internet, hal ini tentunya akan membuat mahasiswa mengalami kendala dan memicu kondisi stres. Penelitian bertujuan mengetahui lebih dalam mengenai strategi coping yang dilakukan mahasiswa yang tinggal di daerah yang sulit sinyal selama mengikuti perkuliahan secara *online* di masa pandemi. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara *online*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus kepada tiga orang subyek penelitian. Karakteristik subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang mengikuti kuliah secara daring di tengah pandemi Covid-19, selain itu ketiga responden juga sekarang tinggal di daerah sulit sinyal internet. Subyek penelitian diperoleh secara personal dimana hubungan peneliti dengan subyek dekat. Dari hasil penelitian ini terdapat beberapa bentuk strategi coping yang digunakan oleh ketiga subyek dalam penelitian ini yaitu *problem focused coping* yaitu terpusat pada masalah, antara lain mencari sinyal di tempat yang lebih mudah akses internetnya, menghubungi dosen untuk meminta toleransi. Sedangkan untuk *emotion focused coping* antara lain pengalihan dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang bisa mengalihkan perasaan stress yang dirasakan, dan juga melakukan *coping religious*.

Kata Kunci: covid-19, mahasiswa, perkuliahan online, strategi *coping*.

Abstract : The pandemic adds to the problems and obstacles faced by students. Internet access is important in online learning, but when students live in areas where internet signals are difficult, this of course makes students experience problems and triggers stress conditions. This student aims to find out more about the coping strategies carried out by students who live in areas that are difficult to signal while attending online learning during the pandemic. Data was collected by means of online interviews. This student uses a qualitative approach with a case study method to three respondents. The characteristics of the subjects in this research are students who are taking online learning, respondents who live in areas where internet signal is difficult. Respondents obtained independently, the relationship between the researcher and respondent is close. From the results of the study, there are several forms of coping strategies used by respondents, is *problem focused coping* which is focused on problems, including looking for signals in places that have easier internet access, contacting lecturers to ask for tolerance. As for *emotion focused coping*, among others, diversion by doing activities that can divert the feelings of stress that are felt, and doing *religious coping*.

Key words: coping strategies, covid-19, online learning, student.

PENDAHULUAN

Pada Januari 2020 lalu WHO telah menyatakan bahwa dunia masuk masuk ke dalam darurat global terkait dengan pandemi Virus Corona atau COVID-19. Pandemi ini adalah hal yang merupakan fenomena luar biasa terjadi di bumi pada abad ke 21. Sejak Indonesia mengkonfirmasi adanya kasus COVID-19, peningkatan kasus terus terjadi setiap harinya. Penularan COVID-19 terjadi melalui partikel-partikel yang keluar dari hidung maupun mulut individu yang terjangkit COVID-19. Dikarenakan penyebaran COVID-19 dapat melalui partikel, maka penting bagi setiap individu untuk menjaga jarak lebih dari satu meter sebagai bentuk pencegahan peningkatan angka kasus (World Health Organization, 2020).

Pemerintah telah banyak mengambil langkah kerja untuk dapat menyelesaikan dan menghentikan penularan dari kasus fenomenal ini, salah satu di antaranya adalah dengan adanya kebijakan tentang *social distancing*. Konsep ini menjelaskan bahwa untuk dapat mengurangi bahkan memutus mata rantai infeksi COVID-19 seseorang harus menjaga jarak aman dengan manusia lainnya minimal 2 meter, dan tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain, dan menghindari pertemuan massal. Selain itu Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan Kementerian Agama RI, juga menerapkan kebijakan belajar dan

bekerja dari rumah (*Work from Home*) mulai pertengahan Maret 2020. Siswa maupun mahasiswa diliburkan, dimana pembelajaran yang dilakukan bertemu tatap muka diganti menjadi pembelajaran daring atau pembelajaran "dalam jaringan" yaitu istilah dari model pembelajaran dan perkuliahan daring atau *Online Learning Models*. Pembelajaran daring tentunya menyebabkan peserta didik dapat belajar lebih fleksibel, di mana saja, kapan saja, dan mudah dilakukan dengan siapa saja, dalam situasi apa saja, tidak terkecuali mahasiswa (Thorne, 2003).

Perkuliahan daring membuat mahasiswa bisa belajar di rumah melalui komputer/laptop, telepon seluler atau gawai (*Android, Smartphone, tablet, iPad, dll*), serta media lainnya yang dapat digunakan untuk menunjang perkuliahan daring. Kuliah daring merupakan sebuah sistem perkuliahan di mana medianya adalah akses internet sebagai sarana untuk melaksanakan pembelajaran. Sistem perkuliahan ini tidak hanya diberlakukan di Indonesia saja, namun banyak diberlakukan di negara lain. Hal ini dilakukan agar rantai penyebaran COVID-19 dapat dihentikan,

Namun, pada faktanya perkuliahan dengan model daring ini dalam penelitian yang dilakukan Jariyah dan Tyastirin (2020) juga memiliki kekurangan, antara lain (1) para siswa atau mahasiswa kurang dalam berinteraksi satu sama lain, (2) metode daring dianggap kurang efektif dibanding pembelajaran tradisional (3)

metode daring ini sebenarnya dapat meningkatkan pengetahuan, hanya saja di sisi lain kurang dalam meningkatkan keterampilan, (4) metode daring tidak dapat diterapkan secara efektif kepada semua disiplin ilmu (5) mengakibatkan kemacetan akses. Hal ini dapat menyebabkan hal yang terduga baik dalam segi biaya ataupun waktu (Jariyah & Tyastirin, 2020).

Selain itu, pada saat perkuliahan daring, tugas-tugas yang dibebankan pada mahasiswa dirasakan lebih berat dari perkuliahan waktu sebelum pandemic, bahkan ada juga beberapa dosen yang seringkali mengganti penyampaian materi dengan pemberian tugas-tugas. Dari penelitian juga menunjukkan bahwa salah satu yang menjadi kendala sistem daring berupa tugas yang diberikan lebih banyak dari perkuliahan tatap muka biasanya (Livina dkk, 2020). Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa aplikasi yang digunakan untuk kuliah daring memang mudah diakses tetapi juga mempunyai beberapa hambatan diantaranya seperti sulit terhubung dengan jaringan internet sehingga mahasiswa kesulitan untuk benar-benar tetap berada di kelas *online* dan membuat mereka menjadi sulit memahami materi pelajaran, serta penggunaan kuota internet yang relatif mahal juga menjadi kendala untuk masuk kelas *online* (Diana & Hutasuhut, 2020).

Kesulitan mahasiswa dalam mengakses internet ini juga dikutip pada sebuah artikel yang tulis oleh Yunus pada tahun 2020 mengatakan 65% mahasiswa terkendala jaringan Internet dan Kuota saat Kuliah Daring. Yunus (2020) menuliskan hasil survei yang dilakukannya pada

tanggal 8 Juni 2020 terhadap 149 responden mahasiswa di tiga perguruan tinggi berbeda. Ada pula mahasiswa yang pulang ke kampung halamannya di pedesaan yang sangat susah untuk mengakses internet, hal ini juga dikutip oleh ANTARANEWS.com dimana dalam artikel tersebut dijelaskan oleh seorang dosen Politeknik Pontianak bahwa banyak mahasiswa yang pulang kampung, dan sebagian kampung terkendala dalam mengakses jaringan internet. Secara teknis, kendala dalam perkuliahan daring adalah akses jaringan internet dalam mengikuti perkuliahan daring ini (Hutasoit, 2020; Panchanov, 2020).

Dari hambatan dan kendala yang disebutkan di atas terkait dengan akses internet menimbulkan permasalahan bagi mahasiswa, terutama permasalahan psikologis. Moawad (2020) dalam penelitian yang dilakukannya mengungkapkan bahwa stresor tertinggi yang mempengaruhi pelajar pada minggu pertama setelah berubah dari belajar konvensional ke *online* adalah ketidakpastian yang dirasakan mengenai ujian akhir semester, dan sistem baru penilaian. Stresor kedua tertinggi dari hasil riset Moawad tersebut yaitu, masalah internet dan sinyal lemah juga menjadi sumber stressor yang dihadapi oleh sebagian pelajar. Jaringan internet belum merata di pelosok negeri. Sekalipun telah tersedia jaringan internet masih memiliki gangguan, sehingga menghambat proses belajar-mengajar.

Dalam studi yang dilakukan oleh Sahu pada tahun 2020 menunjukkan mahasiswa perantauan yang pulang ke kampung halaman dan hanya bisa mengikuti perkuliahan *online* dari

rumah merasa khawatir apabila studi mereka terganggu. Banyak dari mereka kemungkinan tidak memiliki perangkat perkuliahan yang baik seperti buku-buku, komputer dan koneksi internet yang tinggi (Sahu, 2020). Riset-riset banyak membuktikan bahwa pembelajaran daring telah mengakibatkan banyak masalah psikologis seperti kecemasan, stres, dan kejemuhan (Lubis, Ramadhani & Rasyid 2021; Andiarna & Kusumawati, 2020; Harahap et al., 2020; Livana et al., 2020). Bahkan jika hal ini dibiarkan terus akan berakibat fatal dalam perkembangan kejiwaan mahasiswa, dampaknya kegagalan studi atau *drop out* dan hal lain yang lebih parah (Agus, dkk, 2020)

Berdasarkan studi literatur tersebut dapat diketahui bahwa pembelajaran melalui *online* dapat lebih simple dan mudah karena perkuliahan *online* memungkinkan untuk dilaksanakan dimana saja termasuk di rumah. Namun, walaupun demikian masih dianggap beban, karena beberapa kendala yang tidak dapat diprediksi menjadi sumber stres kerap terjadi, seperti halnya jaringan yang tidak stabil, gadget yang digunakan mendadak *error*, dan situasi lain yang dihadapi ketika pembelajaran dilaksanakan di rumah. Situasi-situasi yang dihadapi oleh pelajar tersebut memunculkan kecemasan dan akhirnya menimbulkan stres akademik.

Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut tentunya memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka. Konsep untuk memecahkan permasalahan ini disebut dengan

coping. *Coping* berasal dari kata “*to cope with*” yang artinya mengatasi atau menanggulangi. *Coping* juga usaha untuk mengontrol, mengurangi atau belajar untuk mentoleransi ancaman yang menimbulkan stres Pretty Gina & Putri Nurdina, 2012). *Coping* berasal dari kata dalam bahasa Inggris yang berarti menanggulangi, mengatasi atau mengatasi sesuatu yang sulit dengan sukses (Oxford Dictionary, 2008). *Coping* adalah respon individu untuk mengatasi masalah, respon tersebut sesuai dengan apa yang dirasakan dan dipikirkan untuk mengontrol, mentolerir dan mengurangi efek negatif dari situasi yang dihadapi (Rasmun, 2004).

Lazarus dan Folkman mengemukakan dua jenis *coping*, yaitu *emotion focused coping* dan *problem focused coping*. *Emotion focused coping* adalah usaha individu dalam mengontrol respons emosional pada situasi atau kondisi yang menekan. Sedangkan *problem focused coping* adalah usaha untuk mengurangi stressor dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan baru untuk dapat mengubah keadaan atau permasalahan, (Safaria & Saputra, 2009). Taylor mengungkapkan terdapat empat tujuan *coping*, yaitu mempertahankan keseimbangan emosi, mempertahankan *self image* yang positif, mengurangi tekanan lingkungan atau menyesuaikan diri terhadap kajian negatif, dan tetap melanjutkan hubungan yang memuaskan dengan orang lain (Taylor, 2009).

Melihat fenomena diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam terkait masalah dan coping stres yang dilakukan

mahasiswa dengan judul penelitian “Strategi Coping Stress Mahasiswa dalam Menghadapi Perkuliahan Daring di Masa Pandemi Covid 19 (Studi Kasus pada Mahasiswa yang Tinggal di Daerah Sulit Internet).

Penelitian tentang strategi coping mahasiswa pada saat pandemic COVID-19 sebenarnya sudah pernah dilakukan antara lain oleh Ramadhania yang tentang strategi mengatasi serta mengelola rasa stress di masa pandemi COVID-19 pada mahasiswa. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Fitriasari terkait dengan stres pembelajaran *online* dan strategi coping mahasiswa selama pandemi COVID-19 dan penelitian yang dilakukan Nurchayati dkk mengenai strategi coping mahasiswa dalam menghadapi perubahan sistem perkuliahan di masa pandemi. Namun, dari beberapa penelitian yang sudah dilakukan belum ada yang secara spesifik membahas tentang strategi coping mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan daring di daerah yang sulit sinyal sehingga mengalami kendala dalam akses internet.

Penelitian ini diharapkan dapat memberitahu dan menggambarkan beragam cara yang dilakukan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan perubahan pembelajaran masa pandemi COVID-19 terutama mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengakses internet dikarenakan daerahnya, serta dapat menggambarkan cara-cara penyesuaian diri mahasiswa yang efektif diterapkan di masa darurat.

METODE

Responden penelitian. Responden pada penelitian ini merupakan 3 orang mahasiswa yang sedang mengikuti kuliah secara daring di tengah pandemi COVID-19, selain itu ketiga responden juga sekarang tinggal di daerah yang masih sulit untuk mengakses internet, yaitu di 3 desa berbeda yang jauh jaraknya dari pusat kota Barabai, Kabupaten Hulu Sungai Tengah, Provinsi Kalimantan Selatan.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang mana tujuannya akan mengeksplorasi fenomena. Studi kasus dilakukan ketika peneliti melakukan eksplorasi terhadap entitas atau fenomena tunggal (*the case*) yang dibatasi oleh waktu, aktivitas dan pengumpulan detail informasi dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data selama waktu tersebut (Cresswell, 2014).

Instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini instrumen pokok yaitu manusia, dalam hal ini peneliti sendiri, sebagai instrumen yang berhubungan langsung dengan responden selain itu juga dalam penelitian ini menggunakan instrumen penunjang yaitu pedoman wawancara.

Prosedur penelitian. Proses penelitian dilakukan diawali dengan tahap pra lapangan yaitu dengan mencari subjek penelitian dan survei. Tahap selanjutnya dilakukan tahap pekerjaan lapangan dalam hal ini peneliti memasuki lapangan, dengan teknik pengambilan data dilakukan dengan wawancara *online*. Karena kondisi pandemi yang tidak memungkinkan

dilakukannya wawancara tatap muka langsung. Wawancara *online* dilakukan melalui media konferensi video, pesan suara dan pesan teks. Kemudian dilanjutkan tahap analisis data yaitu melakukan serangkaian proses analisis data kualitatif sampai pada interpretasi data.

Analisis Data. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan mengacu pada konsep Miles & Huberman (2007) yaitu *interactive model* yang mengklasifikasikan analisis data dalam tiga langkah yaitu: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL

Terdapat dua topik utama yang disajikan dalam penelitian ini berdasarkan analisis data strategi *coping* yang dilakukan mahasiswa yang tinggal di daerah yang sulit sinyal selama mengikuti perkuliahan secara *online* yaitu stressor dan dampak yang dialami oleh subjek penelitian sebagai respon dari stres yang dirasakan yang mana respon ini kemudian memunculkan strategi coping sebagai upaya mengatasi kondisi stres tersebut.

Tabel 1. Identitas Subjek Penelitian

Sbjk	Usia	Smtr	Prodi	Desa	Jarak
ANL	21	IV	Ilmu Al-Qur'an	Ds. Paya	denga n kota 13

RJ	22	VII	Tadris Bahasa Inggris	dan Tafsir Limp asu
FM	21	VII	Tadris Bahasa Inggris	Ds. 15 Man guna ng

Stressor atau Dampak yang Dialami Subjek Subjek ANL

ANL mengakui daerah tempat tinggalnya termasuk daerah yang akses internet termasuk sulit, sehingga ia mengalami kendala dalam mengikuti perkuliahan yang sekarang semua dilakukan secara *online*. Berikut kutipan wawancaranya:

“masalah yang sering dihadapi, terkendala jaringan internet, belum lagi kalau hujan, sinyal atau jaringan internet sama sekali hilang” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Masalah dalam akses internet ini menyebabkan subjek ANL mengalami kesulitan untuk bisa kuliah secara optimal, misalnya ketika dosen memanggilnya, suaranya tiba-tiba tidak kedengaran oleh dosen. Berikut penuturan subjek:

“Kalau pakai Zoom itu, suaraku nggak kedengeran, hahahaha. Jadi waktu dipanggil dosen “A, mana A, nggak hadir ya? Aku ngga bisa apa-apa”(wawancara

ANL, 02 Juli 2021)

Hal ini diakui ANL membuatnya stress, apalagi ketika dihadapkan pada saat pengerjaan tugas-tugas kuliah atau menjawab soal, subyek ANL mengakui terpaksa menjawab ulang dan itu membuatnya sering sakit kepala dengan situasi tersebut. Seperti yang disampaikannya sebagai berikut:

“iya, apalagi kalau kuliah lagi menjawab soal, tiba-tiba jaringannya hilang, yang ada aku terpaksa menjawab ulang dan terburu-buru karena waktunya terbatas. Hal ini membuatnya pusing” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Dampak dari stress yang dirasakan subjek ANL adalah sebagai berikut:

“ngga fokus, karena pikirannya terbagi-bagi, karena sibuk memikirkan jaringan yang tiba-tiba hilang, mikir gimana caranya supaya jaringan bisa muncul lagi”
(wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Selain itu, subjek ANL juga menceritakan bahwa karena kesulitan jaringan internet, ia harus pergi keluar, untuk mencari sinyal.

“Iya , mumet juga. Aduuuuh, gimana nih jaringannya hilang, terus kata mama, ya mau gimana lagi. Coba cari (jaringan internet) ke tempat lain, ke sebelah sini, atau mencari kemana-mana. Kan aku lari-lari, jadi capek.” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Subjek RJ

Menurut RJ kesulitan internet terkadang dijumpainya ketika perkuliahan *online* berlangsung, terutama saat cuaca kurang mendukung, misalnya hujan. Bahkan kendala internet kerap terjadi disaat subjek RJ sedang melakukan hal penting misalnya presentasi praktek magang *online*, walaupun saat itu cuacanya tidak terlalu mendung. Berikut penuturnannya:

“Terkadang ka. Tergantung suasananya ka. Misalnya mendung, apalagi hujan, jaringannya sama sekali hilang”
(wawancara RJ, 02 Juli 2021)

“Apalagi kemarin waktu PPL online (Praktik Pengalaman Lapangan). PPL itu aku kayak, pas aku maju praktek pasti ada saja kendala sinyal di tengah-tengah, pasti ada gitu. Padahal waktu itu harinya cuma mendung sedikit. Itu sering banget waktu PPL. Jadi gimana ya, dosen sempat meminta kami menyiapkan jaringan yang bagus, sedangkan kita kan nggak tahu jaringan internet ada atau nggak ada.”(wawancara RJ, 02 Juli 2021)

RJ mengatakan bahwa stres yang sekarang ia rasakan di masa pandemi memang dikarenakan perkuliahan daring, terutama pada tugas kuliah yang diberikan.

“Stres nya nih mungkin karena tugas gitu, kayak, kan tugas kayak PR, PR itu

biasanya sering ketunda ngerjainnya dan karena tatap muka kita bisa, misalkan hari ini dikerjakan hari ini juga dikumpulnya kalo kuliah offline, jadi nggak ada kepikiran atau stres lagi kalau sudah pulang ke asrama.”(wawancara RJ, 02 Juli 2021)

Saat perkuliahan *online* seperti sekarang RJ mengaku lebih mementingkan menyelesaikan tugas dan kuliah *online* dibanding jadwal makan. Menurutnya jika ia tidak mengerjakan tugas kuliah hanya akan menambah beban pikiran, sehingga membuatnya lebih mementingkan kuliah dan tugas. Namun hal itu malah membuatnya jatuh sakit. Berikut hasil wawancaranya kepada subjek RJ

“Iya. Jadi aku sempat waktu semester tadi, akhir ujian. Entah kenapa itu, apakah aku nggak sering makan atau apa, jadi maag aku tuh kambuh. Maag-nya tuh akut banget sampai kepala kaya pecah gitu ka.” (wawancara RJ, 02 Juli 2021)

“Misalnya ada tugas, aku lebih mementingkan tugas dulu, makan belakangan. Tapi karena sudah pernah ngalamin sakit maag, aku nggak berani lagi makan belakangan. Sekarang yang penting makan dulu” (wawancara RJ, 02 Juli 2021)

Ketika jaringan internet bagus, sebisa subjek RJ mengikuti perkuliahan, namun saat jaringan internet mulai tidak stabil ia akan pasrah, bingung tidak tahu harus apa, bahkan sampai menangis dan pada akhirnya hanya akan

menghubungi dosen pengampu mata kuliah untuk memberitahu kondisinya, itupun apabila jaringan internet kembali baik.

“Kalo aku pernah gitu, kayak, aku tuh orangnya suka nangis. Jadi aku diam dulu kan. abis itu kalo waktu kuliah sudah habis, baru ada sinyalnya. Itu aku sambil menunggu sinyal, sampai kapan sinyalnya timbul, kalo jaringannya sudah bisa, baru aku chat ke grup kelas, ‘Maaf, pak, tadi sinyal internet susah di rumah saya.’” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Subjek FM

Subjek FM mengatakan bahwa ia seringkali mendapati kendala internet di rumahnya. Menurut FM jika ingin mendapatkan internet yang lebih baik maka ia harus pergi ke depan rumahnya, di tengah jalan atau ke belakang rumahnya, dimana ia harus melewati persawahan. Berikut cerita subjek FM:

“Sering banget, ka. Bisa bilang setiap hari, setiap detik, setiap menit.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Bisa, tapi kita harus turun dulu ke tengah jalan aspal.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Kemarin pas final test, aku mencari jaringan di belakang rumahku, lumayan jauh juga. Itu aku, eee.. ke belakang rumah dulu ke sawah..” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

FM merasa bahwa perkuliahan daring dan kesulitan internet sangat membuatnya stres. Subjek FM menuturkan bahwa ia memiliki rasa khawatir jika ia tertinggal informasi atau materi tentang mata kuliah yang sedang berlangsung. Namun, FM pasrah jika memang jaringan internet sudah sulit diakses lagi. Apabila internet mulai stabil, kemudian ia akan mengirim pesan melalui aplikasi WA untuk memberitahu dosennya bahwa ia tertinggal informasi.

“Sama juga ada sedikit rasa takut kalo ketinggalan. Sama juga misalkan menyampaikan informasi apa gitu, ada sedikit rasa takut. Tapi kalo sudah nggak bisa lagi, biasanya aku pasrah aja. Nanti aku kirim chat lewat WA ke dosen.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

Selain itu, FM mengatakan bahwa stres yang ia rasakan berdampak pada fisiknya, seperti sakit kepala dan tubuh bagian belakang. FM menuturkan bahwa menurutnya stres mempengaruhi emosi dan cara berpikirnya. FM mengakui jika ia sedang stres mengerjakan tugas, maka ia akan sembarang mengerjakan, FM tidak memikirkan bagaimana nilai yang akan diberikan dosen pada tugasnya, asalkan tugas tersebut cepat selesai sehingga ia tidak perlu memikirkannya lagi.

“Mempengaruhi ka. Sakit kepala itu pasti, sama bagian belakang juga sakit.”
(wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Biasanya kalo aku lagi stres

mengerjakan tugas, ya sembarang aja lagi, yang penting dikerjain dulu. Jadinya aku nggak memikirkan nilai lagi, yang penting sudah kuselesaikan tugasnya.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

Strategi Coping Selama Kuliah Daring di Daerah Sulit Sinyal

Subjek ANL

Subjek ANL mengatakan dalam menghadapi situasinya, yang mana masalahnya adalah kesulitan akses internet karena sulit sinyal di daerahnya adalah menghadapi masalah daripada menghindarinya. Subjek ANL juga mengatakan bahwa ia melihat sebuah masalah sebagai sebuah tantangan bukan rintangan. Bahkan subjek ANL mengatakan ia berusaha agar tetap bisa hadir kuliah walaupun dalam keterbatasan sinyal internet.

“Menghadapi. Karena kan kalo menghindar salah...masalah dipandang sebagai tantangan” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

ANL melakukan beberapa usaha dalam mengatasi masalah yang tengah ia hadapi berupa perkuliahan daring di daerah sulit internet, yaitu berusaha mendapatkan jaringan internet yang lebih baik dengan berjalan dan pergi kesana-kemari, ANL bahkan pergi ke rumah temannya dan meminjam *handphone* temannya agar bisa menghubungi dosen pengampu mata kuliah. Berikut beberapa kutipan wawancara kepada subjek ANL

“Tetap aku usahain bisa hadir kuliah walaupun dalam kondisi serba terbatas, internetnya.” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

“Jadi aku pinjam hape teman, ke rumahnya di Kiyas, untungnya nggak terlalu jauh, jadi masih bisa.” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

“aku pinjam hape teman terus bilang ke dosennya, “Maaf pak, saya tidak bisa persentasi, tapi saya pinjam email teman. Boleh gitu nggak pa?. Terus kata pak dosen, iya nggak papa. Ya terpaksa kan, nggak bisa apa-apa juga. Nggak memungkinkan lagi karena terkendala internet disini.”(wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Apabila kartu SIM internet yang digunakan subjek ANL bermasalah, maka ia akan meminta sambungan *hotspot* pada adiknya. Adapun usaha subjek ANL dalam menanggulangi stres yang ia rasakan yaitu, mengisi waktu luang dengan melakukan kegiatan, misalnya minum air es untuk mendinginkan kepala, berolahraga agar berkeringat, dan mandi. Subjek ANL menuturkan bahwa ketika ia mulai merasa lelah dan menganggap jurusannya sulit, ANL mendapatkan dukungan dari orang terdekat yaitu ibunya.

Selain dari usaha-usaha yang dilakukan di atas, subjek ANL juga melakukan usaha dalam menanggulangi stres dengan mendekatkan diri

pada Allah Swt. Beberapa usaha yang dilakukan subjek ANL adalah bangun di malam hari untuk melaksanakan solat tahajud, menjaga wudhu, berdzikir ketika emosinya sedang naik dan berdoa ketika sedang dihadapi masalah. Menurut ANL dengan mendekatkan diri pada Allah Swt. dampaknya lebih terasa.

“Bangun malam, tahajud. Jaga wudhu, berdzikir kalo lagi emosi naik.”
(wawancara ANL, 02 Juli 2021)

“Lebih ke mendekatkan diri ke Allah. Lebih berefek gitu. Misalnya berdoa, siapa tau dikabulkan saat itu. Waktu kuliah jaringan hilang, aku juga berdoa,..” (wawancara ANL, 02 Juli 2021)

Subjek RJ

Subjek RJ mengatakan ketika sedang stres dalam mengerjakan tugas kuliah, ia memilih untuk meninggalkan tugas itu untuk sementara waktu dan akan berpikir dalam pengerajan tugas di waktu yang menurutnya tepat. Ketika RJ meninggalkan tugasnya untuk sementara ia mengerjakan pekerjaan lain, seperti mengerjakan pekerjaan rumah, melakukan kegiatan lain dan bermain handphone.

“Aaaaa aku tinggalkan dulu tugasnya sebentar. Baru nanti berpikir lagi di waktu yang tepat.” (wawancara RJ, 02 Juli 2021)

“Kadang mengerjakan pekerjaan rumah. Melakukan kegiatan lain. Main

hape.” (wawancara Subjek RJ, 02 Juli 2021)

RJ mengatakan usaha lain yang ia lakukan agar terhindar dari stres, yaitu bermain dengan keponakan-keponakannya yang masih kecil, dan sibuk membuat dengan hal-hal yang mengasyikkan diri.

“Oh, aku punya keponakan-kepnakan yang kecil, kadang aku main-main sama mereka. Lebih mencari kegembiraan gitu. Juga lebih ke arah asik sendiri, supaya nggak terlalu stres.” (wawancara Subjek RJ, 02 Juli 2021)

Adapun usaha RJ ketika mengalami kendala internet yaitu dengan memiliki dua kartu SIM internet. Apabila salah satunya bermasalah atau tidak muncul jaringan internet, maka ia akan mengisi pulsa pada kartu SIM miliknya yang lain.

“Kayak aku misalkan menggunakan kartu Simpati, kartunya masih H+, jadi kan nggak terlalu bagus. Karena kartu internetku yang masih kurang bagus itu, mau nggak mau aku harus mengisi pulsa untuk kartu As, kayak gitu biasanya” (wawancara Subjek RJ, 02 Juli 2021)

Selain itu adapun upaya yang RJ lakukan dalam menghilangkan stres yaitu dengan mendekatkan diri pada Tuhan. Upaya-upaya tersebut seperti berdzikir, tawakkal dan sabar dalam menjalaninya. RJ juga mengatakan ketika ia mendapatkan banyak tugas, RJ akan melaksanakan

solat.

“Apa ya, biasanya aku berdzikir, tawakkal, sabar dalam menjalaninya.... Mau gimana lagi.” (wawancara Subjek RJ, 02 Juli 2021)

“Kalo aku misalnya lagi terlalu banyak tugas, biasanya solat aja sih ka.” (wawancara Subjek RJ, 02 Juli 2021)

Subjek FM

Berdasarkan hasil wawancara, subjek FM mengatakan bahwa ia lebih suka menghindari masalah daripada menghadapinya. FM mengatakan juga bahwa sebenarnya jika ia mau menghadapi masalah, FM cenderung menerobos masalah tersebut. Subjek FM menganggap masalah merupakan sebuah rintangan baginya.

“Aku kalo mau menghadapi masalah sebenarnya yaa itu terpaksa juga, jadi ibaratnya aku tuh lebih condong menerobos masalah, ka.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

Menurut FM jika ingin mendapatkan sinyal internet yang lebih baik ia harus berjalan ke tengah jalan di depan rumahnya atau ke belakang rumahnya dimana ia harus melewati persawahan yang berlumpur.

“Cuman entah kenapa di tempatku nggak bisa. Bisa, tapi kita harus turun dulu ke tengah jalan aspal.” (wawancara FM, 03

Juli 2021)

“Kemarin pas final test, aku mencari jaringan di belakang rumahku, lumayan jauh juga. Itu aku, eee.. ke belakang rumah dulu ke sawah, nah pas di sawah ka, jalannya nggak mulus, nggak juga, jalannya itu beeeeeek banget ka, jadi mau nggak mau harus lewat jalan yang becek itu.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

Apabila FM sedang stres ia memilih untuk pergi ke tempat-tempat hijau, seperti hutan, pepohonan dan persawahan. Menurut FM, tempat-tempat hijau tersebut dapat menyegarkan pikiran. Ketika subjek FM merasa lapar saat ia mengerjakan banyak tugas, maka ia akan memakan makanan manis seperti coklat. FM mengatakan bahwa untuk menghindari terganggunya perkuliahan daring yang disebabkan stres yang dialaminya ia memilih melakukan olahraga senam.

“Biasanya aku ke tempat itu, ke tempat-tempat kayak yang hijau gitu, yang bisa membuat pikiran kita jadi fresh.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Iya ka, Kalo kebanyakan mengerjakan tugas itu aku kelaparan. Sama makan yang manis-manis.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Kayak coklat-coklat gitu atau ummm, olahraga! Senam.” ((wawancara FM, 03 Juli 2021)

Subjek FM menambahkan usaha-usaha lain untuk menghilangkan stres, yaitu dengan mendekatkan diri pada Allah Swt. Adapun beberapa usaha yang dilakukan oleh subjek yaitu, melaksanakan solat, memperbanyak membaca Al-Qur'an, beristighfar sebelum tidur, mendengarkan ceramah dan mendengarkan kisah-kisah motivasi yang disampaikan oleh Habib Abdul Qadir, yang mana beliau menceritakan tentang Habib Umar. FM dapat mengetahui bagaimana ketenangan tokoh agama yang diceritakan tersebut.

“Biasanya kalo aku nggak lagi, halangan aku solat, banyak-banyak mengaji.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

“Beristighfar kalo mau tidur. Mendengarkan ceramah juga biasanya. Mendengar kisah-kisah. Pokoknya aku lebih banyak mendengarkan kisah-kisah dari Habib Abdul Qadir, beliau mengisahkan tentang Habib Umar. Nah jadi kayak ada perasaan termotivasi mendengarkan kisah dari Habib Umar. Karena kan yang ketenangan diri beliau itu ka.” (wawancara FM, 03 Juli 2021)

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa yang mengikuti kuliah *online* dan tinggal di daerah sulit sinyal di masa pandemi COVID-19 merupakan pemicu

timbulnya stres, adapun permasalahan yang dialami adalah terbatasnya jaringan internet di daerah tempat tinggal mahasiswa yang membuat kegiatan perkuliahan menjadi terganggu, sinyal yang tiba-tiba hilang membuat informasi perkuliahan yang lambat terkirim, tugas yang lebih banyak dibanding perkuliahan *offline*, kurangnya interaksi dengan dosen dan pekerjaan rumah tangga yang juga harus dilakukan berbarengan mahasiswa selama di rumah, dampaknya terhadap subjek penelitian yaitu stres yang mempengaruhi fisik yang membuat subjek sakit, pikiran berlebih, kurang fokus, perasaan yang campur aduk, suka marah dan lebih banyak diam, hal ini dikarenakan kekhawatiran mahasiswa apabila tertinggal informasi mengenai mata kuliah, kurangnya pemahaman subjek dalam memahami mata kuliah selama perkuliahan daring, terganggunya kegiatan perkuliahan akibat sulitnya internet.

Dari hasil penelitian ini terdapat beberapa bentuk strategi coping yang digunakan oleh ketiga subyek dalam penelitian ini yaitu *problem focused coping* yaitu terpusat pada masalah antara lain mencari sinyal di tempat yang lebih mudah akses internetnya, menghubungi dosen untuk meminta toleransi. Sedangkan untuk *emotion focused coping* antara lain pengalihan dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang bisa mengalihkan perasaan stress yang dirasakan yaitu melakukan kegiatan di luar kuliah (antara lain: olahraga, meminum air dingin, mandi, bermain dengan keponakan, melakukan kegiatan lain, bermain *handphone*, pergi ke tempat-tempat hijau, dan memakan makanan manis seperti coklat. Selain itu juga ada *religious coping* yang dilakukan mahasiswa yaitu

menjaga solat wajib, melaksakan solat sunah tahajud, menjaga wudhu, berdzikir, berdoa, tawakkal (berserah diri, sabar, memperbanyak membaca Al-Qur'an, beristighfar sebelum tidur, dan mendengarkan ceramah dan kisah-kisah motivasi dari tokoh Islam.

DISKUSI

Penelitian ini merupakan studi kualitatif yang bertujuan untuk mengungkap bagaimana strategi *coping* mahasiswa yang tinggal di daerah susah sinyal mengikuti perkuliahan *online* di masa pandemi sekarang. Analisis data kualitatif mengungkapkan bahwa sulitnya dalam mengakses internet dikarenakan sinyal yang kurang kuat di daerah tempat tinggal para subjek penelitian menjadi permasalahan dan hambatan pada proses perkuliahan *online* yang sedang mereka jalani di masa pandemi COVID-19, hal tersebut kemudian menjadi pemicu stres yang dialami oleh mahasiswa. Selanjutnya, untuk mengatasi stres yang dirasakan mahasiswa melakukan berbagai bentuk strategi *coping*.

Subjek menyatakan kemunculan pandemi COVID-19 sangat memberikan pengaruh terhadap proses perkuliahan yang dijalani. Internet pada perkuliahan *online* di saat pandemi menjadi media penting untuk dapat mengikuti perkuliahan secara maksimal. Namun apa daya daerah tempat tinggal ketiga subjek termasuk daerah yang sangat sulit dalam akses internet terutama masalah sinyal. Berbagai permasalahan pada proses perkuliahan *online* dialami oleh subjek antara lain suara yang tiba-tiba hilang,

perkuliahan yang tiba-tiba terhenti gara-gara sinyal yang hilang, presentasi dan pengerajan tugas yang tidak maksimal, perlunya beradaptasi pada sistem *online* dengan teknologi yang semakin canggih, kurangnya interaksi dengan dosen, dan tugas kuliah yang banyak. Banyaknya permasalahan tersebut menjadi pemicu munculnya stres pada mahasiswa. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, dimana permasalahan akademik menjadi pemicu stres yang dialami oleh mahasiswa (Musabiq & Karimah, 2018).

Kondisi stres kemudian memunculkan berbagai reaksi dari para subjek, antara lain pikiran berlebih, kurang fokus, perasaan yang campur aduk, suka marah dan lebih banyak diam. Reaksi lain yang dimunculkan subjek adalah penurunan kesehatan, dimana responden mengalami kekambuhan dari penyakit yang dimiliki yaitu maag kemudian sakit kepala dan sakit bagian belakang atau punggung juga ditemukan sebagai reaksi dari kondisi stres. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa menunjukkan gelaja fisik, psikologis, atau perilaku (Wahyuni & Setyowati, 2020).

Hasil penelitian ini menemukan dari kondisi stres yang dialami, subjek melakukan tindakan untuk mengurangi dan mengatasi kondisi stres tersebut. Tindakan yang dilakukan responden untuk mengurangi dan mengatasi stres disebut sebagai strategi *coping*. *Coping* bertujuan untuk mengurangi atau mengontrol tuntutan yang dirasa menekan atau melebihi kemampuan yang dimiliki. Ada banyak penelitian yang telah dilakukan untuk mengetahui bentuk-bentuk tingkah laku

coping dalam situasi yang berbeda.

Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan *coping* merupakan upaya baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal maupun internal yang dinilai berat atau melebihi kemampuan individu. Masing-masing individu tentunya memiliki strategi mengatasi stress yang berbeda-beda. Ada yang menghindari sumber stress untuk mengatasi rasa tertekan, ada pula yang mencari cara untuk menyelesaikan masalah.

Subjek dalam penelitian ini lebih banyak melakukan pengalihan dari kondisi yang menekan menjadi salah satu metode *coping* yang dilakukan subjek, untuk mengatasi kondisi stres yang dirasakan. Bentuk pengalihan yang dilakukan responden adalah melakukan kegiatan lain seperti pergi ke tempat-tempat hijau, meminum air dingin, mandi, bermain dengan keponakan, melakukan kegiatan lain, bermain handphone, memakan makanan manis dan berolahraga. Melakukan olahraga didapatkan sebagai kegiatan yang dilakukan responden sebagai strategi *coping*. Olahraga dilakukan responden untuk mengatasi kondisi emosi yang tidak mampu diekspresikan dan keluar dari situasi penat karena hanya berada di rumah selama masa pandemi COVID19 berlangsung. Olahraga yang dilakukan adalah melakukan jogging disekitaran rumah. Sejalan dengan penelitian Garber (2017), olahraga dapat meredakan stres secara efektif dan olahraga menjadi salah satu strategi *coping* yang lazim dilakukan oleh mahasiswa. Melakukan latihan dalam hal ini olahraga menghasilkan

pengurangan stres yang dirasakan dalam kehidupan nyata dan dapat mendorong perubahan positif dalam kesehatan mental dan kemampuan individu dalam mengatasi stres (Sharon-David & Tenenbaum, 2017).

Cara subjek dalam hal ini mahasiswa menghadapi dan menyelesaiannya dengan cenderung berorientasi pada pengelolaan perasaan (emosi) atau dengan kata lain cenderung memilih penyelesaian yang kurang konstruktif dan hanya bertujuan untuk mengurangi emosi negatif yang dirasakannya. Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam proses perkuliahan *online* dikarenakan sulit sinyal di daerah mereka tinggal lebih memilih mencari kenyamanan terutama bagaimana mengelola perasaan yang membebaninya, menghindar dengan melakukan kegiatan yang disukainya melakukan kegiatan-kegiatan untuk pengembangan dirinya dan menghindari yang dirasakannya. Sementara itu, mengacu pada Tanumijoyo, dkk (2004) menyatakan bahwa penggunaan strategi *emotional focus coping* cenderung banyak digunakan untuk mengatasi beban masalah (stress) terhadap kondisi yang menemui “jalan buntu”. Bila dikaitkan dengan hasil penelitian tersebut, maka stressor yang dialami mahasiswa yang tinggal di daerah sulit sinyal dipersepsi sebagai masalah yang sulit diselesaikan dengan cara *direct action* atau dengan cara konstruktif dan cenderung lebih memilih “jalan” lain yang lebih membuatnya nyaman agar tidak semakin terpuruk.

DAFTAR PUSTAKA

- Andiarna, F., & Kusumawati, E. (2020). *Pengaruh pembelajaran daring terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi covid-19*. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 139-149. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9221>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology*. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Cresswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. SAGE.
- Garber, M. C. (2017). *Exercise as a stress coping mechanism in a pharmacy student population*. *American Journal of Pharmaceutical Education*, 81(3), 1–6. Retrieved from <https://doi.org/10.5688/ajpe81350>
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). *Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa Covid-19*. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(1), 10-14. Retrieved from <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i1.4804>

- Hutasoit, L. (2020). Hasil survei mayoritas mahasiswa tidak suka kuliah daring: Kendala internet menjadi masalah kuliah daring. Retrieved from <https://jogja.idntimes.com/life/education/lia-hutasoit-1/89-persenmahasiswa-tidak-suka-kuliahdaring-karena-masalah-internetregional-jogja/6>
- Jariyah, I., A., & Tyastirin, E. (2020). Proses dan kendala pembelajaran biologi di masa pandemi covid-19: Analisis respon mahasiswa. *Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmu Pendidikan: E-Saintika* Vol. 4 No.2. 192
- Kunayat, A, Muiz, M. H Sumarni, N, Mansyur, A.S & Zaqiah, Q. Y (2020). Pengaruh teknologi pembelajaran kuliah online di era covid-19 dan dampaknya terhadap mental mahasiswa. *Jurnal Edukasi Dan Teknologi Pembelajaran* Volume 1, No. 2. 163.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. *Springer Publishing Company, Inc.* Vol. 3, Issue 2. Retrieved from <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
- Livana, PH, Mubin, M. F dan Bustomi, Y (2020). Tugas pembelajaran penyebab stres mahasiswa selama pandemi covid-19. *Jurnal Ilmu Kependidikan Jiwa* Vol. 3 No. 2: 203–8. 206.
- Lubis, H, Ramadhani, A, & Rasyid, M. (2021). *Stress akademik mahasiswa dalam melaksanakan kuliah daring selama masa pandemi covid 19*. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 31-39. Retrieved from <https://doi.org/10.30872/psikostuda>
- Moawad, R.A. (2020). *Online learning during the COVID- 19 pandemic and academic stress in university students*. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensională*, 12(-), 100-107. Doi: 10.18662/rrem/12.1sup1/252.
- Musabiq, S. A., & Karimah, I. (2018). *Gambaran stress dan dampaknya pada mahasiswa*. *Insight*, 20(2), 75–83. Retrieved from: <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Novita, D, & Hutasuhut, A.R. (2020). *Plus minus penggunaan aplikasi-plikasi pembelajaran daring selama pandemi covid-19*. *Pendidikan Matematika Unimed Medan*. 10
- Panchanov, R. (2020). *Keluh kesah mahasiswa kuliah online, dari internet lelet hingga gagal paham*. Retrieved from <https://radarlampung.co.id/2020/03/28/keluh-kesah-mahasiswa-kuliahonline-dari-internet-lelet-hinggagagal-paham/>

Rasmun. (2004). *Stress, Coping dan Adaptasi*. Jakarta: Sagung Sugeta.

www.bookfi.org.

Sharon-David, H., & Tenenbaum, G. (2017). *The Effectiveness of Exercise Interventions on coping with stress: Research synthesis*. *Studies in Sport Humanities*, 22(22), 19–29. Retrieved from <https://doi.org/10.5604/01.3001.0012.6520>

Wahyuni, S., & Setyowati, R. (2020). *Gambaran stress mahasiswa tingkat akhir dalam penyusunan KTI ditengah wabah COVID 19 dan sistem lockdown yang diberlakukan di kampus akper YPIB Majalengka*. *Jurnal AKPER YPIB Majalengka*, 6(12).Retrieved from: <https://ejurnal.akperyipib.ac.id>

Tanumidjojo, Y., Basoeki, L., Yudiarso, A. (2004). *Stres dan perilaku coping pada remaja penyandang diabetes mellitus tipe 1*. *Jurnal Anima*. 19 (4)

Taylor. E, Shelley. (2009) *Psikologi Sosial*. Jakarta : Kencana Predana Media

Thorne, K. (2003). *Blended learning, how to integrate online and traditional learning*. UK Kogan Page. Retrieved from

Emotion-focused Coping sebagai Strategi Koping Mahasiswa selama Pembelajaran Daring di masa Pandemi

Emotion-focused Coping as Coping Strategy of College Student during Online Learning in Pandemic

INDRA YOHANES KILING¹, TESA LOLIA MITA², MELVIN TAKOY³, FITRI AYUNINGSI WILA⁴, ELENITA KRISTALIA SEDA⁵, TESALONIKA BANI⁶

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email : tesaloliamita@gmail.com

Abstrak. Akibat pandemi Covid-19 Pemerintah Republik Indonesia mengeluarkan kebijakan terkait pelaksanaan pembelajaran secara jarak jauh. Pelajar termasuk di dalamnya mahasiswa dituntut untuk segera beradaptasi dengan model pembelajaran yang baru yaitu pembelajaran daring. Proses adaptasi ini berdampak terhadap well-being mahasiswa terkhususnya kesehatan mental mereka. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bagaimana kondisi kesehatan mental, sumber-sumber stres, serta strategi *coping* mahasiswa di Nusa Tenggara Timur (NTT) selama pandemi. Partisipan dalam penelitian terdiri dari 15 orang mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun. Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif di mana partisipan di wawancara secara daring. Hasil wawancara kemudian dianalisis dengan teknik analisis tematik. Ditemukan bahwa mahasiswa mengalami stres selama pandemi yang bersumber dari pembelajaran daring, keluarga dan ketakutan akan bahaya Covid-19. Dalam mengatasi stres mereka menggunakan *emotion focused coping* yaitu dengan kegiatan spiritual, melakukan hobi/minat, dan dukungan sosial emosional. Layanan kesehatan mental bagi mahasiswa masih sangat terbatas hingga saat ini. Oleh karena itu, peningkatan pelayanan kesehatan mental sangat diperlukan terkhususnya di wilayah Nusa Tenggara Timur.

Kata Kunci: Covid-19, *Emotion Focused Coping*, Kesehatan Mental.

Abstract. Due to the Covid-19 pandemic, The Government of the Republic of Indonesian has issued a policy regarding the implementation of distance learning. Scholars, including college students, are required to immediately adapt to the new learning model, that is online learning. This adaptation process has an impact on the well-being of students, especially their mental health. This study aims to describe the mental health conditions, sources of stress, and coping strategies for students in East Nusa Tenggara (NTT) during the pandemic. Participants in the study consisted of 15 students with an age range of 18-21 years. The research design used is qualitative research in which participants are interviewed online. The results of the interviews were then analyzed using thematic analysis techniques. It was found that college students experienced stress during the pandemic. The source of student stress comes from online learning, family and fear of the dangers of Covid-19. In dealing with stress they use *emotion focused coping*, namely spiritual activities, hobbies/interests, and

emotional social support. Mental health services for students are still very limited to date. Therefore, it is necessary to improve mental health services, especially in the East Nusa Tenggara region.

Key words: Covid-19, Emotion Focused Coping, Mental Health.

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 yang telah berlangsung selama hampir setahun ini telah mengubah struktur kehidupan manusia secara global. Dampaknya kesejahteraan manusia terganggu, baik dari kesehatan fisik maupun kesehatan psikis (mental). Kesehatan mental memiliki pengertian keadaan sejahtera di mana seseorang menyadari kemampuannya sendiri, dapat mengatasi tekanan hidup yang normal, dapat bekerja secara produktif dan mampu memberikan kontribusi kepada komunitasnya (WHO, 2018). Dengan adanya pandemi ini, tentunya hal-hal di atas sulit terpenuhi dan semua segi usia dan pekerjaan tidak dapat terhindar darinya termasuk mahasiswa. Menurut Arnett dalam *Emerging Adulthood: The Theory of Development From the Late Teens Through the Twenties*, mahasiswa adalah mereka yang berusia 18-25 tahun dan dikategorikan dalam masa transisi di mana mereka telah keluar dari masa adolesens namun juga belum tergolong dalam golongan dewasa muda (Cavanaugh, 2016).

Mengenai kesehatan adolesens dan dewasa muda, secara global kesehatan mental menyumbang hingga 16 % pada penyakit dan cedera yang diderita anak dengan usia 10-19

tahun (WHO, 2021). Ini menunjukkan mahasiswa yang masuk pada kategori ini memiliki kesehatan mental yang rendah dan mudah mengalami masalah kesehatan mental.

Penelitian mengenai kesehatan mental mahasiswa di sebuah universitas negeri di Amerika Serikat tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 71% partisipan mahasiswa menunjukkan peningkatan stres dan kecemasan akibat pandemi Covid-19 (Son, Hegde, Smith, Wang, & Sasangohar, 2020). Penelitian serupa yang dilakukan di New Jersey Utara yang merupakan daerah yang terdampak Covid-19 lumayan parah, juga dilaporkan bahwa mahasiswa mengalami kesulitan akademik dan masalah kesehatan mental yang ditinggi seperti depresi dan kecemasan (Kecojevic, dkk, 2020)

Walau saat ini tren kasus Covid-19 dunia menurun, di Indonesia justru semakin bertambah (Kompas, 2021). Diawali dengan dua kasus perdana Covid-19 di Indonesia yang ditemukan sejak 2 Maret 2020. Kasus penyebaran Covid-19 sebenarnya sudah terjadi pada awal januari 2020. Saat angka positif Covid-19 naik meningkat pada awal Mei pemerintah pun mengeluarkan kebijakan *new normal* di mana masyarakat tetap beraktivitas namun dibatasi oleh protokol

kesehatan yang harus dipatuhi.

Bersamaan dengan hal itu, kasus Covid-19 di NTT juga semakin meningkat. Per 10 Februari dengan jumlah kasus positif mencapai 6.568 orang, sembuh 3.464 orang, dan meninggal:176 orang (Kompas, 2021). Lonjakan angka ini berefek pada diambilnya kebijakan Pemerintah melalui surat edaran Kemendikbud dimana proses pembelajaran daring menjadi solusi alternatif.

Walaupun proses perkuliahan secara daring merupakan solusi pembelajaran untuk kondisi pandemi Covid-19 ternyata juga membawa efek khususnya pada kondisi kesehatan mental mahasiswa. Perubahan yang begitu cepat menuntut mahasiswa untuk segera melakukan penyesuaian. Kuliah daring membuat mahasiswa harus bekerja keras dalam penyesuaian dengan proses belajar (Rira Kartika, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Fitria dan Saputra (2020) menunjukkan pembelajaran daring memberikan dampak negatif yang jauh lebih tinggi walau tidak signifikan daripada dampak positif yang dirasakan mahasiswa baru.

Penelitian lain oleh Hasanah, dkk (2020) mendukung hal tersebut dengan ditemukannya sebanyak 21,1 % mahasiswa mengalami depresi ringan, 17% mahasiswa mengalami depresi sedang dan 3,4% mengalami depresi berat.

Sementara itu, di daerah NTT penelitian mengenai topik kesehatan mental dan strategi coping stres pada mahasiswa masih sangat minim. Sehingga dengan adanya

penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kesehatan mental mahasiswa NTT dan cara mereka menanganinya di tengah pandemi Covid-19.

METODE

Responden Penelitian. Penelitian ini dilakukan di Kota Kupang, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Dengan semakin meningkatnya kasus Covid-19 di NTT sebagaimana dilansir dari antaranews.com per 10 Februari dengan jumlah kasus mencapai 6.761 orang tersebar di 21 Kabupaten/Kota di NTT. Maka pemerintah mengambil sebuah upaya sebagai bentuk kepatuhan terhadap protokol kesehatan dengan menerapkan sistem perkuliahan daring bagi setiap perguruan tinggi. Perkuliahan daring ini membuat mahasiswa harus cepat beradaptasi. Peningkatan angka Covid-19 menuntut mahasiswa harus belajar daring lebih lama lagi. Namun perkuliahan secara daring ini sangat berpengaruh pada kondisi kesehatan mental mahasiswa di Nusa Tenggara Timur. Partisipan dalam penelitian ini adalah 15 orang mahasiswa dengan rentang usia 18-21 tahun, yang terdiri dari 4 partisipan laki-laki dan 11 partisipan perempuan. Partisipan dalam penelitian ini direkrut dengan metode *convenience sampling* dengan dua kriteria utama, yaitu: (1) Harus berdomisili di Nusa Tenggara timur, (2) Mahasiswa aktif di salah satu Perguruan Tinggi.

Tabel 1 Tabel Demografi Partisipan

Samaran	Usia	P/L	Program Studi	PT
Vary	18	P	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Lia	21	P	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Dita	19	P	Budaya Perairan	Univ.Nusa Cendana
Mira	19	L	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Ryan	18	L	Teknik Sipil	Univ.Nusa Cendana
Naura	19	P	Farmasi	Poltekkes
Amar	18	L	Biologi	Univ.Nusa Cendana
Mei	18	P	Ilmu Komunikasi	Univ.Nusa Cendana
Marko	19	L	Ilmu Kesehatan Masyarakat	Univ.Nusa Cendana
Dina	19	P	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Arin	18	P	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Anggun	19	P	Psikologi	Univ.Nusa Cendana
Anya	18	P	Teknik Informatika	Univ.Nusa Cendana

Kirana 18 P Administrasi Negara Univ.Nusa Cendana

Igor 21 L Matematika Univ.Nusa Cendana

Desain penelitian. Penelitian ini merupakan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif bertujuan untuk memperoleh gambaran umum dari latar belakang penelitian. Pendekatan ini efektif karena memberi informasi dari subjek penelitian misalnya perilaku, sikap, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain (Moleong 2011:6).

Instrumen Penelitian. Metode pengumpulan data yang dipilih dalam penelitian ini yaitu wawancara. Wawancara tidak terstruktur dilakukan dengan dengan pertanyaan - pertanyaan utama yang meliputi : Bagaimana keadaan kesehatan mental anda? Kapan dan mengapa anda merasa mengalami stres, cemas atau masalah mental lain? Bagaimana anda mengatasi stres tersebut. Peneliti fokus pada apa yang dirasakan dan dialami oleh partisipan dan meminta mereka untuk mendeskripsikannya dalam Bahasa Indonesia maupun Bahasa Kupang.

Prosedur Penelitian. Sebelum dilakukan wawancara, penulis telah menghubungi setiap calon partisipan terlebih dahulu untuk memastikan kesediaan mereka untuk terlibat dalam penelitian dan menjadwalkan waktu wawancara. Wawancara

dilakukan pada tanggal 8 Februari 2020. Dengan pertimbangan protokol kesehatan yang harus dipatuhi selama pandemi, maka wawancara yang dilakukan secara virtual melalui aplikasi chat WhatsApp, telepon dan zoom meeting. Demi keamanan dan keaslian data, penulis menyimpan hasil wawancara dalam bentuk rekaman telepon dan zoom serta bukti tangkapan layar chat WhatsApp.

Analisis Data. Data-data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik (Clarke & Braun, 2013). Peneliti mengawalinya dengan membaca transkrip 15 hasil wawancara. Selanjutnya dilakukan pemberian kode pada transkip tersebut. Peneliti kemudian mengembangkan tema - tema dari kode yang telah dibuat. Tema-tema tersebut ditinjau kembali untuk dengan melihat relevansinya dengan data hasil wawancara. Proses terakhir yaitu memilih kutipan partisipan yang sesuai dan dapat merepresentasikan tema-tema.

HASIL

Berdasarkan hasil wawancara terhadap partisipan, maka diperoleh beberapa tema sebagai berikut.

Sumber Stres pada Mahasiswa. Perubahan-perubahan yang dialami mahasiswa karena situasi pandemi baik dari sistem pembelajaran maupun lingkungan berdampak pada munculnya stres maupun masalah mental lainnya pada mahasiswa. Faktor-faktor utama yang menjadi stress mahasiswa NTT selama pandemi yaitu kuliah

daring, keluarga dan bahaya Covid-19.

Kuliah Daring. Ketika perkuliahan daring oleh Pemerintah dijadikan solusi untuk para mahasiswa Indonesia agar tetap dapat belajar, banyak sekali perubahan-perubahan yang dirasakan mahasiswa, terkhususnya bagi mahasiswa baru yang belum familiar dengan cara belajar di perguruan tinggi. Kebanyakan partisipan menjawab mereka merasakan shock di awal karena tidak terbiasa namun karena dituntut keadaan, mereka mau tidak mau harus segera menyesuaikan diri. Seperti yang diungkapkan Anya,

“Teman-teman saya di kelas sudah mulai bisa berteman satu sama lainnya meskipun online membuat saya sedikit kepikiran karena belum memiliki teman” (wawancara Anya)

Proses sosialisasi dengan lingkungan baru yang lazimnya dilakukan dengan pertemuan fisik tidak terjadi, maka para mahasiswa baru harus beradaptasi dengan berkenalan secara online dengan mahasiswa lainnya agar memiliki teman.

Proses perkuliahan daring juga mengharuskan untuk mahasiswa mempunyai kuota internet yang cukup juga koneksi yang bagus agar dapat mengikuti perkuliahan dengan baik. Beberapa partisipan mengeluh dengan hal ini, karena lokasi rumah mereka yang kurang strategis sehingga harus berpindah menumpang ke rumah tetangga ataupun pergi ke depan gang untuk memperoleh koneksi internet yang stabil. Hal ini berdampak pada akademik mahasiswa.

Seperti yang diungkapkan Kirana yang harus menumpang ke rumah tetangganya yang memiliki wifi karena kuota internetnya sudah tidak cukup dan ekonomi orang tua sedang tidak mendukung.

“ Saya merasa ketika kuliah dan selesai berkuliah dan pulang ke rumah, saya merasa ingin mengulang waktu karena ketika kuliah dengan perasaan tidak nyaman saya cenderung diam dan tidak menjawab pertanyaan dosen padahal saya bisa menjawab pertanyaan tersebut. Hasilnya nilai yang saya terima dari dosen membuat saya sedikit kecewa. ” (wawancara Kirana)

Partisipan lainnya juga mengungkapkan bahwa perkuliahan dari ini membuat mereka sangat lelah karena banyaknya tugas-tugas yang diberikan dosen dan deadline pengumpulan yang relatif singkat tidak seperti saat kuliah tatap muka. Anggun mengungkapkan,

“ Saat deadline saya akan bekerja keras sampai lupa me time, lupa istirahat bahkan lupa makan dan minum yang akhirnya juga berdampak kepada kesehatan fisik maupun mental saya” (wawancara Anggun)

Keluarga. Selama masa pandemi hampir semua anggota keluarga harus bekerja dan belajar dari rumah. Hal ini pun juga bisa menjadi pemicu stres dan tekanan bagi mahasiswa. Dalam kutipan wawancara dengan Dita, ia mengaku masalah dalam rumah adalah faktor utama yang memicu stres yang dialaminya.

“Masalah dalam rumah itu faktor paling utama yang membuat saya stres, saya sonde (tidak) tahan liat bapa dan mama bakalai (berkelahi), terus tambah le saya punya kakak dua punya keadaan, belum

lagi saya kasian dengan saya pu (punya) mama yang harus banting tulang tiap hari buat kue. ” (wawancara Dita)

Pertengkaran orang tua dan suasana rumah yang tidak kondusif berdampak pada tugas-tugas perkuliahan mahasiswa yang terbengkalai dan tidak fokus mengikuti kuliah. Dina mengungkapkan pernyataan yang sesuai dengan hal tersebut :

“Disaat ada problem dengan orang tua atau di saat orang tua sedang berantem, sumber kecemasan utama saya adalah ketika tidak punya cukup waktu untuk mengerjakan tugas. Jujur itu karena dampak stres akibat keadaan rumah.” (wawancara Dina)

Ketakutan akan bahaya Covid-19. Sudah hampir satu tahun, pandemi ini berlangsung namun kecemasan dan ketakutan mahasiswa akan virus ini terus ada. *“Kalau ada rasa demam atau batuk sedikit su cemas, aduh ini kenapa? Kadang kalau dengan keluarga ada sakit jadi stres sendiri begitu”* Begitu kutipan dari Ryan. Kecemasan dan kekhawatiran ini muncul baik bagi diri sendiri maupun untuk orang-orang terdekat.

Emotion focused Coping. Stres yang sedang dialami oleh mahasiswa akibat faktor-faktor di atas dapat diatasi, dikurangi efek negatifnya dengan melakukan strategi-strategi yang dapat memanajemen stres atau disebut *coping stress strategies*. Berdasarkan hasil wawancara kepada 15 partisipan ditemukan bahwa mereka mengatasi stres dengan kegiatan spiritual, minat/interest mereka, berpikir positif, dan bercerita kepada teman maupun keluarga.

Keempat hal ini penulis kategorikan sebagai *emotion focused coping* karena partisipan cenderung fokus pada mengatur respons emosional karena dibanding berusaha mengubah situasi yang membuat stres. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang stressful, individu akan cenderung untuk mengatur emosinya (Lazarus dan Folkman dalam Muslim, 2020).

Spiritual. Dita dan Naura merasa bahwa melakukan kegiatan spiritual seperti berdoa merupakan hal yang ampuh dalam menghadapi rasa stres, kecemasan, dan ketakutan yang menghantui mereka selama masa pandemic. seperti yang diutarakan salah satu partisipan,yaitu Naura:

“untuk menangani stres atau cemas, kalau sudah terlalu toksik dan bikin beta takut berlebihan,yah..beta atasi dengan berdoa, itu solusi terbaik”
(wawancara Naura)

Berpikir Positif. Vary, Lia,dan Arin mereka dalam menghadapi situasi pandemic memiliki strategi coping stres dengan berpikir positif. Mereka berusaha untuk mengendalikan diri dan pikiran dengan memberikan sugesti-sugesti kearah yang lebih baik dengan tetap menjaga pikiran mereka. Ryan, Mei, Marko, dan Anggun mereka lebih merasa perlu mengendalikan diri agar apa yang menjadi sumber stres seperti tugas yang sebaiknya tidak ditunda-tunda dan menghindari hal-hal yang akan menimbulkan suatu permasalahan dan akan membuat beban pikiran mereka

bertambah. Seperti yang diutarakan oleh Arin:

“Saya sih selalu berpikir positif, karena saya banyak baca buku jadi saya lebih memahami situasi tertentu” (wawancara Arin)

Minat/ Hobi. Dita, Mira, Dina, dan Kirana mereka merasa dengan aktivitas menonton dapat membuat pikiran negatif mereka teralihkan dan meningkatkan mood mereka menjadi lebih baik Dita dan Dina kegiatan menonton merupakan kegiatan tambahan untuk menghadapi rasa stres. Mira dan Kirana mereka lebih merasa dengan nonton drakor atau video idola akan menekan rasa stres mereka. Anya menghadapi rasa stresnya dengan bermain slime baginya ini sangat ampuh.

“ Ketika saya sudah berada dititik tercemas atau stres, saya lebih memilih menonton BTS, NCT, atau bermain dengan anak anjing saya”
(wawancara Kirana)

Dukungan sosial emosional dari teman/ keluarga. Amar dan Dina mereka lebih merasa bahwa curhat dapat mengurangi rasa stres yang ada di diri mereka dengan berbagi cerita kepada orang tua, saudara, dan pacar tentang situasi yang menyudutkan mereka dengan begitu mereka merasa lebih baik. Dan bagi Igor, ia dapat menghadapi stres ini dengan atau berkat dukungan dari keluarga.

“kalau kesehatan mental menurun beta biasanya curhat begitu...biasanya yang paling efektif tu kalau curhat.” (wawancara Amar)

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa kesehatan mental mahasiswa di NTT dipengaruhi oleh sistem perkuliahan daring, faktor keadaan keluarga, dan pandemi Covid-19. Hal ini bisa dilihat dari hasil wawancara dengan ke 15 partisipan yang merupakan mahasiswa aktif di perguruan tinggi di Nusa Tenggara Timur. Ke 15 partisipan ini juga memiliki cara yang berbeda-beda dalam menangani rasa cemas dan stres sesuai dengan keefektifan strategi coping tersebut, ada yang dengan melakukan kegiatan spiritual, curhat, melakukan aktivitas menonton, bermain, dan sebagainya. Untuk itu peran universitas, keluarga, dan pemerintah harus mengambil bagian dalam memberikan tanggapan terhadap kesehatan mental mahasiswa yang juga berjuang dalam pandemi Covid-19.

Penelitian ini juga diharapkan dapat digunakan untuk penelitian-penelitian lanjutan dan bahan acuan menyangkut kesehatan mental mahasiswa selama pandemi Covid-19, serta bagaimana mahasiswa mampu bertahan di tengah pandemi ini.

DISKUSI

Dalam penelitian ini ditemukan beberapa tema kunci yang menggambarkan bagaimana kesehatan mental mahasiswa NTT selama masa pandemi. Kondisi kesehatan mental mereka terkait erat dengan proses beradaptasi dengan perubahan gaya hidup akibat pandemi. Ada yang cepat beradaptasi namun ada juga yang lambat karena beberapa faktor yang dijelaskan dalam

tema selanjutnya.

Selama pandemi mahasiswa mengaku sering mengalami stress. Berdasarkan laporan Ikatan Psikolog Klinis (IPK) Indonesia yang dihimpun dari Maret-Agustus 2020 diketahui bahwa masalah psikologis yang paling banyak dialami masyarakat Indonesia selama pandemi adalah hambatan belajar yaitu sebesar 25,8%.

Proses pembelajaran dari tatap muka berpindah seluruhnya menjadi daring dalam waktu singkat ini membuat sistem pembelajaran itu sendiri kurang. Faktanya masih banyak daerah di NTT khususnya desa-desa yang belum tersentuh jaringan Internet bahkan listrik. Hal ini menjadi kendala pembelajaran online (Mi, 2019). Ketersediaan biaya kuota data internet juga menjadi kendala juga dalam proses pembelajaran kuliah online. Menurut mahasiswa pembelajaran dengan konvensi video menghabiskan kuota yang sangat banyak (Firman & Sari, 2020). Meskipun sudah ada kuota belajar dari pemerintah namun nyatanya sebagian besar mahasiswa di NTT belum menerima bantuan tersebut. Dalam proses perkuliahan online banyak mahasiswa kesulitan memahami materi karena banyak bacaan yang tidak dipahami dan membutuhkan dosen dalam menjelaskan materi.

Hambatan-hambatan tersebut menyumbang stres terbanyak pada mahasiswa. Seperti disebutkan dalam penelitian Ardina dan Kusumawati (2020) stres yang dialami mahasiswa ini disebut dengan stres akademik. Selain itu,

karena harus belajar dari rumah, keluarga pun turut menyumbang pengaruh dalam kesehatan mental mahasiswa. Kondisi rumah tidak kondusif, seperti perkelahian orang tua, kakak atau adik yang mengganggu dan lingkungan yang bising dapat berdampak pada terganggunya konsentrasi mahasiswa saat belajar. Prestasi akademik mahasiswa pun ikut turun.

Jumlah kasus positif Covid-19 di NTT yang semakin naik akhir-akhir ini juga menambah kecemasan masyarakat termasuk mahasiswa. Selain stres akademik, mereka juga mengalami kecemasan tertular virus. Mahasiswa mencemaskan keselamatan diri mereka maupun keluarga dan orang terdekat. Penelitian oleh Son, dkk (2020) menemukan bahwa hampir 91% partisipan mahasiswa di Amerika mengalami peningkatan pada level kecemasan dan ketakutan akan kesehatan mereka maupun orang yang disayangi.

Pada dasarnya, individu akan melakukan berbagai usaha untuk menguasai, meredakan, atau menghilangkan berbagai tekanan tidak menyenangkan yang dialaminya, atau yang dikenal dengan istilah strategi *coping*. *coping* adalah sebuah usaha yang dilakukan individu untuk melindungi dirinya dari tekanan-tekanan psikologis atas kehadiran sumber stres (*stressor*), melalui sumber daya pribadi dapat membantu individu terlepas dari kesulitan-kesulitan hidup.

Menurut Lazarus dan Folkman (Muslim, 2020) terdapat dua *coping stres*, yaitu: *Emotion focused coping* dan *Problem focused coping*. Dengan *emotion focused coping*, individu akan

berusaha untuk mengatur respons emosionalnya terhadap stres yang dialami. Sedangkan pada *problem focused coping*, individu akan menghadapi sumber stres dengan mempelajari keterampilan – keterampilan baru.

Berdasarkan hasil wawancara ditemukan bahwa hampir semua mahasiswa menggunakan *emotion focused coping* sebagai strategi coping mereka. Mahasiswa lebih memberikan perhatiannya terhadap perbaikan-perasaan perasaan dibanding dengan penyelesaian dari masalah penyebab stres.

Mahasiswa mengaku mereka mendapatkan ketenangan lewat kegiatan spiritual seperti berdoa. Telah banyak penelitian yang membuktikan bahwa agama / spiritual berpengaruh terhadap kesehatan mental. Spiritualitas mengajari manusia untuk melihat situasi negatif dari sisi kebermaknaan dan tujuannya. Sehingga secara psikologis mereka merasa lebih positif. Hal ini berdampak pada meningkatnya kesehatan mental (Koenig, 2012). Selain secara spiritual, mahasiswa juga memiliki strategi coping dengan melakukan minat/ hobi mereka dan mencari dukungan sosial emosional dengan bercerita kepada orang terdekat atau keluarga.

Penemuan bahwa mahasiswa cenderung menggunakan strategi *emotion focused coping* juga ditunjukkan ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Hanifah, dkk bahwa sebanyak 61,9% mahasiswa Indonesia di salah satu universitas di Indonesia menerapkan *emotion-focused*

coping dalam mengatasi stres.

Penelitian ini lebih fokus menyorot pada kesehatan mental mahasiswa dan *coping stress* mereka yang masih sangat minim dibahas. Relevansi penelitian ini dengan perbaikan kesehatan mental mahasiswa adalah mahasiswa bisa lebih sadar jika kondisi kesehatan mental juga perlu diperhatikan. Tidak hanya kesehatan fisik yang menjadi perhatian di kala pandemi

namun juga kesehatan mental merupakan hal yang tidak bisa disepulekan.

Perlu perhatian lebih terkait kesehatan mental agar mahasiswa bisa mengatasi tekanan dan stres yang dialami sebelum berdampak lebih buruk pada kesehatan mental mereka. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memahami strategi agar mampu memanajemen stres atau disebut *coping stress strategies*. Lalu dengan pengenalan akan sumber tekanan yang bisa berdampak pada kondisi kesehatan mental mereka sehingga meminimalisir dampak yang berakibat buruk pada kesehatan mental mahasiswa.

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu pemilihan teknik sampling yaitu *convenience sampling* di mana sangat rawan terhadap timbulnya bias. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dan observasi secara online mengingat masih dalam kondisi pandemi. Metode yang digunakan juga merupakan metode kualitatif yang dimana penelitian ini tidak bisa direplikasi pada lokasi atau situasi lain.

Penulis memberikan saran praktis

terhadap pengembangan kesehatan mental mahasiswa di NTT yaitu dengan diadakannya layanan konseling online untuk mereka yang membutuhkan wadah untuk *sharing*. Dengan adanya layanan konseling ini diharapkan nantinya agar para mahasiswa yang membutuhkan tempat untuk konseling bisa dilakukan meski dalam kondisi pandemi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiana, Funsu., & Kumumawati, Estri. (2020). *Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Stres Akademik Mahasiswa selama Pandemi Covid-19*. *Jurnal Psikologi*, 16 (2). Retrieved from <http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.9221>
- Arif, Ahmad. (2021, 4 Februari). *Kasus Covid-19 Global Turun, Indonesia Justru Naik*. *Kompas id*. Retrieved from <https://www.kompas.id/baca/ilmupen/getahuanteknologi/2021/02/04/kasus-Covid-19-global-turun-indonesia-justru-naik/>
- Braun V, Clarke V. (2006). *Using thematic analysis in psychology: Qualitative research in psychology Journal*, 3(2), 77- 101.
- Cavanaugh, Gina. (2016). *College Student Development and Emerging Adulthood*. Honors Theses. 2710. Retrieved from https://scholarworks.wmich.edu/honors_theses/2710
- Firman, Sari. R.R. (2020). *Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19*. *Indonesian Journal of Education Science*, 02(2). Retrieved from <https://ojs.unsulbar.ac.id/index.php/ije>

s/article/view/659

- Fitria, Putri Ayu., & Saputra, Desma Yuliadi. (2020). *Dampak Pembelajaran Daring terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa Semester Awal*. *Jurnal Kesehatan Nasional*, 4 (2), 60-66.
- Hanifah, Nezha., Lutfia, Hany., Ramadhia, Ulfah., Purna, Rozi Sastra. (2020). *Strategi Coping Stres saat Kuliah Daring pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Andalas*. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 15 (1), 29-43.
- Hasanah, Uswatun., Fitri, Nuri Luthfiati., Supiardi., & PH, Livana. (2020). *Depresi pada Mahasiswa selama Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8 (4), 421-424.
- Kartika, R. (2020) . *Analisis Faktor Munculnya Gejala Stres Pada Mahasiswa Akibat Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19*. Diunduh dari <https://psyarxiv.com/nqesb/download/?format=pdf>
- Kecojevic, A., Basch, CH., Sullivan, M., & Davi, NK. (2020). *The impact of the Covid-19 epidemic on mental health of undergraduate students in New Jersey, cross-sectional study*. *PLoS ONE*, 15(9):e0239696. doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239696>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *COVID.19 per 10 Februari*. INFEKSI EMERGING. Retrieved from <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/dashboard/Covid-19>
- Koenig, H. G. (2012). *Religion, spirituality, and health: the research and clinical implications*. ISRN psychiatry, 278730.
- Kurniati, Pythag. (2020). *UPDATE Covid-19 di Jatim,DIY,Bali,NTT, NTB,Kalbar dan Kalsel*. Kompas.com. Retrieved from <https://regional.kompas.com/read/2021/0>

2/10/17430831/update-Covid-19-di-jatim-diy-bali-ntt-ntb-kalbar-dan-kalsel-10-februari-2021?amp=1&page=2

- Muslim, M. (2020). *Manajemen stres pada masa pandemi Covid-19*. ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis, 23(2), 192-201. Retrieved from <https://ibn.ejournal.id/index.php/ESENSI/article/view/205>
- Nurul. A. G, Riswan. E, Lisya. C. (2020). *Hubungan Sistem Pembelajaran Daring dengan Kesehatan Mental Mahasiswa di Era Covid-19 Menggunakan Chi-Square Text dan Dependency Degree*. Seminar Nasional Teknologi Informasi, Komunikasi dan Industri Fakultas Sains dan Teknologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau, 600-607. Retrieved from <http://ejournal.uinsuska.ac.id/index.php/SNTIKI/article/view/11197>
- Pertana, Pradito Rida. (2020). *Syarat Ketat Lockdown, RI Sanggup Nggak?*. Detik.com. Retrieved from <https://finance.detik.com/beritaekonomi-bisnis/d-4943608/syarat-ketat-lockdown-ri-sanggup-nggak>
- Pranita, Ellyvon. (2020). *Diumumkan Awal Maret, Ahli: Virus Corona Masuk Indonesia dari Januari*. Kompas.com. Retrieved from <https://amp.kompas.com/sains/read/2020/05/11/130600623/diumumkan-awalmaret-ahli--virus-corona-masukindonesia-dari-januari>
- Ririn. P. N. (2020). *Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19*. Jurnal Ilmiah Universitas Balanghari, 20(2).
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). *Effects of Covid 19 on College Students Mental Health in the US: An Interview-survey Study*. Journal of Medical Internet Research, 22 (9).
- Tim. (2020, 15 Oktober) . *6 Masalah Psikologis Tertinggi di Indonesia selama Pandemi*. CNN Indonesia. Retrieved from <https://www.cnnindonesia.com/health/20201015144033-10-44333/6-masalah-psikologis-tertinggi-di-indonesia-selama-pandemi>

- <https://www.cnnindonesia.com/gayahidup/20201014200641-255-558505/6-masalah-psikologis-tertinggi-diindonesia-selama-pandemi>
- Tokan, Bernadus. (2021, 10 Februari). *Bumi Flobamora Bergulat Melawan Pandemi Covid-19*. *Antaranews.com*. Retrieved from <https://m.antaranews.com/berita/1992060/bumi-flobamora-bergulat-melawanpandemi-Covid-19>
- World Health Organization (WHO). (2018, 30 Maret). *Mental Health : Strengthening Our Response*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-healthstrengthening-our-response>
- World Health Organization (WHO). (2003). *Kesehatan Mental dalam Kedaruratan*. Retrieved from https://www.who.int/mental_health/resources/mental_health_in_emergencies_baha_sa
- World Health Organization (WHO). (2021, 18 Januari). *Adolescent and Young Adult Health*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescentshealth-risks-and-solutions>

Regulasi Emosi Mahasiswa Pada Masa Pandemi COVID-19

Emotion Regulation in University Student during The COVID - 19 Pandemic

**AINURROHMAH¹, AYU NUR JANNAH², CORNELLIA BRIGGITA STELLA ANDREA³,
RAFFIUDDIN AZZAHIR⁴, SUHADIANTO⁵, ALIFFIA ANANTA⁶**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: ¹ainurrrhmh.psikologi@gmail.com

Abstrak. Kegiatan pembelajaran di Perguruan Tinggi yang dilaksanakan secara daring selama pandemi COVID-19 tentu memiliki banyak kekurangan. Banyak kendala yang dialami oleh mahasiswa dalam proses kegiatan pembelajaran secara daring, seperti kendala jaringan internet yang lemah, laptop yang kurang support untuk kegiatan online, kegiatan belajar yang monoton, dan pemasalahan-permasalahan lainnya. Kondisi tersebut menuntut kemampuan mahasiswa dalam meregulasi emosinya agar bisa tetap tenang dalam menghadapi setiap kendala dalam proses kegiatan belajar mengajar. Jika mahasiswa tidak mampu meregulasi emosinya maka akan berpengaruh terhadap prestasi akademik. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi bagaimana regulasi emosi mahasiswa selama pandemi COVID-19. Partisipan penelitian adalah 326 Mahasiswa Perguruan Tinggi di Indonesia yang diambil menggunakan teknik *convenience sampling*. Data penelitian diambil menggunakan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang diadaptasi dari Gross dan John (2003). ERQ versi bahasa Indonesia memiliki reliabilitas sebesar $\alpha=0,80$. Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan program JASP. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 56,13% partisipan memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang. Implikasi penelitian akan didiskusikan.

Kata kunci: Mahasiswa, Pandemi COVID-19, Regulasi Emosi.

Abstract. Learning activities in Universities that are carried out online during the COVID-19 pandemic certainly have many shortcomings. Many obstacles are experienced by students in the process of online learning activities, such as weak internet network constraints, laptops that lack support for online activities, monotonous learning activities, and other problems. This condition demands the ability of students to regulate their emotions so that they can remain calm in the face of every obstacle in the process of teaching and learning activities. If students are not able to regulate their emotions, it will affect academic achievement. This study aims to identify how student emotion regulation is during the COVID-19 pandemic. The research participants were 326 university students in Indonesia who were taken using the convenience sampling technique. The research data was taken using the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) which was adapted from Gross and John (2003). The Indonesian version of ERQ has a reliability of $\alpha= 0.80$. The research data were analyzed using descriptive statistics with the help of JASP. The results showed as many as 56.13% of participants had emotion regulation in the moderate category. Research implications will be discussed.

Key words: COVID-19 Pandemic, Emotion Regulation, University Student.

PENDAHULUAN

Selama kurang lebih satu setengah tahun ini, fenomena *Coronavirus Disease-2019* (COVID-19) sudah tidak asing lagi ditelinga kita. Sejak kasus pertama ditemukan di Indonesia pada tanggal 2 Maret 2020 peningkatan kasus positif terus terjadi, per tanggal 27 Juli 2021 jumlah kasus positif COVID-19 sebanyak 3.239.936 orang, kasus sembuh sebanyak 2.596.820 orang dan kasus meninggal sebanyak 86.835 orang (Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 Indonesia, 2021).

Kasus COVID-19 yang terus meningkat mendorong Pemerintah Indonesia membuat kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Melalui Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 tahun 2020 tertanggal 3 April 2020, Pemerintah menetapkan kebijakan PSBB yang mengharuskan setiap orang untuk mengurangi aktivitas di luar rumah (Fahriyani, dkk., 2020).

Kebijakan PSBB yang ditetapkan oleh Pemerintah menyebabkan terjadinya perubahan dalam berbagai sektor yang tidak terbatas pada sektor ekonomi, pariwisata, sosial dan pendidikan. Pada sektor pendidikan kegiatan pembelajaran yang pada awalnya dilakukan secara tatap muka langsung, sekarang seluruhnya menggunakan media elektronik dan internet (Napitupulu, 2020).

Perubahan metode pembelajaran dari tatap muka langsung menjadi pembelajaran dalam jaringan (daring), secara resmi telah ditetapkan melalui Surat Edaran Menteri Pendidikan dan

Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 4 tahun 2020, tertanggal 24 Maret 2020 (Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, 2020). Mulai saat itu para pengajar mulai menggunakan berbagai media seperti *WhatsApp*, *Google Classroom*, *Zoom Meeting*, *Google Meet*, dan aplikasi-aplikasi lainnya dalam kegiatan belajar mengajar (Rosali, 2020).

Kegiatan belajar mengajar yang tiba-tiba berubah secara daring menyebabkan sebagian mahasiswa mengalami kebingungan, kebingungan mahasiswa dalam menjalankan kegiatan belajar secara daring disertai dengan banyaknya tugas yang diterima menyebabkan mahasiswa memiliki kecemasan yang tinggi (Hasanah 2020).

Perubahan kegiatan belajar mengajar dari tatap muka langsung menjadi secara daring memang menyebabkan mahasiswa menjadi tertekan dan memicu terjadinya stres akademik (Rachmawati & Cahyanti, 2021). Studi yang ada melaporkan sebanyak 82% mahasiswa mengalami kekhawatiran terkait performa akademik selama pandemi dan 38% mahasiswa merasa peralihan pembelajaran menjadi daring adalah tantangan terbesar mereka (Son, dkk. 2020).

Kondisi stres akademik yang dialami oleh mahasiswa akibat penggunaan metode pembelajaran secara daring akan berdampak pada performa akademik mahasiswa dan menyebabkan menurunnya prestasi akademik. Jika kondisi ini dibiarkan dapat menyebabkan mahasiswa kehilangan harga diri, dan putus asa (Lin & Chen, 2009; Rachmawati & Cahyanti, 2021).

Sejalan dengan temuan Lin dan Chen, menurut survei yang dilakukan Syamsurijal dan Sarwan (2021) mendapatkan hasil bahwa pelaksanaan pembelajaran secara daring pada masa pandemic COVID-19 mengakibatkan kondisi psikologis mahasiswa menjadi stres, resah, cemas, bosan dan pusing. Banyaknya tekanan dalam pelaksanaan pembelajaran daring tersebut mengharuskan mahasiswa memiliki regulasi emosi yang tinggi.

Regulasi emosi adalah proses penilaian individu secara sadar ditandai dengan adanya pemikiran dan perilaku individu yang dirasakan dalam menggunakan emosi-emosi yang ada untuk mengevaluasi emosi yang dirasakan dalam mengurangi dampak emosi negatif (Gross & John, 2003; Musslifah, 2018; Febrayosi, 2019; Safitri & Jannah, 2020; Syahadat, 2013). Menurut Gross, ada dua strategi regulasi emosi, yakni: 1) *cognitive reappraisal*, yaitu strategi regulasi emosi yang diaplikasikan dengan cara mengubah cara berpikir atau cara menilai sesuatu secara positif dalam memaknai suatu kondisi yang dapat memicu timbulnya emosi. 2) *expressive suppression*, yaitu strategi regulasi yang diaplikasikan dengan cara mengurangi ekspresi emosi yang cenderung berlebihan, baik itu ekspresi wajah, intonasi suara, ataupun perilaku.

Mahasiswa yang memiliki regulasi emosi tinggi akan mampu mengubah cara berpikir dan mampu memberikan penilaian secara positif terhadap pelaksanaan pembelajaran daring. Kemampuan dalam mengubah cara berpikir dan memberikan penilaian ini sangat diperlukan mengingat pelaksanaan pembelajaran secara

daring yang ada di Indonesia masih banyak persoalan dan kendala (Aryansah & Sari, 2021).

Sebelum ini telah banyak penelitian yang melaporkan adanya dampak positif dari regulasi emosi: (1) regulasi emosi dapat meningkatkan resiliensi peserta didik dalam proses kegiatan belajar mengajar (Sukmaningpraja & Santhoso, 2016); (2) regulasi emosi dapat menurunkan stres akademik (Kadi, dkk., 2020); (3) regulasi emosi dapat meningkatkan harga diri peserta didik (Murifah, dkk., 2019); (4) regulasi emosi dapat meningkatkan prestasi akademik (Inayati, 2017); dan masih banyak temuan-temuan lainnya.

Berdasar argumentasi ilmiah yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti memandang penting untuk mengidentifikasi regulasi emosi mahasiswa selama pandemi COVID-19. Selain masih sedikitnya penelitian tentang regulasi emosi mahasiswa pada masa pandemi COVID-19, penelitian ini sangat penting dilakukan agar diperoleh gambaran bagaimana regulasi emosi pada mahasiswa.

Gambaran bagaimana regulasi mahasiswa diperlukan sebagai dasar dalam menentukan langkah selanjutnya, mengingat regulasi emosi yang rendah dapat menyebabkan kurang bisa berkonsentrasi, rendahnya perhatian, menurunnya minat dalam mengikuti perkuliahan, bahkan bisa berdampak pada perilaku yang kurang baik seperti tidak mengikuti perkuliahan dan tidak mengumpulkan tugas (Aryansah & Sari, 2021).

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: (1) bagaimana regulasi emosi mahasiswa pada masa pandemi COVID-19?; (2) apakah ada perbedaan regulasi emosi ditinjau dari status

Perguruan Tinggi?; (3) apakah ada perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin?

METODE PENELITIAN

Responden Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah 326 mahasiswa dari berbagai Perguruan Tinggi di Indonesia. Sebanyak 326 partisipan tersebut diambil menggunakan teknik *convenience sampling*. Teknik ini dipilih mengingat situasi pandemi COVID-19 yang tidak memungkinkan peneliti menggunakan teknik random sampling. Secara teknis peneliti menyusun alat ukur dalam *google form* kemudian peneliti menyebarluaskan *link google form* melalui beberapa platform media sosial seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *LinkedIn* dan *Facebook* untuk memperoleh calon partisipan.

Desain Penelitian

Peneliti memilih menggunakan desain penelitian deskriptif dan komparatif karena selain bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang regulasi emosi mahasiswa pada masa Pandemi COVID-19, penelitian ini juga bertujuan untuk melihat perbedaan regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari status Perguruan Tinggi dan jenis kelamin.

Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang diadaptasi dari Gross dan John (2003). Skala ERQ versi asli memiliki 10 item yang terbagi ke dalam aspek

cognitive reappraisal dan *expressive suppression*.

Proses adaptasi dilakukan peneliti menggunakan teknik penerjemahan ulang dari bahasa Inggris ke Indonesia, kemudian dari Bahasa Indonesia ke Bahasa Inggris. Selain itu peneliti juga meminta penilaian hasil terjemahan kepada kolega yang memiliki kemampuan baik dalam bahasa Inggris.

Setelah melalui proses penerjemahan, skala ERQ kemudian diuji coba secara terpakai kepada 326 partisipan. Skala ERQ disajikan menggunakan empat pilihan jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Sejuta dan Sangat Tidak Setuju. Contoh pertanyaan skala ini seperti “Saya menyimpan emosi saya untuk diri saya sendiri”. Hasil uji validitas konstruk diperoleh sembilan item yang dapat digunakan dengan skor indeks diskriminasi 0,26-0,591 dan memiliki reliabilitas sebesar $\alpha=0,80$.

Prosedur Penelitian

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juli sampai dengan 26 Juli 2021. Pengambilan data penelitian dilakukan secara daring melalui berbagai platform media sosial seperti *Instagram*, *WhatsApp*, *LinkedIn* dan *Facebook*.

Guna memenuhi etika dalam penelitian, sebelum mengisi skala ERQ calon partisipan terlebih dahulu diminta mengisi *informed consent* sebagai bukti bahwa calon partisipan telah bersedia. Kepada partisipan juga diinformasikan bahwa beberapa partisipan yang terpilih akan mendapatkan pulsa atau *GoPay* senilai lima

puluhan ribu rupiah.

Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan uji *independent samples t-test* dengan bantuan program JASP versi 0.14.10. Statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran regulasi emosi mahasiswa dalam bentuk frekuensi dan persentase, sedangkan uji *independent samples t-test* digunakan untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi ditinjau dari status Perguruan Tinggi dan jenis kelamin.

HASIL

Data Demografi Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa program Diploma, Sarjana dan Pascasarjana dari berbagai Perguruan Tinggi Negeri maupun Swasta di Indonesia. Secara detail dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Data Demografi Partisipan

Jenis Kelamin	Laki-Laki	99	326
	Perempuan	227	
Jenjang Program	Diploma	24	
	S1	279	326
	S2	15	
	S3	8	
Perguruan Tinggi	Negeri	98	326
	Swasta	228	

Analisis Deskriptif

Hasil analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan program JASP sebagaimana disajikan pada tabel 2, menunjukkan

sebanyak 56,13% partisipan memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang, sebanyak 26,07% dalam kategori tinggi dan sebanyak 4,60% dalam kategori sangat tinggi. Jika persentase regulasi emosi partisipan penelitian mulai dari kategori sedang sampai dengan sangat tinggi dijumlahkan maka diperoleh persentase sebesar 86,8%, dengan demikian hanya 11,05% partisipan penelitian yang memiliki regulasi emosi dalam kategori rendah dan 1,53% yang memiliki regulasi emosi dalam kategori sangat rendah.

Tabel 2 Kategori Regulasi Emosi Mahasiswa

Varia bel	Rent ang	Kategori	Frekuensi / Persentase
Regul asi Emosi	>31	Sangat Tinggi	15 / 4,60%
	27-31	Tinggi	85 / 26,07%
	22-26	Sedang	183 / 56,13%
	18-21	Rendah	38 / 11,05%
	<18	Sangat Rendah	5 / 1,53%

Uji Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau Dari Status Perguruan Tinggi

Sebelum melakukan analisis komparatif regulasi emosi mahasiswa pada Perguruan Tinggi Negeri dan Swasta, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas sebaran dan uji homogenitas data sebagai syarat untuk menentukan jenis statistik yang akan digunakan.

Hasil uji normalitas data pada kelompok mahasiswa Negeri diperoleh skor $W=0,963$ dengan signifikansi $p=<0,001$ yang berarti data berdistribusi tidak normal, sedang pada kelompok mahasiswa Swasta diperoleh skor $W=0,982$ dengan signifikansi $p=0,192$ ($p>0,05$) yang berarti sebaran data berdistribusi normal. Adapun hasil uji homogenitas diperoleh skor $F=7,179$ dengan signifikansi sebesar $p=0,008$

($p<0,05$) yang berarti sebaran data tidak homogen atau kedua kelompok tidak memiliki variasi yang sama.

Uji asumsi klasik yang dilakukan menunjukkan data pada kelompok mahasiswa Negeri tidak berdistribusi normal. Selain itu sebaran data pada kedua kelompok juga tidak homogen sehingga analisis data dilakukan menggunakan statistik non parametrik.

Hasil uji beda menggunakan Mann Whitney U Test seperti tersaji pada tabel 3, diperoleh skor $W=13628.500$ dengan signifikansi sebesar $p=0,002$ ($p<0,05$) yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan regulasi emosi antara mahasiswa Negeri dan Swasta.

Tabel 3 Uji Beda Regulasi Emosi Ditinjau Dari Status Perguruan Tinggi

	W	df	p
Regulasi	13628.500		0.002

Sebagaimana tersaji pada tabel 4, rerata skor regulasi emosi pada kelompok mahasiswa Negeri sebesar 23,898 dan rerata skor regulasi emosi pada kelompok mahasiswa Swasta sebesar 25,382.

Tabel 4 Rerata Skor Regulasi Emosi

	Group	N	Mean	SD	SE
Regu lasi	Swa	2	25.	3.5	0.2
	sta	2	382	93	38
		8			
Neg	9	23.	3.1	0.3	
eri	8	898	01	13	

Uji Perbedaan Regulasi Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Sebelum melakukan analisis komparatif

regulasi emosi mahasiswa pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan, peneliti terlebih dahulu melakukan uji normalitas sebaran dan uji homogenitas data sebagai syarat untuk menentukan jenis statistik yang akan digunakan.

Hasil uji normalitas data pada kelompok mahasiswa laki-laki diperoleh skor $W=0,958$ dengan signifikansi $p=0,003$ ($p<0,05$) yang berarti data berdistribusi tidak normal, sedang pada kelompok mahasiswa perempuan diperoleh skor $W=0,972$ dengan signifikansi $p=<0,001$ yang berarti sebaran data berdistribusi tidak normal. Adapun hasil uji homogenitas diperoleh skor $F=0,008$ dengan signifikansi sebesar $p=0,928$ ($p>0,05$) yang berarti sebaran data homogen atau kedua kelompok memiliki variasi yang sama.

Uji asumsi klasik yang dilakukan menunjukkan data pada kedua kelompok bersifat homogen. Namun demikian sebaran data pada kedua kelompok tidak berdistribusi normal sehingga analisis data dilakukan menggunakan statistik non parametrik.

Hasil uji beda menggunakan Mann Whitney U Test seperti tersaji pada tabel 5, diperoleh skor $W=12175.500$ dengan signifikansi sebesar $p=0,228$ ($p>0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan regulasi emosi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan.

Tabel 5 Uji Beda Regulasi Emosi Ditinjau Dari Jenis Kelamin

	W	df	p
Regulasi	12175.500		0.228

Sebagaimana tersaji pada tabel 6, rerata skor

regulasi emosi pada kelompok mahasiswa laki-laki sebesar 25,333 dan rerata skor regulasi emosi pada kelompok mahasiswa perempuan sebesar 24,762.

Tabel 6 Rerata Regulasi Emosi

	Grou p	N	Mean	SD	SE
Regu lasi	LK	9	25.	3.	0.
		9	333	44	34
	PR	2	24.	3.	0.
	PR	2	762	53	23
		7	8	5	

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa (56,13%) memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang, sebanyak 30,67% memiliki regulasi emosi dalam kategori tinggi sampai sangat tinggi, dan sisanya 12,58% memiliki regulasi emosi dalam kategori rendah sampai sangat rendah.

Hasil uji beda menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan regulasi emosi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Namun demikian ditemukan perbedaan yang signifikan regulasi emosi antara mahasiswa di Perguruan Tinggi Negeri dan Swasta, tetapi hasil tersebut masih perlu dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, mengingat sebaran data pada kedua kelompok tidak bersifat homogen.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki regulasi emosi dalam kategori cukup, tidak berarti bahwa upaya untuk meningkatkan regulasi emosi mahasiswa menjadi tidak perlu dilakukan. Dosen di Perguruan Tinggi Negeri dan Swasta harus tetap berupaya mencari strategi untuk mempertahankan dan

meningkatkan regulasi emosi mahasiswa.

DISKUSI

Individu yang memiliki regulasi emosi tinggi ditandai dengan kemampuannya dalam menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi yang tepat untuk mencapai keseimbangan emosional (Gross & John, 2003).

Hasil penelitian ini menunjukkan sebanyak 86,8% mahasiswa memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang sampai dengan sangat tinggi. Sisanya hanya 12,58% mahasiswa yang memiliki regulasi emosi dalam kategori rendah sampai sangat rendah.

Meskipun persentase mahasiswa yang memiliki regulasi emosi tinggi lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang memiliki regulasi emosi rendah, bukan berarti kondisi regulasi emosi mahasiswa Indonesia tidak memerlukan perhatian. Sebab jika kategori sedang dimasukkan kedalam kategori yang membutuhkan perhatian, maka dapat disimpulkan regulasi emosi mahasiswa selama pandemi COVID-19 tetap perlu mendapatkan perhatian.

Temuan dalam penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyebutkan sebanyak 75,53% mahasiswa Program studi PG-PAUD Universitas Palangka Raya memiliki regulasi emosi yang baik selama pembelajaran daring (Rusmaladewi, dkk, 2020). Penelitian lain juga menyebutkan 60% mahasiswa memiliki tingkat regulasi emosi sedang hingga tinggi dan 36% pada kategori rendah hingga sangat rendah

(Kadi, dkk, 2020). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Alfian (2014) juga menunjukkan mahasiswa di suku Banjar dan Jawa memiliki persentase regulasi emosi yang tinggi yakni sebesar 53,3% pada suku Banjar dan 50,8% pada suku Jawa.

Mahasiswa yang menjadi partisipan dalam penelitian ini sebagian besar memiliki regulasi emosi dalam kategori sedang, artinya mereka akan cenderung mampu mengelola dan mengontrol emosi dengan baik, serta mampu menyeimbangkan rasa marah, kecewa, putus asa, dan kecemasan dalam menghadapi berbagai permasalahan atau peristiwa. Mahasiswa yang mampu mengelola emosi dengan baik lebih realistik dan objektif dalam menganalisis permasalahan yang dialami sehingga dapat mendorong mahasiswa untuk menyelesaikan permasalahannya dengan baik (Safaria & Saputra, 2012).

Kondisi regulasi emosi mahasiswa yang secara umum lebih banyak yang berada dalam kategori sedang dan tinggi ini perlu dipertahankan, sebab regulasi emosi yang rendah memiliki dampak yang kurang baik. Mahasiswa dengan tingkat regulasi emosi rendah cenderung kurang mampu mengelola dan mengontrol emosi sehingga mudah marah, sedih, kecewa, sensitif, rendah diri dan mudah tersinggung. Hal tersebut jika dibiarkan pada akhirnya akan berdampak pada kondisi stres dan ketidak stabilan emosi (Rusmaladewi, dkk, 2020).

Regulasi emosi yang baik sangat diperlukan bagi mahasiswa ketika dihadapkan pada situasi sulit, seperti menghadapi kendala-kendala dalam

pembelajaran daring. Mahasiswa dengan regulasi emosi yang tinggi akan mampu mengendalikan diri dan mampu terlibat secara terus menerus dalam perilaku yang searah dengan tujuan pembelajaran. Mahasiswa dengan regulasi emosi yang tinggi memiliki kesadaran dan penerimaan emosional yang terhadap tugas-tugas yang diterima dari dosen. Sebaliknya mahasiswa dengan regulasi emosi rendah kurang memiliki kesadaran secara emosional sehingga bisa berdampat buruk, bahkan bisa menyebabkan munculnya perilaku agresi (Roberton, dkk., 2012).

Regulasi emosi merupakan pusat dari hubungan antara perilaku dan emosi. Individu yang memiliki regulasi emosi rendah cenderung akan mengalami berbagai bentuk psikopatologi secara internal maupun secara eksternal, sedangkan individu yang memiliki regulasi emosi tinggi akan mengalami keberhasilan akademik dan kemudahan dalam menjalin relasi dengan orang lain (Gottman dalam Widuri, 2012).

Hasil penelitian ini tidak menemukan adanya perbedaan yang signifikan antara regulasi emosi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yolanda dan Wismanto (2017), tetapi tidak mendukung penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Suleeman (2017).

Penelitian Ratnasari dan Suleeman tidak menemukan perbedaan skor pada dimensi *cognitive reappraisal* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, tetapi menemukan perbedaan yang signifikan pada dimensi *expressive*

suppression dan skor regulasi emosi secara umum (Ratnasari & Suleeman, 2017). Oleh karena itu hasil penelitian ini masih perlu dibandingkan dengan penelitian-penelitian lainnya.

Penelitian ini juga menguji perbedaan regulasi emosi ditinjau dari asal Perguruan Tinggi. Meskipun ada bukti yang menunjukkan bahwa budaya memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi, seperti dalam penelitian Yolanda dan Wismanto (2017) yang menemukan perbedaan regulasi emosi antara mahasiswa suku Jawa dan Batak, hasil penelitian ini masih perlu dibandingkan dengan penelitian-penelitian lainnya mengingat kedua kelompok yang dibandingkan tidak bersifat homogen.

Meskipun penelitian ini memiliki keterbatasan karena proses pengambilan partisipan dilakukan menggunakan teknik *non probability*. Selain itu partisipan penelitian juga belum mewakili mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia. Namun demikian temuan dalam penelitian ini tetap dapat dijadikan sebagai rujukan bagi para dosen dan Perguruan Tinggi terkait dengan bagaimana regulasi emosi pada mahasiswa. Hasil penelitian ini selanjutnya dapat dijadikan sebagai dasar untuk mempertahankan dan meningkatkan regulasi emosi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

Alfian, M. (2014). *Regulasi emosi pada mahasiswa suku Jawa, suku Banjar, dan suku Bima*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(2), 263-275.

Aryansah, J. E., & Sari, S. P. (2021). *Analisis peran regulasi emosi mahasiswa terhadap kebijakan school from home di masa pandemi Covid 19*. *Jurnal Pemerintahan dan Politik*, 6(1).

Fahriyani, I. D., Megawati, A., Tangketasik, C., & Alfiansyah, Y. (2021). *Implementasi Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2020 Dalam Rangka Percepatan Penanganan Covid-19 Berdasarkan Perspektif Aliran Legal Positivism*. *Jurnal Jurisprudence*, 10(2), 216-232.

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). *Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being*. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.

Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 Indonesia. (2021). *Data COVID-19 Global dan Indonesia*. Retrieved from <https://covid19.go.id/>

Gunadha, R., & Rahmayunita, H. (2020). *Kuliah online saat corona picu ketimpangan akses bagi mahasiswa miskin*. Retrieved from <https://www.suara.com/news/>

Gunawan, A., & Bintari,D.R. (2021). *Kesejahteraan psikologis, stres, dan regulasi emosi pada mahasiswa baru selama pandemi COVID-19*. *Jurnal Penelitian dan*

- Pengukuran Psikologi.* 10 (1)
- Husnianita, M dan Jannah, M (2021). *Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin pada kelas X Sekolah Menengah Atas Boarding School. Jurnal Penelitian Psikologi.* 8 (5).
- Inayati, Z. F. (2017). *Hubungan antara penyesuaian diri dan regulasi emosi dengan prestasi belajar matematika pada siswa kelas VIII SMP Hang Tuah 4 Surabaya. Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 4(1).
- Kadi, A. R., Bahar, H., & Sunarjo, I. S. (2020). *Hubungan antara regulasi emosi dengan stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. Jurnal Sublimapsi*, 1(2).
- Kogoya, Veronika (2021). *Pengaruh regulasi emosi terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (9).
- Lin, Y. M., & Chen, F. S. (2009). *Academic stress inventory of students at universities and colleges of technology*. World Transactions on Engineering and Technology Education, 157-162.
- Lisman, Fenda, dkk (2021). *Advantages And Conditions Of The Network Learning System From The Perspective Of Teachers And Students in SMK Payakumbuh*. 3 (1).
- Menteri Pendidikan dan Kebidayaan (2020). *Surat Edaran No. 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran COVID-19*. Retrieved from <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/>
- Muarifah, A., Fauziah, M., Saputra, W. N. E., & Da Costa, A. (2019). *Pengaruh regulasi emosi terhadap harga diri siswa Sekolah Menengah Atas di Yogyakarta. Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 94-100.
- Mulyana,O.P,dkk. (2020). *Perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin mahasiswa pada pandemi COVID-19. PSISULA: Prosiding Berkala Psikologi*, 2 (1)
- Napitupulu, R. M. (2020). *Dampak pandemi COVID-19 terhadap kepuasan pembelajaran jarak jauh. Jurnal Inovasi Teknologi Pendidikan*, 7(1), 23–33.
- Rachmawati, Arini dan Cahyanti, Yuniar (2021). *Strategi regulasi emosi terhadap stres akademis selama menjalani kuliah daring di masa pandemi COVID-19. Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*. 1 (1).
- Radhiani, Fitri dan Ikhwanisifa (2016). *Regulasi emosi pada mahasiswa Melayu. Jurnal Psikologi*, 12 (1).
- Ratnasari, S., & Suleeman, J. (2017). *Perbedaan*

- regulasi emosi perempuan dan laki-laki di perguruan tinggi. Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 35-46.
- Roberton, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). *Emotion regulation and aggression. Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72–82.
- Rosali, E. S. (2020). *Aktivitas pembelajaran daring pada masa pandemi COVID-19 di jurusan pendidikan geografi Universitas Siliwangi Tasikmalaya. GEOSEE*, 1(1).
- Rusmaladewi,dkk (2020). *Regulasi emosi pada mahasiswa selama proses pembelajaran daring di Program Studi PG-Paud FKIP UPR. Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati*, 16 (2).
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). *Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. Interview survey study. Journal of medical internet research*.
- Sukmaningpraja, A., & Santhoso, F. H. (2016). *Peran regulasi emosi terhadap resiliensi pada siswa sekolah berasrama berbasis semi militer. Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(3), 184-191.
- Syamsurijal & Sarwan. (2021). *Kondisi psikologis mahasiswa PGSD Universitas Muhammadiyah Buton (UMB) dalam pelaksanaan pembelajaran daring di masa pandemi. Edukatif. Jurnal Ilmu Pendidikan* 3 (1), 220 – 226.
- Utami, S., Rufaidah, A., & Nisa, A. (2020). *Kontribusi self-efficacy terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi COVID-19 periode April-Mei 2020. TERAPEUTIK Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1).
- Widuri, E. L. (2012). *Regulasi emosi dan resilensi pada mahasiswa tahun pertama. Jurnal Humanitas*, 9 (1), 147-156.
- Yolanda, W. G., & Wismanto, Y. B. (2017). *Perbedaan regulasi emosi dan jenis kelamin pada Mahasiswa yang bersuku Batak dan Jawa. PSIKODIMENSIA*, 16(1), 72-80.

GROWTH MINDSET SEBAGAI MEDIATOR ANTARA KOMUNIKASI GURU TERHADAP SCHOOL WELL BEING SISWA DI KOTA BEKASI

Growth Mindset As Mediator Between Teacher Communication To Students' School Well Being In Bekasi City

AFRINA SARI¹

Fakultas Psikologi, Universitas Persada Indonesia YAI

Email: ¹dr.afrinasari@gmail.com

Abstrak. School well being terkait dengan penilaian subjektif siswa terhadap sekolahnya. School well being memiliki empat dimensi, yaitu Having (kondisi sekolah), Loving (hubungan sekolah), Being (pemenuhan diri), dan Health.(kesehatan). School well being akan dirasakan lebih baik oleh siswa, jika komunikasi guru lebih dilakukan dengan baik kepada siswa. Dan Growth mindset menjadi mediasi bagi siswa yang harus dikembangkan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji variabel mediator yaitu Growth Mindset yang menjadi mediator antara komunikasi guru mempengaruhi school well being. Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi penelitian adalah siswa sebanyak 480 siswa, sampel penelitian sebanyak 214 siswa yang diambil berdasarkan tabel Morgan. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan dan positif dalam taraf $P=0,05$. Komunikasi Guru Terhadap School well being dengan Growth Mindset sebagai mediator dengan nilai sobel tes sebesar 2,207 $p=0,027$. Yang dapat diartikan bahwa Growth mindset layak sebagai mediator.

Kata Kunci: Komunikasi Guru, School well being, Growth Mindset

Abstract. School well being is related to students' subjective assessment about their school. School well being has four dimensions, namely Having (school conditions), Loving (school relationships), Being (self-fulfillment), and Health. School well being will be felt better by students, if the teacher's communication is better done to students. And the growth mindset becomes a mediation for students that must be developed. This study aims to examine the mediator variable, it's Growth Mindset which is a mediator between teacher communication affecting school well being. The research method uses correlational quantitative methods. The research population was 480 students, the research sample was 214 students, which were taken based on Morgan's table. The results showed that there was a significant and positive effect at the level of $P=0.05$. Teacher's communication on school well being with a growth mindset as a mediator shows the Sobel test score of 2.207 $p = 0.027$. Which can be interpreted that the Growth mindset is feasible as a mediator.

Key words. Teacher Communication, School well being, Growth Mindset

PENDAHULUAN

Perubahan kebijakan pendidikan awal tahun 2020 memberikan perubahan persepsi pada siswa dalam belajar. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan kebijakan dengan program “Merdeka Belajar”. Program Merdeka Belajar mengarahkan pada perubahan kurikulum dan pengembangan kreativitas guru dalam metode pembelajaran. Termasuk sarana dan prasarana serta manajemen sekolah. Bersamaan itu, adanya pandemi covid-19 membuat persepsi beda pada siswa dalam belajar.

Dari wawancara pada satuan pendidikan tingkat sekolah Dasar dan Menengah di Kota Bekasi, dapat dijelaskan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi siswa dalam belajar. Adanya pembelajaran di rumah, dengan kebijakan pembelajaran jarak jauh (PJJ) dalam upaya pencegahan penularan covid-19, menimbulkan kendala-kendala dalam belajar di rumah. Seperti siswa tidak dapat memahami materi belajar, dan tidak bisa menyelesaikan tugas karena tidak ada kuota internet. Hal ini menimbulkan rasa ketidaknyamanan, berdampak pada kesejahteraan siswa, yang membuat siswa mengalami tingkat stress dalam belajar. Kesejahteraan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi siswa. dan kesejahteraan di lingkungan belajar (*School Wellbeing*) sangat

mempengaruhi proses belajar.

School Well-being adalah keadaan yang memungkinkan seseorang untuk memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya, baik kebutuhan material maupun non-material. Pemahaman ini dikembangkan oleh Konu dan Rimpela (2002) berdasarkan teori Well-being dari Alldart (1976). Dua kebutuhan tersebut oleh Konu dan Rimpela dibagi menjadi Having, Loving, Being. Kemudian berdasarkan kajian-kajian literatur baik secara sosiologis, pendidikan, psikologis dan kesehatan, maka Konu dan Rimpela akhirnya memutuskan konsep ini lebih menyeluruh. Perumusan tersebut menghasilkan dimensi Health dipisahkan dengan dimensi Having dan menjadi satu dimensi tersendiri sehingga pada akhirnya dimensi dari School Well-being adalah having, loving, being, dan health.

Konu dan Rimpela (2002) mengembangkan School Well-being menjadi 4 dimensi yaitu having, loving, being, dan health, keempat dimensi tersebut dijelaskan sebagai berikut: a. Having (kondisi tempat belajar) meliputi lingkungan fisik di sekitar sekolah dan di dalam sekolah. Area yang diskusikan adalah lingkungan sekolah yang aman, kenyamanan, kebisingan, ventilasi, suhu udara dan sebagainya Aspek lain dari kondisi sekolah berhadapan dengan lingkungan belajar. hal ini meliputi kurikulum, ukuran kelompok, jadwal dan

pelajaran dan hukuman. Aspek ketiga meliputi pelayanan kepada siswa seperti makanan di sekolah, pelayanan kesehatan, wali kelas dan guru pembimbing konseling. b. Loving (hubungan sosial) merujuk kepada lingkungan sosial belajar hubungan siswa dengan guru, hubungan dengan teman sekelas, dinamika kelompok, kekerasan, kerjasama sekolah dengan rumah, pengambilan keputusan di sekolah dan suasana dari keseluruhan organisasi. Iklim sekolah dan iklim belajar memiliki dampak pada kesejahteraan dan kepuasan siswa di dalam sekolah. Hubungan yang baik dan suasana yang baik merupakan bentuk promosi sumber manusia dalam masyarakat dan untuk meningkatkan prestasi di sekolah. Hubungan diantara sekolah dengan rumah ditempatkan pada kategori hubungan sosial. Lebih lanjut, hubungan sekolah dengan lingkungan masyarakat adalah penting (misal hubungan dengan masalah sosial dan sistem pelayanan kesehatan). Hubungan siswa dengan guru merupakan peran penting dalam kesejahteraan di sekolah. c. Being (pemenuhan diri) merujuk pada masing-masing individu menghargai sebagai bagian berharga dari masyarakat. Kesempatan untuk bekerja dengan penuh arti pada hidupnya dan untuk kesenangan secara alami juga bagian penting sekali dari pemenuhan diri. Dalam konteks sekolah, being dapat dilihat dari bagaimana sekolah menawarkan untuk pemenuhan diri. Masing-masing siswa dapat mempertimbangkan sebagai anggota yang sama pentingnya dari komunitas sekolah seharusnya

memungkinkan masing-masing siswa untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan dari sekolahnya. Rohman-Fauziah. (2016) dalam penelitiannya, menjelaskan hubungan *adversity intelligence* dengan *school well being*. Kemampuan pemikiran memgarahkan siswa untuk mengembangkan persepsinya. dan aspek lain dari sekolah yang meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa merupakan lahan yang menarik bagi siswa. d. Health (status kesehatan) status siswa ini meliputi aspek fisik dan mental berupa simtom psikosomatis, penyakit kronis, penyakit ringan (seperti flu) dan penghayatan akan keadaan diri.

Sekolah yang sejahtera dapat dilihat dari bagaimana siswa menilai keadaan sekolah mereka sendiri dan bagaimana peran sekolah dalam proses belajar mereka. Siswa yang menunjukkan kecintaan terhadap sekolah mereka, cenderung lebih baik dan juga lebih sehat (Papalia et al., 2008). Sekolah merupakan lembaga sosial yang kuat dan potensial sebagai sarana atau tempat perkembangan sosial remaja. Sekolah juga merupakan sarana yang potensial dalam membentuk kepribadian individu serta konsep sosial yang baik yang akhirnya akan memberikan kesejahteraan itu sendiri terhadap siswa (Tian et al., 2016).

School Well-being merupakan penilaian individu terhadap diri sendiri yang berkaitan dengan keadaan lingkungan sekolah atau perguruan tinggi sehingga dapat memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya (Kartasasmita,

2017).

Adapun *school well-being* sendiri dibangun berdasarkan tripartit model (Liu dkk., 2015; Wijayanti & Sulistiobudi, 2017) yaitu bagaimana tingkat kepuasan siswa di sekolah (*school satisfaction*) berperan terhadap perasaan siswa di sekolah baik perasaan positif (*positive affect*) maupun negatif (*negative affect*). Interaksi diantara ketiganya akan menentukan bagaimana kondisi *school well-being* yang dirasakan oleh siswa di sekolah. Semakin siswa puas dengan lingkungan dan iklim sekolahnya maka semakin positif perasaanya di sekolah, demikian juga sebaliknya. Penelitian (Firmanila & Sawitri, 2015) tentang hubungan antara efikasi diri akademik dan *school well-being* menghasilkan kesimpulan adanya hubungan yang positif antara efikasi diri dan *school well-being*

Komunikasi adalah sebuah proses pengoperan lambang dari sumber kepada penerimanya. Inah, E. N. (2015). Suatu proses dapat dibangun oleh orang yang ingin mendekatkan diri dengan personalnya. Dasarnya yaitu untuk memberi arti yang sama terhadap lambang yang disampaikan, minimal agar orang tahu, orang bersedia menerima kearah yang lebih baik. Komunikasi yang dikatakan efektif adalah: (1) Keterbukaan (*openess*), yaitu kemauan menanggapi dengan senang hati informasi yang diterima di dalam menghadapi hubungan antarpribadi. (2) Empati (*Empathy*), yaitu merasakan apa yang dirasakan orang lain. (3) Dukungan (*Supportiveness*), yaitu sistuasi

yang terbuka untuk mendukung komunikasi berlangsung efektif. (4) Rasa positif (*Positivines*), seseorang harus memiliki perasaan positif terhadap dirinya, mendorong orang lain lebih aktif berpartisipasi, dan menciptakan situasi komunikasi kondusif untuk interaksi yang efektif. (5) Kesetaraan atau Kesamaan (*Equality*), yaitu pengakuan secara diam-diam bahwa kedua belah pihak menghargai, berguna, dan mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan.

Guru merupakan sebuah profesi yang dipercaya untuk mendidik siswa, keberhasilan akan proses belajar mengajar digantungkan kepada guru, dan ketika terdapat suatu kesalahan dalam pendidikan seringkali gurulah yang menjadi sasaran. Dalam faktanya, banyak siswa mengalami kebingungan dalam menerima pelajaran karena tidak mampu mencerna materi yang diberikan oleh guru. Ternyata, banyaknya kegagalan siswa mencerna informasi dari gurunya disebabkan oleh ketidaksesuaian gaya komunikasinya. Na'imah, T., & Pamujo. (2014). Sebaliknya, apabila gaya komunikasi guru sesuai dengan gaya belajar siswa, semua pelajaran akan terasa sangat mudah dan menyenangkan. Guru juga senang karena punya siswa yang semuanya cerdas dan berpotensi untuk sukses pada jenis kecerdasan yang dimilikinya. Tiga macam gaya komunikasi antara lain: *non assertive* ditandai dengan kecenderungan untuk menyembunyikan atau berdiam diri apabila terdapat suatu masalah. Hal tersebut mendorong individu untuk memilih

berdiam diri dari pada memicu keramaian demi terciptanya perdamaian, assertive merupakan sebuah gaya yang ditandai dengan menyatakan opini secara langsung atau terbuka agar tujuan orang tersebut terpenuhi, *agresive* adalah gaya komunikasi yang ditandai dengan usaha individu untuk selalu hadir atau mendekatkan diri disetiap kesempatan.

Peran guru biasanya ditunjukkan melalui proses komunikasi yang dominan (*didactic communications process*). *Didactic Communications* merupakan proses yang melibatkan guru dan siswa. Didalam prosesnya seorang guru mendemonstrasikan gaya komunikasi secara spesifik dan sanggup menentukan kemampuannya dalam konteks komunikasi. Gaya komunikasi terdiri dari karakteristik individual yang berdampak pada cara komunikasi dan hal tersebut mengacu pada cara khusus dalam menerima pesan, kualitas personal dalam menginterpretasi pesan, cara yang spesifik untuk menyampaikan respon, sifat personal yang khusus dalam menyampaikan *feedback*.

Mindset merupakan belief yang memiliki kecenderungan pada *fixed mindset* atau *growth mindset* (Zeng, Hou, & Peng, 2016). Sudut pandang *incremental theory* atau *growth mindset* meyakini bahwa kemampuan yang dimiliki seseorang bersifat tidak pasti dan dapat meningkat (Dweck, 2006; Hochanadel & Finamore, 2015). Di sekolah, siswa dengan *growth mindset* percaya bahwa kemampuan mereka dapat ditingkatkan dengan kinerja.

Mereka memandang situasi yang menantang sebagai peluang untuk belajar, bukan sebagai tanda rendahnya kemampuan yang dimiliki. Ketika menghadapi kesulitan akademik, mereka akan berusaha dua kali lebih keras, menetapkan strategi yang baru, dan meningkatkan performa belajarnya. *Growth mindset* mengarahkan siswa untuk berorientasi pada penyelesaian kesulitan sehingga mengajarkan kepada siswa bahwa inteligensi dapat berubah dan dapat meningkatkan prestasi akademiknya (Blackwell, Trzesniweski, & Dweck, 2007; Haimovitz, Wormington, & Corpus, 2011). Sementara itu, seseorang yang percaya bahwa kemampuannya bersifat alami dan sudah ditentukan, disebut memiliki *entity theory* atau *fixed mindset* (Dweck, 2006; Hochanadel & Finamore, 2015). Di sekolah, siswa dengan *fixed mindset* cenderung melihat kesalahan dan berbagai upaya yang harus dilakukan pada tugas akademik sebagai tanda bahwa dia memiliki kemampuan menetap yang rendah. Ia juga menilai performa pembelajaran secara berlebihan dan berpandangan negatif pada kesalahan dan usaha yang dilakukan sehingga ia berespon dengan ketidakberdayaan. Misalnya, tidak mau lebih banyak berusaha, mencontek, dan menghindari situasi serupa di masa depan (Blackwell, Trzesniweski, & Dweck, 2007). Lebih parah lagi pada siswa SMA yang berisiko yang mengadopsi cara berpikir seperti ini, mungkin akan terjebak dalam pola berulang yaitu prestasi rendah, motivasi rendah, dan usaha yang rendah sehingga berdampak panjang pada kerusakan

masa depan setelah lulus SMA Saunders, (2014). Pada akhirnya, *mindset* berpengaruh pada keyakinan siswa tentang kapasitas dan kemampuan yang dimiliki, termasuk dalam strategi dan prestasi akademik siswa di sekolah (Zeng, Hou, & Peng, 2016).

Menumbuhkan *growth mindset* dalam diri anak didik tentunya memerlukan dukungan lingkungan. Dockterman dan Blackwell (2014): *dalam* Sawitri (2017) menyatakan bahwa : “*core beliefs, content-specific skills, and classroom culture are also essential to success*”. “...*However, mindset is not entirely an individual matter. It is continually influenced by peers, teachers, parents, and the wider culture*”.

Penelitian yang dilakukan oleh Blackwell et.al (2007): *dalam* Sawitri (2017) menjelaskan bahwa penelitian yang mencoba mengajarkan tentang *growth mindset* kepada siswa kelas 7 dalam pembelajaran matematika. Kelompok pertama diberikan informasi tentang apa itu *growth mindset* dan bagaimana otak mampu berkembang, sementara kelompok kedua hanya diberikan informasi umum tentang otak manusia. Kedua kelompok siswa ini diajarkan matematika dengan strategi belajar yang sama. Namun hasilnya, siswa yang mendapat pemahaman dengan *growth mindset* ternyata menunjukkan hasil belajar yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang tidak mendapat informasi tentang *growth mindset*. Pengukuran yang dilakukan Blackwell di adopsi untuk mengukur *Growth Minset* dalam *school well being*.

Penelitian ini mempermasalahkan apakah ada pengaruh komunikasi guru dengan mediasi *Growth Mindset* terhadap *school well being* pada siswa?

METODE

Penelitian ini dilakukan pada siswa Sekolah Menegah Atas (SMA) yang dipilih secara acak dengan total 480 siswa dan sampel berdasarkan perhitungan tabel Morgan didapat sampel sebanyak 214 siswa. Responden dalam penelitian ini adalah siswa SMA di Kota Bekasi. Karakteristik subjek penelitian yang digunakan adalah siswa yang berusia 16 hingga 18 tahun, tinggal bersama kedua orangtuanya, dan siswa yang tercatat sebagai siswa SMA di Kota Bekasi. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik two stage cluster sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan dua tahap. Pada tahap pertama dilakukan pemilihan primary sampling unit yaitu dengan melakukan pemilihan SMA yang ada di Kota Bekasi. Pada tahap kedua dilakukan pemilihan untuk elementer yang ada dalam primary sampling unit, dimana dalam hal ini unit elementer yang dimaksud adalah kelas yang ada di SMA yang terpilih Azwar (2013). Lebih lanjut dikatakan jumlah ukuran sampel untuk penelitian adalah minimal 60.

Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 4 Bekasi yang terletak di Kota Bekasi pada bulan Mei 2020. Dari 10 kelas X dan 10 kelas

XI yang di random, maka terpilih 5 kelas untuk IPA dan 5 kelas untuk IPS, kemudian dijadikan sampel dari kelas terpilih sebanyak 214 yang diambil secara acak pada setiap kelas IPA dan IPS masing kelas. Dimana setiap kelas yang dipilih diambil sampel sebanyak 21 siswa (3 kelas=21 sampel dan 2 kelas 22 sampel), untuk kelas IPA dan IPS.

Alat Ukur: Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala, dimana dalam skala yang digunakan terdapat pernyataan-pernyataan yang favorable dan unfavorable. Pernyataan favorable merupakan pernyataan yang positif dan unfavorable adalah pernyataan yang negatif.

Alat Ukur untuk Komunikasi Guru menggunakan skala likert yang dirujuk kepada skala Jhon Likert untuk mengukur frekuensi komunikasi guru dengan kategori skala dengan skor sebagai berikut; Sangat rendah=1, rendah=2, sedang=3, tinggi=4 dan sangat tinggi=5. Alat Ukur tersebut terdiri dari 15 item *self report* pernyataan. Alat ukur *Growth Mindset* didasari pada teori *Mindset* Carol Dweck (2006) alat ukur tersebut terdiri dari 15 item Kuesioner (*self Report*) dengan skala likert. Nilai Validitas item-item alat ukur *growth mindset* sebesar 0,403 sd 0,68, dan nilai reliabilitas growth mindset menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,837. Alat ukur schoolwell being yang digunakan mengacu pada konsep Konu dan Rimpela (2002), nilai reliabilitas iukur menggunakan Alfa Cronbach sebesar $\alpha=0.804$. Penilaian jawaban subjek disesuaikan dengan kalimat positif dan negatif

yang disusun dalam pernyataan pada skala penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan test sobel dengan Persamaan uji sobel dengan menghitung nilai-z = $a * b / \text{SQRT}(b^2 * sa^2 + a^2 * sb^2)$ untuk mengukur Growth Mindset sebagai mediator antara komunikasi Guru terhadap School wellbeing. Untuk alat ukur komunikasi guru terhadap shoolwell being dilakukan secara terpisah dengan analisis Jalur dengan SPSS versi 22 untuk mendapatkan nilai β dan Standar Error, yang kemudian akan dihitung dengan test sobel untuk menghitung nilai Growth Mindset sebagai mediator.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden digambarkan dalam Tabel 1 berikut:

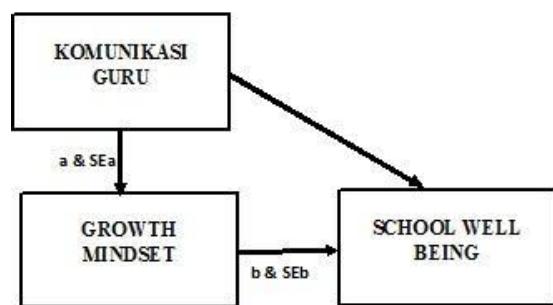
Tabel 1; Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	100	45,7%
Perempuan	114	53,3%
Total	214	100 %
Usia:		
16 Tahun	34	16 %
17 tahun	170	79 %
18 tahun	10	0,5 %
Total	214	100 %
Hobby:		
Olah Raga	45	21 %
Seni Tari	30	14 %
Seni gambar	27	13 %
Renang	38	18 %
Bulu Tangkis	26	12 %
Menyanyi	48	22 %

Total	214	100 %
Pekerjaan Ayah		
PNS	40	19 %
Guru	35	16 %
Dosen	25	12 %
Pegawai Swasta	38	18 %
Pedagang	43	20 %
Buruh Harian	33	15 %
Total	214	100

Pada Tabel 1, dapat dijelaskan bahwa, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (53,3%), dan berusia 17 tahun (79%). Sebagian Responden memiliki hobby dalam bidang olahraga sebesar 51% (semua kegiatan olah raga, renang, dan bulutangkis). Dan Bidang Seni 47% (dalam bidang seni, tari, gambar dan menyanyi).

Analisis Jalur Komunikasi Guru Terhadap *School well being* dengan mediator *Growth Mindset* dapat di gambarkan sebagai berikut:



Gambar:1: Analisis Jalur Komunikasi Guru terhadap School Well Being dengan mediator Growth Mindset.

Berdasarkan hasil pengujian coefficient

dengan SPSS didapat data analisis jalur regresi linear antara komunikasi guru kepada Growth Mindset disajikan sebagai berikut:

Tabel:2: Koefficient korelasi Komunikasi Guru kepada Growth Mindset

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	5.144	1.006		5.115	.000
Komunikasi Guru	.230	.060	.250	3.822	.000

a. Dependent Variable: Growth mindset

Tabel: 3: Koefficient Corelasi Growth Mindset Kepada School Well Being

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
(Constant)	14.903	.601		24.780	.000
Growth mindset	.1410	.060	.157	2.360	.019

a. Dependent Variable: *School Wellbeing*

Tabel 2 nilai koefisien β , komunikasi guru sebssar 0,230, dengan standar Error sebesar 0.060 dengan signifikan 0,000. Nilai yang digunakan perhitungan sobel test yaitu $a= 0,230$, dan nilai $SEa = 0.060$.

Tabel 3 nilai korelasi β *Growth Mindset* sebssar 0,141, dengan standar Error sebesar 0.060 dengan signifikan 0,019. Nilai yang digunakan perhitungan spbel test $b= 0,141$, dan nilai $SEb = 0.060$.

Setelah diketahui nilai a dan b serta SEa dan Seb . Maka dapat dilakukan perhitungan dengan menggunakan sobel test yang diperkenalkan oleh Kristopher J. Preacher (2010). Sobel test untuk menghitung Variabel mediator. Dari hasil uji sobel test dapat disimpulkan bahwa *Growth mindset* bisa sebagai mediator.

Hasil uji sobel mendapatkan data yang dapat disajikan sebagai berikut:

Sobel test: test Statistik=2,00348774, Standar Error=0,01618677, p-value=0.04512499

Berdasarkan hasil hitung sobel test maka dapat di jelaskan sebagai berikut: Sobel test; dengan nilai, test Statistik = 2,003 – St Error= 0,016 – p-value = 0,045. Dapat di lihat bahwa Nilai statistic 2.003 > P-value=0.045. artinya perhitungan sobel test menunjukkan signifikan dalam taraf $\alpha=0,05$. menunjukkan bahwa *Growth Mindset* bisa dijadikan variabel Mediator.

Berdasarkan hasil penelitian pada Tabel

2 diatas, dimana t test dengan nilai=3.822 dalam taraf signifikan, 0,000,. maka dapat dijelaskan bahwa Komunikasi Guru yang dilakukan antara guru dan murid baik dalam pembelajaran maupun diluar pembelajaran dapat membantu memberikan informasi untuk mengembangkan pola pikir pada siswa dalam merasa bahwa kebahagia sekolah dan belajar pada masa pandemi-covid 19 ini lebih positif dan dapat meningkatkan proses belajar mengajar secara baik..

Artinya $2.360 >$ dari $\alpha=0.05$. dan dapat dijelaskan bahwa *Growth Mindset* yang dikembangkan oleh siswa untuk memahami rasa kesejahteraan sekolah dan belajar selama masa pandemi–covid 19 dapat membantu untuk membuat siswa lebih fokus pada pembelajaran.

Perhitungan pada sobel test menunjukkan bahwa Sobel test = 2,003 dengan p-value =0.045. nilai p-value tersebut lebih kecil dari taraf sig 0,05 ($p<0,05$), Maka dapat disimpulkan bahwa Ada Pengaruh secara signifikan secara positif dalam taraf $p=0.05$, Komunikasi Guru terhadap *School Well Being* melalui *Growth Mindset*.

SIMPULAN

Penelitian ini memberikan simpulan sebagai berikut: Komunikasi Guru dapat berkembang jika guru menggunakan bentuk komunikasi yang dipahami oleh siswa. *Growth Mindset* pada siswa dikembangkan melalui pola belajar yang dapat mengembangkan potensi

siswa. Persepsi pada sekolah yang ada dalam pikiran siswa akan positif jika informasi diterima dengan positif oleh siswa.

DISKUSI

Dari hasil uji dapat dikatakan Ada Pengaruh secara signifikan secara positif dalam taraf $p=0.05$, Komunikasi Guru terhadap *School Well Being* mediator *Growth Mindset*.

Hasil penelitian juga menjawab pertanyaan utama penelitian bahwa pengaruh Komunikasi Guru terhadap *school well being* pada siswa di mediasi oleh *Growth Mindset*. Dapat dikatakan, *Growth mindset* memberikan kontribusi pada *school well being* siswa. Adanya hasil penelitian ini melengkapi temuan-temuan sebelumnya yang telah mempelajari tiga variabel dalam penelitian yang dilakukan oleh Wahidah dan Royanto (2019) menemukan *growth mindset* mempengaruhi *school well being* secara positif dengan dimediasi oleh Tingkat kegigihan. Penelitian yang dilakukan oleh Zeng, Hou & Peng (2016). *Growth Mindset* memprediksi *well being* siswa melalui Resilinensi. Penelitian oleh Chrisantiana & Sembiring (2017); menemukan *Growth Mindset* berpengaruh pada kegigihan seseorang untuk belajar dan bersekolah.

Berdasarkan hasil analisis yang menguji pengaruh komunikasi guru terhadap *growth mindset* diperoleh nilai beta sebesar 0,250 dengan nilai signifikan 0,000. Hal ini berarti $p < 0,01$ (sangat signifikan), sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh komunikasi guru

yang sangat signifikan terhadap *growth mindset*.

Hasil Analisis yang menguji *growth mindset* terhadap *school well being* dipeoleh nilai beta sebesar 0,157 dengan nilai signifikan 0,029. Hal ini berarti $p < 0,05$ (sangat signifikan) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh *growth mindset* yang signifikan terhadap *school well being*.

Berdasarkan hasil analisis regresi, menunjukkan bahwa *growth mindset* sebagai mediasi memberikan kontribusi pada pengaruh Komunikasi Guru terhadap *School well being* secara sempurna. Artinya agar memiliki school well being yang baik, dengan memahami komunikasi guru dengan baik maka siswa mengembangkan *growth mindset* lebih optimal. Kemampuan seorang siswa dalam pola pikir yang terus dikembangkan akan memberikan rasa kebahagiaan dan kesejahteraan dalam pembelajaran, terutama persepsi terhadap *school well being* lebih positif.

Penelitian mengenai Komunikasi guru, *growth mindset* dan *school well being* memiliki keterbatasan, dan membutuhkan penelitian berkelanjutan. Penelitian ini menggunakan responden siswa sekolah menengah atas kelas X dan X1 di Kota Bekasi. dan untuk melihat dampak secara umum dan luas penelitian yang akan dilakukan disarankan pada sekolah menengah pertama kelas VII dan VIII. Temuan penting pada penelitian ini adalah *grwoth mindset* berperan sebagai memediasi komunikasi guru terhadap *school well being*. *Growth Mindset* yang dikembangkan secara terus

menerus akan membantu siswa untuk mengelola diri secara pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar.S (2013). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Blackwell, L., Trzesniewski, K., & Dweck, C.S. (2007). *Implicit theories of intelligence predict achievement across an adolescent transition: A longitudinal study and an intervention*. *Child Development*, 78, 246- 263.
- Chrisantiana, T. G., & Sembiring, T.(2017). *Pengaruh Growth and Fixed Mindset Terhadap Grit pada Mahasiswa Fakultas Psikologi universitas "X" Bandung. Humanities (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 133. <Https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.422.\>
- Dockterman, David. Blackwell, Lisa. 2014. *Growth Mindset in Context Content and Culture Matter Too*. International Center for Leadership Education.
- Firmanila, F., & Sawitri, D. R. (2015). *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan School Well-being Pada Siswa SMP Hang Tuah 1 Jakarta*. *Jurnal Empati*, 4(2), 214- 218.
- Inah, E. N. (2015). *Peran Komunikasi Dalam Interaksi Guru Dan Siswa*. *Jurnal Al-Ta'dib*, 8(2), 150–167.
- Kartasasmita. (2017). *Hubungan antara school well being dengan Rumination*. *Jurnal Muara Ilmu Sosial*, 1(1) Universitas Taruma Negara, Jakarta.
- Konu, A., & Rimpelä, M. (2002). *Well-being in schools: A conceptual model*. *Health Promotion International*, 17(1), 79–87. <https://doi.org/10.1093/heapro/17.1.79>
- Liu, W., Tian, L., Huebner, E. S., Zheng, X., & Li, Z. (2015). *Preliminary development of the elementary school students' subjective well-being in school scale*. *Social Indicators Research*, 120(3), 917-937.
- Na'imah, T., & Pamujo. (2014). *School well being pada anak didik di taman kanak-kanak*. *Sainteks*, XI(2), 1–5.
- Rohman, I. H., & Fauziah, N. (2016). *Hubungan antara adversty intelligence dengan school well-being (Studi pada Siswa SMA Kesatrian 1 Semarang)*. *Jurnal Empati*, 5(April), 322–326.
- Saunders, R. (2014). *Effectiveness of Research-Based Teacher Professional Development*. *Australian Journal of Teacher Education*, 39(4). <http://dx.doi.org/10.14221/ajte.2014v39n4.10>
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Sawitri, N. (2017). *Memberikan Pujian yang tepat menurut Growth Mindset*. *Jurnal Adi WIDYA. Jurnal Pendidikan*, 2(2), Oktober 2017: ISSN-2527-5445-<http://ejournal'ihdn.ac.id.>
- Tian, L., Tian, Q., & Huebner, E. S. (2016). *School-related social support and adolescents' school-related subjective well-being: The mediating role of basic psychological needs satisfaction at school*. *Social Indicators Research*, 128(1), 105–129.
- Wahidah & Royanto. (2019). *Peran kegigihan dalam Hubungan Growth Mindset dan School well being siswa sekolah*

menengah. *Jurnal Psikologi Talenta*, 4(2).

Wijayanti, P. A. K., & Sulistiobudi, R. A. (2017). *School management as one of key factors to develop elementary school students' well-being*. *Proceeding Book of The 6th Asian Psychological Association Convention* (pp. 162-172). Malang: Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang.

Zeng, G, Hou, H., & Peng, K (2016). *Effect of Growth Mindset on Scholl engagement and Psychological well-being of Chinese primary and middle school students: The Mediating: role of Resilience*. *Frontiers in Psychology*. 7.<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01873>.

Eksplorasi Dinamika Ibu Dalam Mendampingi Anak (Siswa SD) Belajar Dari Rumah

Exploration Mother Dynamic On Accompany Children (Elementary Age) Learning From Home

SRI MULIATI ABDULLAH¹, NARASTRI INSAN UTAMI², MALIDA FATIMAH³

Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana

Email: ¹narastri@mercubuana-yogya.ac.id

Abstrak: Pembelajaran dari rumah yang telah berjalan dari Maret 2020 hingga saat ini menimbulkan berbagai respon dari siswa dan orang tua. Berbagai perubahan seperti media dan situasi yang baru menjadikan siswa dan orang tua dituntut untuk beradaptasi dengan cepat. Siswa SD yang masih berusia anak-anak belum dapat mandiri saat belajar sehingga masih bergantung dengan orang tua di rumah. Di sisi lain, ibu pun mengalami kesulitan untuk beradaptasi, mulai dari memahami materi, memahami anak, dan memahami perangkat yang digunakan. Penelitian lain juga telah menemukan bahwa ibu mengalami stress dan burnout akibat harus mendampingi anak belajar dari rumah. Tujuan dari penelitian ini adalah mengeksplorasi dinamika ibu dalam mendampingi anak (siswa SD) belajar dari rumah. Jumlah dan karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah 50 orang ibu yang memiliki anak berstatus siswa SD. Penelitian ini menggunakan metode survei berdasar angket *google form* yang didistribusikan secara daring dengan cara mendapatkan partisipan secara *snowball*. Analisis didasarkan atas interpretasi jawaban partisipan. Hasil dan kesimpulan dari penelitian ini adalah Ibu memiliki kendala dalam memotivasi anak saat belajar, menerangkan atau membuat anak memahami materi dan juga kendala dalam memahami perangkat yang digunakan. Selain itu ibu juga kesulitan membagi peran tanggungjawab untuk menyelesaikan pekerjaan rumah dan mendampingi anak.

Kata kunci: pembelajaran dari rumah, siswa SD, ibu.

Abstract: Learning from home that had been through from March 2020 until now impacts many responses from students and parents. There are many changes on platforms and situations of learning. This situation pushes students and parents to make quick adaptations. Elementary children are not ready enough to learn by themselves which makes them depend on their parents, especially their mother. On the other hand, mom had difficulties adapting to these situations, starting from trying to understand the material of learning, to understand children, and to adapt to the learning platforms. Otherwise, moms are not working employees, but they are usually confused to divide roles between accompanying children and finishing housework. The purpose of this research is to explore the mother dynamic of accompanying children (elementary age) learning from home. The amount and characteristic of the respondents in this research are 50 mothers who has elementary child. The survey method used in this research by distributed google form questionnaires online with snowball sampling method. Analysis of this study was based on interpretations of the mother's answers. The results and conclusion of this study are mothers had difficulties in making children understand the material of learning and motivating children, to explain the material of learning, and to understand how to use the learning platform. Mothers also have difficulties in dividing roles between finishing housework and accompany children learning from home.

Key words: learning from home, elementary students, mother.

PENDAHULUAN

Terjadinya pandemi Covid-19 telah menyebabkan ditutupnya sementara sektor pendidikan hampir di seluruh dunia (Cahapay, 2020) sehingga menyebabkan proses pembelajaran yang tadinya terjadi di sekolah beralih menjadi proses belajar dari rumah (Daulay, 2021). Di Indonesia sendiri, proses belajar dari rumah telah diterapkan sejak bulan Maret tahun 2020 berdasar pada surat edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud.go.id, 2020) dan masih diterapkan hingga saat ini bulan Agustus tahun 2021. Belajar dari rumah merupakan sebuah reformasi di bidang pendidikan yang terjadi di seluruh dunia, dimana orang tua mendidik anak mereka di rumah atau di tempat lain, selain di sekolah (Cahapay, 2020).

Disisi lain berdasar hasil studi Chu, Schwartz, Towner, Kasparian, Callaghan (2021) penutupan sekolah yang dibarengi dengan pembatasan kegiatan sosial memiliki dampak unik pada tahap perkembangan otak sosioemosional anak. Ditemukan bahwa anak-anak mengalami peningkatan kesulitan akademik sebagai akibat dari sekolah daring selama pandemi covid-19. Hasil survey dari puslitjakdikbud.kemendikbud.go.id (2020) menunjukkan bahwa jam belajar siswa menurun secara signifikan saat telah diterapkan kebijakan belajar dari rumah. Jam belajar paling rendah ditemukan pada siswa SD yakni sekitar 73,3% dari mereka belajar maksimal 2 jam sehari, di

mana dalam keadaan normal mereka rata-rata menghabiskan waktu 5-6 jam di sekolah.

Selain pada siswa, intensitas pembelajaran guru juga menurun. Jika dalam kondisi normal, guru biasanya melakukan 24 jam tatap muka per minggu, maka selama belajar dari rumah rata-rata guru hanya menghabiskan 12,4 jam pelajaran seminggu. Sebagian besar pembelajaran yang dilakukan oleh guru juga tidak interaktif, yakni 95% guru hanya memberikan soal dan tugas untuk dikerjakan siswa di rumah. Berkurangnya intensitas belajar mengajar ini tentu sangat risikan bagi siswa karena dapat membuat siswa kehilangan pengalaman dan kemampuan belajar (puslitjakdikbud.kemendikbud.go.id , 2020).

Pembelajaran yang dilaksanakan pada sekolah dasar saat ini menggunakan pembelajaran jarak jauh dengan melalui bimbingan orang tua (Palupi, 2021). Dengan kata lain, kebijakan belajar dari rumah memberi dampak pada orang tua. Orang tua dituntut mampu menggantikan peran guru di sekolah, sehingga peran orang tua dalam tercapainya tujuan pembelajaran dan membimbing anak selama belajar dirumah menjadi sangat penting (wardani & Ayriza, 2021). Beban orang tua, tidak lagi sekedar menjadi ayah dan ibu, tetapi juga harus bisa berperan sebagai guru (Palupi, 2021). Peran serta orang tua memberikan pengaruh yang besar, karena para orang tua dituntut mampu mengawasi anaknya pada saat pembelajaran (Utami, 2020) dan memberikan pembelajaran serta mendampingi proses belajar

anaknya di rumah (Cahyati & Kusumah, 2020).

Meski sebenarnya tanggung jawab mengajar anak terletak pada kedua orang tua, yakni ayah dan ibu, namun sesungguhnya pada pelaksanaannya ibu-lah yang paling memegang peranan besar dalam mendidik anak. Penelitian Utami (2020) memaparkan 3 dari 5 orang tua yang diwawancara mengenai pendampingan belajar anak di rumah adalah ibu. Pola pengasuhan anak yang lebih dekat dengan ibu menyebabkan ibu memiliki tugas tambahan selama anak belajar di rumah. Budaya patriarki yang terjadi selama ini meletakkan tanggung jawab domestik kepada seorang istri yang sekaligus menjadi seorang ibu. Ketika anak belajar di rumah maka tugas pendampingan dilakukan oleh ibu. Ibu sebagai orangtua yang lebih sering melakukan interaksi dengan anak dan melakukan pengasuhan, tentunya saat ini memiliki tugas tambahan sebagai pendamping belajar anak selama melakukan belajar dari rumah (BDR). Jika ibu juga saat ini adalah seorang karyawan yang harus tetap bekerja di rumah dan melakukan WFH (*work from home*), maka ibu dituntut untuk menjadi seorang *multitasker* (Citra, Arthani, 2021).

Segala tuntutan baru yang dibebankan pada seorang ibu, membuat ibu mengalami stress (Palupi, 2021), dan *burnout* (puslitjakdikcubd.kemendikbud.go.id, 2020) dikarenakan adanya perubahan peran dan juga menghadapi berbagai kendala serta hambatan selama proses belajar dari rumah. Beberapa penelitian terdahulu menyebutkan berbagai

kendala yang dihadapi orang tua pada pembelajaran daring diantaranya: (1) sinyal internet yang terkadang susah; (2) kuota yang mahal; (2) kurang bisa penuh dalam mendampingi anaknya; (3) Orang tua kurang memahami materi, sehingga tidak bisa maksimal dalam mengajari anak; (4) tidak adanya *handphone*, sehingga perlu bertanya kepada temannya secara langsung (Utami, 2020) (5) ibu sudah kelelahan saat mendampingi anak, dan (6) ibu kurang konsentrasi (puslitjakdikbud.kemendikbud.go.id , 2020)

Berdasar penelitian yang telah dilakukan sebelumnya didapat kesimpulan bahwa ibu memiliki peran besar dan juga mengalami berbagai hambatan selama proses mendampingi anak belajar. Oleh karenanya sangat penting untuk melakukan penelitian eksplorasi lanjutan untuk semakin memahami dinamika yang terjadi pada ibu untuk mengetahui lebih dalam permasalahan riil pendampingan ibu di rumah. Dengan arah penelitian jangka panjang yang ingin memberikan intervensi psikoedukasi ke ibu. Tujuan penelitian secara spesifik ingin mengetahui bagaimana ibu mendampingi anak di rumah, hambatan apa saja yang dialami, bagaimana cara mengatasi hambatan tersebut, persepsi ibu terhadap karakter anak, persepsi ibu terhadap motivasi, sikap rajin dan respon anak selama proses belajar dari rumah.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam

penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif. Menurut Sugiyono (2014) metode deskriptif diartikan sebagai penelitian yang bermaksud untuk memaparkan data dengan menganalisis data yang diperoleh sehingga mendapatkan gambaran yang jelas. Metode ini menekankan pada aspek pengukuran secara obyektif terhadap sosial, penelitian kuantitatif diolah dan dianalisis dengan statistik. Jenis metode penelitian ini adalah penelitian survey dimana data akan diambil dari sampel yang telah ditentukan yaitu ibu yang memiliki anak yang berada di tingkat sekolah dasar. Kemudian data tersebut dipelajari dan di ambil kesimpulan dari hubungan-hubungan antar aspek yang relevan di dalam proses penelitian yang dilakukan. Responden yang terlibat di penelitian ini sebanyak 50 orang ibu yang memiliki anak duduk di bangku Sekolah Dasar dan menjalani pembelajaran daring. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *google form*. Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini dimulai dari menentukan alat ukur melalui Focus Grup Discussion yang melibatkan tiga orang ahli. Alat ukur berisi pertanyaan eksplorasi seperti pertanyaan proses pembelajaran anak, situasi yang dialami ibu dan yang dialami oleh anak. Analisis data dilakukan dengan cara analisis persentase dan analisis tema dan juga interpretasi.

HASIL

Data penelitian ini dapat dipilah dalam data

anak, data ibu, serta data model pembelajaran daring yang dijalani oleh anak. Gambaran demografis anak dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini :

Tabel 1. Data demografi ibu (N=50)

Jenis data	Kategori	Jumlah	Prosentas e
Usia	<31	4	8%
	31-40	34	68%
	> 40	12	24%
Pendidika n	SD-SMP	2	4%
	SMA	11	22%
	Diploma	9	18%
	Sarjana		42%
	S1	21	
Jumlah anak	Sarjana		14%
	S2	7	
Status kerja	1 anak	8	16%
	2 anak	27	54%
	3 anak	10	20%
Jumlah	4 anak	3	6%
	5 anak	2	4%
Status kerja	Work from Home (WFH)	11	22%
	Work from Office (WFO)	15	30%
	Tidak bekerja	24	48%

Data demografi ibu mencakup usia, pendidikan,

jumlah anak, dan status kerja. Usia ibu, didominasi dalam rentang 31-40 tahun dengan prosentase 68%. Pendidikan terakhir ibu, lebih banyak berada dalam rentang sarjana S1 yaitu sebanyak 42%. Jumlah anak didominasi 2 anak yaitu sebanyak 54%. Status kerja, relatif berimbang antara ibu yang bekerja dan tidak bekerja yaitu 52% dan 48%. Untuk ibu yang bekerja, sebanyak 22% bekerja dari rumah dan 30% bekerja di kantor. Tugas domestik ibu, tetap melekat dalam status ibu yang bekerja maupun yang berstatus tidak bekerja

Tabel 2. Data demografi anak (N=50 anak)

Jenis data	Kategori	Jumlah	Prosentase
Kelas	Kelas 1-2	38	38%
	SD	19	
Kelas	Kelas 3-4	42	42%
	SD	21	
Kelas	Kelas 5-6	2	2%
	SD	10	
Usia	6-8 tahun	27	54%
	9-10 tahun	16	32%
	11-12 tahun	7	14%
Jenis kelamin	laki-laki	23	46%
	perempuan	27	54%

Dalam tabel 1 diperoleh data bahwa subjek penelitian lebih banyak di kelas 1-2 dan 3-4, masing-masing 38 dan 42 %. Usia lebih banyak dalam rentang 6-8 tahun, masing-masing 54% dan 32%. Dalam sebaran usia, terlihat

banyak anak dimasukkan SD usia 6 tahun. Di kelompok kelas 3, terdapat 8 dari 12 anak yang berusia 8 tahun. Secara umum, hal ini dapat berimbas pada kesiapan anak dalam belajar. Sebaran anak laki-laki dan perempuan dalam jumlah yang relatif berimbang, yaitu 46% dan 54%.

Tabel 3. Data dinamika respon belajar anak dalam pembelajaran daring dan pendampingan ibu

Jenis data	Kategori	Juml ah	Percent ase
Metode	daring / online dengan zoom / meet online	33	66%
	kombinasi meet online dan tatap muka di sekolah	17	34%
	buku	2	4%
	HP	25	50%
Peralatan	Handphone (HP), buku-buku	6	12%
	Handphone (HP), Laptop / komputer, buku-buku	10	20%
	Laptop	7	14%
Respon anak	antusias	11	22%
	Biasa saja	18	36%
	terlihat	13	26%

pembelaj	terpaksa		
aran	cuek/tidak	6%	
daring	peduli	3	
	bingung dan	6%	
	cemas	3	
	Tidak	4%	
	tentu/tidak		
	terdefinisi	2	
Pendamp	mendampingi	22%	
ingan ibu	tetapi sembari		
	mengerjakan		
	yang lain	11	
	menemani	42%	
	sepanjang		
	anak belajar		
	daring/online	21	
	lainnya	18	36%
Hambata	Kendala	8	16%
n-	memahami		
hambatan	fitur daring,		
yang ibu	materi		
alami	pelajaran		
saat	(hardskill)		
mendamp	Kendala	13	26%
ingi anak	memotivasi		
belajar	anak,		
daring	mengelola		
	emosi diri		
	(softskill)		
	kendala dalam	8	16%
	membagi		
	waktu dan		
	perhatian		

mendampingi		
anak dan		
pekerjaan		
Kendala	21	42%
ketiganya		
Cara ibu	belajar dari	40%
mengatas	internet (misal	
i kendala	: google,	
	youtube, dll)	20
	belajar sendiri	16%
	cara	
	mengoperasik	
	an alat dan	
	materi yang	
	sedang	
	dipelajari anak	8
	bertanya pada	18%
	guru	9
	bertanya pada	26%
	teman sesama	
	orangtua / wali	13

Dalam data dinamika respon belajar anak dalam pembelajaran daring, digali metode pembelajaran yang digunakan dalam 1 tahun terakhir, peralatan yang digunakan anak untuk belajar daring, respon anak terhadap pembelajaran daring, pendampingan ibu, hambatan-hambatan yang ibu alami saat mendampingi anak belajar daring, dan cara ibu mengatasi kendala saat mendampingi anak belajar daring.

Metode yang digunakan anak selama 1 tahun masa pandemi yaitu 66% daring dengan

zoom/meet online dan 34% kombinasi meet online dan tatap muka di sekolah. Peralatan yang digunakan dalam pembelajaran daring sebanyak 62 % menggunakan layar *handphone* dan 34% menggunakan layar laptop. Hal ini sebenarnya kurang memadai untuk anak dapat belajar dengan area visual yang nyaman. Respon anak terhadap pembelajaran daring, secara garis besar dapat dipilih menjadi reaksi yang positif dan reaksi yang negatif. Sayangnya hanya 22% yang antusias. Sebanyak 36% memberikan respon biasa saja dan 38 % yang terlihat terpaksa, cuek/tidak peduli, dan bingung serta cemas.

Hambatan-hambatan yang ibu alami saat mendampingi anak belajar daring dapat dipilih dalam 4 kategori yaitu (1) sebanyak 16% mengalami kendala *hard skill* yaitu kendala pada kemampuan ibu dalam memahami perangkat daring, fitur daring dan pada kemampuan menerangkan untuk membuat anak paham pada materi yang dipelajari; (2) sebanyak 26% mengalami kendala *soft skill* yaitu kendala internal yang dihadapi ibu untuk membuat anak termotivasi dengan pembelajaran daring, juga mengelola emosi diri untuk sabar dan tekun mendampingi anak di saat diri sudah merasa lelah dan respon dari anak yang kurang tanggap dan kooperatif; (3) sebanyak 16% mengalami kendala membagi waktu dan perhatian antara mendampingi anak dan pekerjaan; dan (4) sebanyak 42% mengalami kendala kemampuan / *hard skill* dan *soft skill*, juga membagi waktu antara tugas mendampingi anak dan pekerjaan.

Cara ibu mengatasi kendala terutama

kendala materi dan perangkat belajar daring, yaitu belajar dari internet (misal: google, youtube, dll) sebanyak 40%, belajar sendiri cara mengoperasikan alat dan materi yang sedang dipelajari anak sebanyak 16%, bertanya pada guru 18% dan bertanya pada teman sesama orangtua/wali sebanyak 26%.

SIMPULAN

Pembatasan aktivitas di masa pandemi menyebabkan pembelajaran di sekolah lebih banyak didominasi dengan pembelajaran daring di rumah. Hal ini menimbulkan tugas baru untuk ibu mendampingi anaknya belajar, termasuk ibu yang bekerja dari rumah (WFH) maupun yang bekerja di kantor (WFO). Respon anak yang duduk di bangku SD dalam pembelajaran daring, belum sepenuhnya berespon positif. Dijumpai 22% anak yang antusias, 36% memberikan respon biasa saja dan 38 % yang terlihat terpaksa, cuek/tidak peduli, dan bingung serta cemas, sehingga secara umum siswa SD membutuhkan bantuan dari ibu untuk mendampingi belajar di rumah. Dalam mendampingi anak belajar, ibu tak lepas dari kendala-kendala. Sebanyak 16% mengalami kendala memahami perangkat daring, fitur daring dan membuat anak memahami materi, 26% mengalami kendala memotivasi anak dan mengelola kesabaran dalam mendampingi belajar anak, 16% mengalami kendala membagi waktu dan perhatian antara mendampingi anak dan pekerjaan; dan sebanyak 42% mengalami

semua kendala di atas. Untuk mengatasi kendala tersebut, 40% ibu lebih banyak mencari info di google atau youtube, 60% bertanya pada guru dan teman, serta berusaha belajar sendiri dari materi yang ada.

DISKUSI

Penelitian ini menemukan beberapa hal yang cukup menarik, dimana semua ibu dari latar belakang pendidikan yang berbeda mengalami permasalahan yang serupa dalam mendampingi anak belajar dari rumah. Hal ini menjadi sebuah temuan baru karena terdapat perbedaan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stress ibu dalam mendampingi siswa-siswi tingkat sekolah dasar selama belajar di rumah pada masa pandemi Covid-19 berdasarkan perbedaan tingkat pendidikan.

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa baik ibu bekerja maupun tidak, sama-sama merasakan masalah yang sama selama mendampingi anak belajar dari rumah. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Palupi (2021) bahwa tidak ada perbedaan tingkat stress ibu dalam mendampingi siswa-siswi sekolah dasar selama belajar dari rumah di masa pandemi Covid-19 berdasarkan usia dan status pekerjaan ibu.

Menumbuhkan minat dan antusiasme anak dalam mengikuti pelajaran selama belajar di sekolah juga merupakan permasalahan yang dijumpai dari hasil penelitian ini. Sejalan pula

dengan hasil penelitian dari Wardani dan Ayriza (2021) bahwa salah satu kendala orang tua dalam mendampingi anak belajar di rumah pada masa pandemi Covid-19 adalah kesulitan untuk menumbuhkan minat belajar anak.

Dengan adanya hasil diatas, penelitian eksplorasi ini mengarahkan pada implikasi dimana perlunya tindak lanjut pemberian intervensi pada ibu dalam mendampingi anak belajar dari rumah, sehingga harapannya ibu dan juga anak menjadi lebih siap dalam menghadapi berbagai hambatan yang dialami selama kondisi pandemi ini. Adapun saran untuk penelitian selanjutnya adalah perlunya penyebaran skala yang lebih luas, menambah responden, dan pendalamkan data menggunakan wawancara. Sehingga dapat melihat dinamika yang lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Cahapay, M. B. (2020). *How Filipino parents home educate their children with autism during COVID-19 period. International Journal of Developmental Disabilities*, 1–4.

Cahyati, N., Kusumah, R. (2020). *Peran Orang tua dalam Menerapkan Pembelajaran di Rumah saat Pandemi Covid 19. Jurnal Golden Age*, 04(1), 152-159.

Citra, M.E.A., Arhatni, N.L.G.Y. (2021). *Peranan Ibu Sebagai Pendamping Belajar Via Daring Bagi Anak Pada Masa Pandemi Covid-19*. Prosiding

Webinar Nasional Peranan
Perempuan/Ibu dalam Pemberdayaan
Remaja di Masa Pandemi Covid-19

Daulay, N. (2021). *Home education for children with autism spectrum disorder during the COVID-19 pandemic : Indonesian mothers experience. Research in Developmental Disabilities*, 114. doi : 10.1016/j.ridd.2021.103954.

Kemendikbud. (5 Agustus 2021). *Kemendikbud Imbau Pendidik Hadirkan Belajar Menyenangkan bagi daerah yang terapkan belajar di rumah*. Retrieved from
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/kemendikbud-imbau-pendidik-hadirkan-belajar-menyenangkan-bagi-daerah-yang-terapkan-belajar-di-rumah>

Palupi, T.N. (2021). *Tingkat Stress Ibu dalam Mendampingi Siswa-Siswi Sekolah Dasar Selama Belajar di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19*. JP3SDM, 10(1), 36-48

Utami, E.W. (2020). *Kendala dan Peran Orangtua dalam Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19*. Proseeding Seminar Nasional Pascasarjana 2020 Universitas Negeri Semarang.

Wardani, A., Ayriza, Y. (2021). *Analisis*

Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(1), 772-782. doi : 10.31004/obsesi.v5i1.705

Puslitjakdikbud.kembikbud.go.id (5 Agustus 2021). *Mengatasi Risiko Belajar Dari Rumah*. Retrieved from https://puslitjakdikbud.kemdikbud.go.id/assets_front/images/produk/1-gtk/kebijakan/Mengatasi_Risiko_Belajar_dari_Rumah-edit.pdf

HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN MINAT MEMBACA SISWA

THE RELATIONSHIP OF ACHIEVEMENT MOTIVATION WITH INTEREST READING STUDENTS

LINA KARTIKA SARI¹

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email : ¹linajogja91@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi berprestasi dengan minat membaca yang ada pada siswa SMP. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 92 siswa. Subjek penelitian merupakan siswa SMP yang berada di wilayah D.I. Yogyakarta sebanyak 41 siswa laki-laki dan 51 siswa perempuan. Metode pengumpulan data menggunakan skala *likert* dan analisis data menggunakan korelasi *product moment*. Data penelitian diambil menggunakan kuesioner motivasi berprestasi dan minat membaca. Skala motivasi berprestasi terdiri dari 36 aitem valid dengan koefisien validitas aitem antara 0,388 sampai dengan 0,771 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,915. Skala minat membaca terdiri dari 36 aitem valid dengan koefisien validitas aitem antara 0,385 sampai dengan 0,821 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,959. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan minat membaca pada siswa SMP ($p = 0,000$ dengan koefisien korelasi $r = 0,680$). Tingginya motivasi berprestasi siswa diikuti dengan tingginya minat membaca pada siswa SMP dan sebaliknya.

Kata Kunci: Motivasi Berprestasi, Minat Membaca, Siswa SMP

Abstract. This study aims to determine the relationship between achievement motivation and interest in reading in junior high school students. This research is a correlational quantitative research. The research subjects were 92 students. The research subjects were junior high school students in the D.I. Yogyakarta has as many as 41 male students and 51 female students. The data collection method uses a Likert scale and data analysis uses product moment correlation. The research data was taken using a questionnaire of achievement motivation and reading interest. The achievement motivation scale consists of 36 valid items with an item validity coefficient between 0.388 to 0.771 and a reliability coefficient of 0.915. The reading interest scale consists of 36 valid items with an item validity coefficient between 0.385 to 0.821 and a reliability coefficient of 0.959. The results showed that there was a significant positive relationship between achievement motivation and reading interest in junior high school students (value or $p = 0.000$ with a correlation coefficient of $r = 0.680$). The high achievement motivation of students is followed by high interest in reading in junior high school students and vice versa.

Key words: Achievement motivation, reading interests, junior high school students

PENDAHULUAN

Pendidikan mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembangunan suatu bangsa. Karena melalui pendidikan dapat tercipta generasi yang cerdas, berwawasan, terampil dan berkualitas, yang diharapkan dapat menjadi generasi yang dapat memberi perubahan bangsa menuju kearah yang lebih baik.

Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 4 ayat 5 yang menyatakan bahwa “prinsip penyelenggaraan pendidikan adalah dengan mengembangkan budaya membaca, menulis dan berhitung bagi segenap warga masyarakat”. Disini terlihat jelas bahwa dalam penyelenggaraan pendidikan perlu adanya pengembangan budaya dalam belajar, dan salah satu yang perlu dikembangkan seperti yang dipaparkan dalam Undang-undang tersebut ialah membaca.

Membaca merupakan kunci dasar yang harus dilakukan oleh seorang pelajar jika ingin meraih prestasi dalam belajar, karena dengan membaca akan menambah wawasan serta ilmu pengetahuan. Dalman (2014) mengemukakan *“reading of education”*, yang artinya membaca merupakan jantung pendidikan. Hal tersebut menjelaskan bahwa membaca merupakan faktor penting dalam sebuah proses pembelajaran di sekolah. Semakin sering seorang siswa membaca, maka pengetahuan dan wawasan yang dimilikinya akan semakin luas, hal ini dapat mempengaruhi proses belajar dan pola pikir siswa yang bersangkutan. Kebiasaan membaca yang dilakukan oleh siswa ditentukan oleh berbagai

faktor salah satunya minat.

Minat adalah kecenderungan dan gairah yang tinggi atau keinginan yang besar terhadap sesuatu (Susanto 2013). Minat baca diartikan sebagai sebuah aktivitas dalam bentuk dorongan dalam diri individu dalam memahami kata demi kata dan isi dari sebuah bacaan, dengan penuh ketekunan, kesadaran, dan rasa senang (Dalman, 2014). Rahim (2008) memberikan pengertian bahwa minat baca adalah keinginan yang kuat dimiliki individu yang diikuti dengan usaha-usaha dalam proses membaca. Aspek –aspek minat baca yang harus dimiliki seorang siswa dalam membaca adalah Kesadaran akan manfaat membaca, perhatian terhadap membaca, rasa senang dalam membaca dan Frekuensi membaca (Harris & Sippay, 1980).

Di Indonesia minat membaca masih tergolong rendah. Merujuk pada hasil survei *United Nations Educational Scientific and Cultural Organization* (UNESCO) yang dimuat dalam website www.gobekasi.pojoksatu.id pada tanggal 19 Mei 2016, indeks tingkat membaca masyarakat Indonesia hanya 0,001 persen. Yang artinya hanya ada satu orang dari seribu penduduk Indonesia yang membaca buku dengan serius. Data tersebut menunjukkan bahwa membaca belum menjadi kebiasaan dan kebutuhan bagi masyarakat terutama bagi siswa.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru kelas VIII di MTs Muhammadiyah Karangkajen Daerah Istimewa Yogyakarta pada hari Sabtu, 26 September 2020 dapat dikatakan bahwa membaca sebagai sebuah minat belum nampak pada siswa kelas VIII. Dengan kata lain, minat membaca

siswa kelas VIII MTs Muhammadiyah Karangkajen ini masih tergolong rendah. Jika dihubungkan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya di beberapa sekolah di Indonesia, fakta empiris yang ditemukan di MTs Muhammadiyah Karangkajen ini memperkuat pandangan bahwa minat membaca pada sebagian siswa masih rendah.

Minat baca memiliki dampak dan pengaruh yang baik bagi siswa dalam proses belajar. Berdasarkan hasil penelitian Permana dkk (2015) bahwa ada hubungan yang signifikan antara minat baca dengan prestasi belajar. Mahdum dkk (2017) dalam penelitiannya menghasilkan bahwa ada hubungan signifikan antara minat baca dengan hasil belajar. Siswa memiliki minat baca dalam proses belajar mengajar akan cepat mengerti dan mudah mengingat setiap pelajaran sehingga menghasilkan hasil belajar dan prestasi yang baik. Minat baca yang ada pada siswa akan menjadikannya lebih tahu dan paham terhadap materi pelajaran. Siswa yang mempunyai hasrat atau keinginan untuk membaca akan mempunyai wawasan yang luas, karena selalu mendapatkan hal-hal terbaru dari hasil bacaannya. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adam (2018) bahwa Minat baca memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan prestasi belajar. Semakin tinggi Minat baca maka semakin tinggi pula prestasi belajar siswa. Dari penelitian diatas disimpulkan bahwa jika seorang siswa memiliki minat baca yang tinggi maka akan diikuti pula dengan prestasi belajar yang tinggi dan sebaliknya, jika Siswa memiliki minat baca yang rendah maka prestasi

belajar pun ikut rendah.

Minat membaca merupakan kekuatan yang mendorong seorang siswa untuk memperhatikan, merasa tertarik dan senang terhadap aktivitas membaca. Minat membaca siswa banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor. Salah satu faktor tersebut adalah motivasi berprestasi (Crow and Crow dalam Kurniawati, 2009). Sejalan dengan hal itu Arendra (2016) menyatakan terdapat dua faktor yang mempengaruhi minat membaca, yaitu faktor eksternal dan internal. Salah satu faktor internal yang mempengaruhi minat membaca adalah motivasi dan lebih spesifik motivasi di sini adalah motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi adalah penggerak untuk sukses, hasrat untuk maju, percaya pada kemampuan dan kepantasannya (Parson, Hinson, & Brown, 2001). McClelland (1987) mengatakan bahwa motivasi berprestasi adalah suatu dorongan dalam diri seseorang untuk berbuat atau berusaha mencapai suatu standar keunggulan yang lebih baik dari prestasi dirinya sendiri sebelumnya dan prestasi orang lain, serta merasa tertantang oleh tugas-tugasnya

Motivasi berprestasi mempunyai hubungan yang sangat erat dengan minat membaca pada siswa. Siswa yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi akan belajar dengan baik dan memiliki minat baca yang lebih tinggi, hal itu sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Arendra (2016) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara motivasi berprestasi dengan minat membaca buku pada siswa SMA 2 Klaten. Nursalina dan Budiningsih (2014) melakukan penelitian

mengenai hubungan antara motivasi berprestasi dengan minat membaca yang ada pada anak kelas V di SD Negeri 1 Doplang. Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara motivasi berprestasi dengan minat membaca.

Motivasi merupakan salah satu hal penting bagi siswa dalam proses belajar untuk mencapai prestasi, karena motivasi akan memberikan semangat, arahan dan kegigihan (Santrock, 2011). Hal senada diungkapkan Djaali (2008) mengemukakan bahwa motivasi berprestasi merupakan hal yang terpenting dalam sebuah proses belajar mengajar, sebab motivasi berprestasi adalah dorongan atau penggerak dari individu dalam mencapai sukses. Siswa yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi maka ia akan berusaha mencapai prestasi belajar yang diinginkan dan tidak mudah menyerah dalam mencapai suatu kesuksesan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi adalah keinginan yang ada dalam diri seseorang untuk melakukan yang terbaik, menjadi sukses dan merasa memiliki kompetensi. Adapun aspek-aspek motivasi berprestasi menurut McClelland (1987), adalah a) Keinginan Menjadi yang Terbaik, b) Waktu Menyelesaikan Tugas, c) Kreatif dan Inovatif, d) Memperhatikan Umpang Balik, e) Mempertimbangkan Resiko Pemilihan Tugas, f) Tanggung Jawab

Minat baca merupakan suatu kajian yang telah berlangsung dalam waktu ke waktu. Penelitian yang akan dilakukan pada dasarnya memiliki persamaan dengan penelitian terdahulu misalnya pendekatan penelitian yang digunakan,

pengukuran variabel dengan skala, dan teknik analisis data. Terdapat pula perbedaan-perbedaan yang dapat memberikan sebuah penjabaran bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya misalnya variabel bebas yang dipilih, pemilihan subyek penelitian, teknik pengambilan sampel teori yang dipakai dan teknik analisa data yang digunakan.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara motivasi berprestasi dengan minat baca pada siswa SMP. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan, serta dapat memberikan manfaat secara praktis bagi sekolah, guru dan peneliti selanjutnya untuk dapat meningkatkan minat baca siswa.

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “ada hubungan positif antara motivasi berprestasi membaca dengan minat baca siswa”. Semakin tinggi motivasi berprestasi maka semakin tinggi minat baca siswa, sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin rendah minat baca siswa.

METODE

Responden penelitian

Subjek penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa SMP. Adapun karakteristik subjek penelitian yaitu siswa dan siswi SMP berusia 12-15 tahun yang berada di wilayah D.I. Yogyakarta. Penelitian ini melibatkan 92 subjek yang terdiri dari 51 siswa perempuan dan 41 siswa laki-laki.

Desain penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel, satu variabel tergantung yaitu minat baca dan satu variabel bebas yaitu motivasi berprestasi:

1. Minat Membaca

Minat membaca didefinisikan sebagai keinginan yang kuat yang timbul dari dalam diri individu disertai dengan usaha-usaha yang dilakukan oleh individu secara terus menerus dan diikuti dengan rasa senang tanpa paksaan dalam proses membaca sehingga seseorang tersebut mengerti atau memahami apa yang dibacanya. Minat baca diungkap menggunakan skala minat baca yang disusun sendiri oleh peneliti dengan mengacu pada teori Harris & Sipay (1980) yang telah diterjemahkan oleh Nursalina & Budiningsih (2014) yang terdiri dari empat aspek yaitu, a) aspek kesadaran yakni seberapa jauh subjek menyadari, mengetahui, dan memahami manfaat membaca, b) aspek perhatian yaitu mengungkap perhatian dan ketertarikan subjek dalam membaca buku, c) aspek rasa senang yaitu aspek yang mengungkap seberapa besar rasa senang subjek terhadap kegiatan membaca, dan d) aspek frekuensi yaitu aspek yang mengungkap seberapa sering subjek melakukan aktivitas membaca buku. Reliabilitas skala minat baca diperoleh Alpha sebesar 0,959 dan nilai daya beda item dari 0,385 sampai 0,821.

2. Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi adalah suatu dorongan pada diri seseorang untuk berbuat atau

berusaha mencapai suatu standar keunggulan yang lebih baik dari prestasi dirinya sendiri sebelumnya dan prestasi orang lain, serta merasa tertantang oleh tugas-tugasnya. Motivasi berprestasi adalah suatu dorongan pada diri seseorang untuk berbuat atau berusaha mencapai suatu standar keunggulan yang lebih baik dari prestasi dirinya sendiri sebelumnya dan prestasi orang lain, serta merasa tertantang oleh tugas-tugasnya. Konsep diri Motivasi berprestasi diungkap menggunakan skala motivasi berprestasi yang dirancang oleh peneliti dengan mengacu pada teori McClelland (1987) yang telah diterjemahkan oleh Muna (2012) yang terdiri dari a) keinginan menjadi yang terbaik yakni, b) waktu menyelesaikan tugas, c) kreatif dan Inovatif, d) memperhatikan umpan balik, e) mempertimbangkan resiko pemilihan tugas dan f) tanggung jawab. Reliabilitas skala motivasi berprestasi membaca sebesar 0,915. Kemudian nilai daya beda aitem bergerak dari 0,388 sampai 0,771.

Instrumen penelitian

Hasil dari pengujian validitas minat membaca ditemukan aitem yang mencapai koefisien $r_{xy} \geq 0,3$ berjumlah 36 aitem merupakan aitem valid dan tidak ada aitem yang gugur. Koefisien validitas bergerak antara 0,385 sampai dengan 0,821, sedangkan untuk pengujian reliabilitas menggunakan Cronbach Alpha menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,956

Hasil dari pengujian terhadap validitas dan reliabilitas pada motivasi berprestasi menghasilkan

34 item yang valid dari 40 aitem yang diujicobakan. Koefisien validitas bergerak antara 0,388 sampai dengan 0,771, sedangkan untuk pengujian reliabilitas menggunakan *Cronbach Alpha* menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,915.

Kedua instrumen pada penelitian ini diukur menggunakan skala likert yang disusun dengan item *favorable* (pendukung) dan tidak *unfavorable* (mendukung). Pada setiap pernyataan terdapat empat alternatif pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Pada item favorable diberi skor 4 untuk SS (Sangat Setuju), nilai 3 untuk (S) Setuju, nilai 2 untuk Tidak Setuju (TS), dan nilai 1 untuk Sangat Tidak Setuju (STS). Sedangkan pada item yang tidak mendukung (*unfavorable*), skor diberikan sebaliknya yaitu skor 1 untuk nilai untuk SS (Sangat Setuju), nilai 2 untuk (S) Setuju, nilai 3 untuk Tidak Setuju (TS), dan nilai 4 untuk Sangat Tidak Setuju (STS).

Prosedur penelitian

Skala motivasi berprestasi dan minat membaca pada siswa SMP diuji cobakan pada 40 siswa SMP yang berada di wilayah D.I. Yogyakarta pada hari tanggal 16 Juni 2021. Selanjutnya dilakukan penyebaran skala penelitian pada 92 siswa selama 5 hari yaitu pada tanggal 21-25 Juni 2021.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode skala. Penyebaran skala dilakukan menggunakan kuesioner google doc dengan pertimbangan bahwasanya penelitian ini

dilakukan dimasa pandemi covid-19, sehingga tidak menungkinkan terjadi interaksi langsung. Analisis data kuantitatif yang digunakan yaitu uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan linearitas.

Analisis data

Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis *product moment* untuk melihat korelasi antara variabel bebas (motivasi berprestasi) dan variabel tergantung (minat membaca).

HASIL

Sebelum dilakukan uji korelasi maka dilakukan analisis deskriptif data penelitian dan uji prasyarat terlebih dahulu. Pengkategorisasian data dengan klasifikasi tinggi, rendah, dan sedang dari masing-masing variabel akan dijelaskan berikut ini.

Siswa yang memiliki minat baca kategori rendah (interval skor $x \leq 93$) sebanyak 18 orang (19,6%), kategori sedang (interval skor $93 < x \leq 117$) sebanyak 60 orang (65,2%), kategori tinggi (interval skor $x \geq 117$) sebanyak 14 orang (15,2%). Dapat disimpulkan bahwa variabel minat membaca pada siswa adalah sedang. Siswa yang memiliki motivasi berprestasi kategori rendah (interval skor $x \leq 89$) sebanyak 13 orang (14,1%), kategori sedang (interval skor $89 < x \leq 109$) sebanyak 65 orang (70,7%) dan kategori tinggi (interval skor $x \geq 109$) sebanyak 14 orang (15,2%). Dapat disimpulkan bahwa variabel motivasi berprestasi pada siswa adalah sedang.

Selanjutnya peneliti melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas dan linieritas. Uji

normalitas minat baca didapatkan nilai KS-Z sebesar 0,078 ($p=0,599$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel minat baca berdistribusi normal. Uji normalitas motivasi berprestasi didapatkan nilai KS-Z sebesar 0,099 ($p=0,307$). Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi membaca pada siswa berdistribusi normal.

Hasil uji linieritas diperoleh hasil variabel motivasi berprestasi mempunyai nilai F sebesar 87,233 dengan signifikansi pada *linearity* ($p<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel motivasi berprestasi dan minat baca terdapat hubungan yang linier. Hasil uji prasyarat analisis yaitu uji normalitas dan uji linieritas menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal dan linier, maka analisis data untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini dapat diteruskan dengan menggunakan analisis korelasi *product moment*. Hasil pengujian hipotesis mengenai hubungan motivasi berprestasi dengan minat baca pada siswa didapatkan nilai koefisien korelasi *product moment* sebesar 0,680 ($p<0,01$), yang ini berarti hipotesis diterima.

SIMPULAN

Hasil pengujian hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment* yang menunjukkan angka korelasi sebesar 0,680 ($p<0,01$), Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada hubungan positif dan sangat signifikan antara motivasi berprestasi dengan minat membaca pada siswa SMP yang berada di wilayah D. I Yogyakarta.

Semakin tinggi motivasi berprestasi yang didapatkan siswa maka semakin tinggi pula minat membacanya demikian pula sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi pada siswa SMP yang berada di wilayah D.I. Yogyakarta maka akan semakin rendah pula minat membaca pada siswa SMP yang berada di wilayah D.I.Yogyakarta. Minat membaca dapat terwujud karena adanya peran motivasi berprestasi dari diri siswa SMP yang berada di wilayah D.I.Yogyakarta.

Djaali (2008) menjelaskan bahwa motivasi berprestasi merupakan hal yang terpenting dalam sebuah proses belajar mengajar, sebab motivasi berprestasi adalah dorongan atau penggerak dari individu dalam mencapai sukses.

Penelitian yang dilakukan oleh Nursalina (2014) menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki hubungan positif dengan minat membaca pada siswa. Hal ini sesuai dengan pendapat Djamarah (2002: 119) bahwa minat merupakan alat motivasi dalam belajar. Motivasi berprestasi pada anak adalah suatu keinginan yang tinggi dan lebih baik dari orang lain. Keinginan siswa ini diwujudkan dengan kegiatan membaca yang dapat menambah pengetahuan secara luas dan dapat bermanfaat dalam hidupnya. Dengan adanya motivasi yang tinggi manusia lebih berusaha lebih maju untuk meraih kesuksesan dalam segala bidang.

DISKUSI

Variabel motivasi berprestasi mempunyai hubungan yang positif dan signifikan terhadap minat membaca pada siswa dengan ($p<0,05$). Hal

tersebut menunjukkan bahwa hipotesis terbukti. Besarnya nilai $r = 0,680$, apabila dikuadratkan (r^2) menjadi 0,463. Koefisien determinasi (r^2) sebesar 0,463, hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan motivasi berprestasi memberikan sumbangan efektif terhadap minat membaca pada siswa sebesar 46,3% sedangkan sisanya sebesar 53,7% dipengaruhi variabel lain.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan terhadap hasil penelitian, maka dapat dinyatakan ada hubungan antara motivasi berprestasi dengan minat membaca pada siswa yang berada di wilayah D.I.Yogyakarta dalam penelitian ini diterima, artinya bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi, maka minat membaca pada siswa akan cenderung tinggi, sebaliknya jika motivasi berprestasi rendah maka minat membaca pada siswa pun akan cenderung rendah.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian sebelumnya oleh Nursalina (2014) menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki hubungan positif dengan minat membaca pada anak kelas V SD Negeri 1 Doplang Kecamatan Jati kabupaten Blora. Temuan dalam penelitian ini didukung oleh Sangadji (2019) yang menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memiliki hubungan positif dengan minat membaca pada siswa SDIT Salman Al Farisi 2 Yogyakarta. Hubungan yang positif tersebut mengidentifikasi bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka akan semakin tinggi minat membaca pada siswa, demikian pula sebaliknya semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin minat membaca pada siswa. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arendra (2016) yang

menunjukkan adanya hubungan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara minat membaca buku dengan motivasi berprestasi.

Implikasi dari penelitian ini adalah diharapkan sekolah mampu menumbuhkan dan meningkatkan minat membaca bagi siswanya dengan merancang program-program yang dapat merangsang kegiatan membaca untuk meningkatkan budaya membaca pada siswa sehingga siswa memiliki minat membaca yang tinggi.

Bagi peneliti selanjutnya selanjutnya yang ingin meneliti variabel tergantung yang sama dengan peneliti ini agar dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi minat membaca seperti faktor eksternal yaitu konformitas, dukungan sosial dan faktor-faktor lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, A. (2017). *Hubungan Minat Baca dengan Prestasi Belajar Bahasa Indonesia bagi Siswa Kelas VI SD Negeri 57 Bulu-Bulu Kecamatan Marusu Kabupaten Maros*. Jurnal Kajian Pendidikan Dasar, 2 (2), 314-324.
- Arendra, S. S. (2016). *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Minat Membaca Buku Pada Siswa SMA Negeri 2 Klaten*. Skripsi-Naskah Publikasi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dalman, H. (2014). *Keterampilan Membaca*.

- Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Darmono. (2007). *Perpustakaan Sekolah Pendekatan Aspek Manajemen Dan Tata Kerja*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana.
- Djaali. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Djamarah, S. B. (2011). *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Haris, A. J., & Sippay, E. R. (1980). *How to increase reading ability, A Guide To Development and Remedial Methods*. New York: Longman.
- Mokoagow, K. (2016). *Peranan Surat Kabar dalam Menumbuhkan Minat Baca Remaja Di Kecamatan Singkil Kota Manado*. Acta Diurna Komunikasi, 5(2), 1-6.
- Mustaghfirin, Yunita, & Wimbarti. (2002). *Kemandirian dan Motivasi Berprestasi pada Anak Penderita Asma, Indigenous*. Jurnal Ilmiah Berkala. 6(1). 70.
- Nursalina, A. I., Budiningsih, T. E. (2014). *Hubungan Motivasi Berprestasi Dengan Minat Membaca Pada Anak*. Educational Psychology Journal, 3 (1). 1-7.
- Rahim, F. (2008). *Pengajaran Membaca di Sekolah Dasar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sangadji, A. H. (2019). *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Minat Membaca Pada Siswa Sekolah Dasar*. Skripsi Naskah Publikasi: Universitas Mercu Buana.
- Sumarno. (2005). *Belajar Efektif Kewarganegaraan SMA/ MA*. Semarang: Tim MGMP Kewarganegaraan SMA Kota Semarang.
- Susanto, A. (2013). *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*. Jakarta: Kencana Prenamedia Group.

**Persepsi Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan
Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap Pembelajaran *Online* di Masa
Pandemi Covid-19**

*Perceptions of Students of the Psychology and Education Faculty
at University of Al-Azhar Indonesia towards Online Learning*

ASEP SAEFUDDIN¹, RADHIYA BUSTAN², ZAHRINA AMELIA³,

Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al A-Azhar Indonesia

Email: ¹asaefuddin@uai.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana persepsi mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap pembelajaran *online* selama pandemi Covid-19. Responden penelitian adalah 91 orang mahasiswa program studi Psikologi, dan 66 mahasiswa program studi Pendidikan Anak Usia Dini di Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia melalui aksidental sampling. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, dengan alat pengumpulan data kuesioner. Hasil menunjukkan bahwa 51% mahasiswa merasa metode pembelajaran kurang kreatif, serta tugas yang diberikan selama pembelajaran online dirasa lebih banyak dibandingkan pada saat pembelajaran luring. Tedapat 49% mahasiswa merasa senang dan tidak memberatkan, karena waktunya lebih efesien dan fleksibel sehingga bisa melakukan aktivitas atau kegiatan secara bersamaan, dan tidak harus memikirkan biaya untuk transportasi dan kebutuhan lainnya.

Kata kunci: Covid-19, pembelajaran online, persepsi

Abstract. This study aims to see how the perceptions of students of Psychology and Education Faculty at University of Al-Azhar Indonesia towards online learning during the Covid-19 pandemic. The research respondents were 91 students of the Psychology study program, and 66 students of the Early Childhood Education study program at the Psychology and Education Faculty University of Al-Azhar Indonesia, through accidental sampling. The research approach used descriptive quantitative, with a questionnaire as instrument of data collection. The results show that 51% of students felt that the learning method was less creative, and the assignments given during online learning are more than during offline learning. There are 49% of students felt happy and not burdensome, because the time is more efficient and flexible so they can carry out activities simultaneously, and do not have to think about the costs for transportation and other needs.

Key words: Covid-19, online learning, perception

PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 dunia dihadapkan dengan ancaman serius virus corona atau *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) yang menyebar pertama kali pada Desember 2019 dari kota Wuhan yang merupakan ibukota Provinsi Hubei, China (Arnani, 2020). Tingkat penyebaran Covid-19 yang tinggi menimbulkan kekhawatiran pada masyarakat. Kemudian Pemerintah mengeluarkan surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi Nomor 1 tahun 2020 tentang Pencegahan Penyebaran Covid-19 di Perguruan Tinggi, maka diinstruksikan untuk mengganti perkuliahan tatap muka dengan menyelenggarakan perkuliahan secara daring seperti yang tertulis pada butir ke 5 surat edaran tersebut.

Metode pembelajaran yang berubah secara tiba-tiba ini, menimbulkan dampak dalam berbagai aktivitas belajar mengajar pada institusi Pendidikan. Pada Perguruan Tinggi, situasi ini menuntut kesiapan universitas, dosen pengajar, mahasiswa, serta seluruh sivitas akademika dalam melaksanakan pembelajaran *online* yang sebelumnya dilaksanakan hanya pada skala terbatas. Pembelajaran *online* merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran. Pembelajaran *online* hanya mampu mempertemukan mahasiswa dan dosen

melalui *platform online* seperti zoom, google meet, dan sebagainya.

Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia adalah salah satu Fakultas yang harus melakukan adaptasi terhadap perubahan tersebut. Pasalnya proses belajar mengajar pada Fakultas tersebut sebelum adanya pandemi Covid-19, dominan dilaksanakan secara tatap muka (*offline*) dan hanya sekitar kurang dari 30% proses pembelajaran dengan memanfaatkan *e-learning* yang dilakukan secara *online*. Dengan adanya pandemi Covid-19 pembelajaran harus dilakukan secara *full online*, sementara di Fakultas Psikologi dan Pendidikan, terutama pada program studi Psikologi dan program studi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), lebih dari 50% mata kuliah berkaitan dengan penguasaan keterampilan yang memerlukan interaksi langsung tatap muka(*offline*).

Menghadapi situasi pandemic Covid-19 ini, mulai bulan Maret 2020 Universitas Al-Azhar Indonesia memberlakukan pembelajaran *full* secara *online*. Pembelajaran dilakukan dengan menggunakan *e-learning* dan *platform zoom*. Berdasarkan wawancara dan observasi selama pembelajaran *online* dilakukan pada masa pandemic Covid-19 ini, diperoleh berbagai konsekuensi, baik positif maupun negatif. Dari sisi positif, pembelajaran *online* dapat membuat mahasiswa lebih bertanggung jawab dan mendorong kemandirian belajar, serta dapat mengatur waktu belajar secara mandiri dan lebih kreatif menggunakan berbagai aplikasi dalam membuat tugas.

Sebagian mahasiswa juga merasa lebih nyaman dalam menyampaikan pertanyaan dan mengemukakan gagasan saat pembelajaran *online*. Mengikuti pembelajaran *online* dapat menurunkan kecemasan dan tekanan psikologis dari teman sebaya yang ketika pembelajaran tatap muka di kelas dapat terjadi. Namun dibalik itu, mahasiswa juga melaporkan berbagai kesulitan dalam proses penyesuaian belajar *online* tersebut. Terutama terkait pemahaman materi perkuliahan, karena sebagian dosen menggunakan metode *Asynchronous* (*online* tidak langsung) dalam mengajar, dimana dengan bahan ajar yang hanya berupa bacaan atau modul tidak mudah dipahami oleh mahasiswa secara menyeluruh dan dosen lebih banyak memberikan tugas, serta kurangnya penjelasan lebih lanjut dengan metode *synchronous* (*online* langsung). Sementara terbukti bahwa dalam pembelajaran *offline*, kelas yang dosennya sering masuk ternyata lebih unggul jika dibandingkan dengan kelas yang dosennya jarang masuk (Swan, 2002). Tidak hanya mahasiswa yang kesulitan saat melaksanakan pembelajaran *online*, sebagian dosen juga belum paham dalam menggunakan media belajar *online*. Kurangnya interaksi antara dosen dan mahasiswa membuat mereka susah memahami materi yang diberikan, mahasiswa lebih susah menanyakan materi yang belum paham dan susah berkonsentrasi saat pembelajaran secara *online*.

Fenomena ini sejalan dengan penelitian Purwasih, dkk (2020), mengenai persepsi mahasiswa calon pendidik terhadap

pembelajaran daring berbasis ICT pada masa pandemic Covid-19, diperoleh hasil bahwa persepsi mahasiswa tergolong baik, meskipun pada umumnya mahasiswa lebih menyukai perkuliahan tatap muka dibandingkan online, karena materi kuliah yang disampaikan dosen melalui penugasan dan kuliah online membuat mahasiswa kurang memahami materi kuliah. Mengetahui persepsi mahasiswa mengenai aktivitas belajar belajar diperlukan agar dapat menjadi bahan evaluasi bagi institusi dalam memberikan pelayanan yang terbaik dan menetapkan kebijakan terkait proses pembelajaran yang efektif. Adapun pengertian persepsi menurut Wade & Tavris (2014) menyatakan bahwa persepsi adalah proses dimana impuls-impuls sensorik diatur dan diterjemahkan oleh individu. Dalam penelitian ini, impuls sensorik yang dimaksud adalah proses pembelajaran *online* (daring) selama pandemic Covid-19. Dimana pada persepsi tersebut terdapat pengaruh psikologis yang mencakup kebutuhan, kepercayaan, emosi, dan ekspektasi.

Berbagai kondisi yang terjadi ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut agar mendapat gambaran bagaimana persepsi mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap pembelajaran online selama pandemic Covid-19 ini, agar dapat melakukan evaluasi untuk meningkatkan pelayanan dalam proses belajar mengajar.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif, dengan jenis penelitian survei. Penelitian survei merupakan penelitian yang menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Kuesioner merupakan lembaran yang berisi beberapa pernyataan dengan struktur yang baku (Prasetyo & Miftahul Jannah, 2005). Data hasil kuesioner dari pertanyaan terbuka juga digunakan untuk memperkuat data agar memperoleh gambaran lebih mendalam. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui persepsi mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap pembelajaran *online* selama pandemic Covid-19. Penyajian data dalam penelitian ini menggunakan persentase yang ditampilkan dengan diagram.

Adapun instrumen pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner terkait persepsi mahasiswa mengenai pembelajaran online dan harapan mahasiswa terhadap pembelajaran kedepannya. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia. Sample penelitian adalah 91 orang mahasiswa program studi Psikologi, dan 66 mahasiswa program studi Pendidikan Anak Usia Dini, dengan total 157 orang, yang diambil melalui melalui aksidental sampling.

Karena keterbatasan untuk melakukan pengumpulan data di masa pandemic Covid-19 ini, maka pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik penarikan nonprobabilita

dengan aksidental sampling, dimana penarikan sampel berdasarkan pada kemudahan karena berada pada waktu dan tempat penelitian (Prasetyo & Jannah, 2005). Pengumpulan data kuesioner melalui bantuan *google form*.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli – Agustus 2021 setelah pembelajaran pada semester Genap Tahun Ajaran 2020/2021 berakhir. Proses menganalisis data dalam penelitian ini dengan cara mengatur, mengurutkan, mengelompokkan, memberikan kode, dan mengategorikan data yang diperoleh dari kuesioner.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al-Azhar Indonesia terhadap Pembelajaran *Online*. Penelitian yang gunakan yaitu penelitian survey dengan responden dari prodi psikologi dan prodi PAUD. Penyebaran kuesioner dilakukan selama 2 minggu agar memiliki kemungkinan jumlah responden yang terkumpul lebih banyak. Terhimpun respon 91 responden, hal itu sudah dapat melanjutkan ke dalam pengolahan data.

Persepsi Mahasiswa Program Studi Psikologi

Berdasarkan hasil analisis mengenai Evaluasi Pembelajaran Daring semester genap 2020/2021 Prodi Psikologi terdapat 91 responden dapat disimpulkan bahwa:

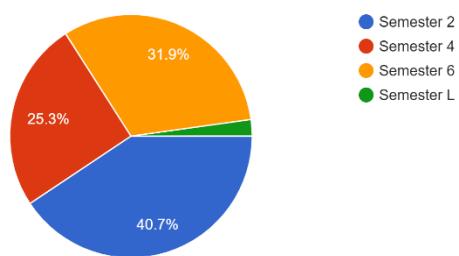


Diagram 1. Semester Mahasiswa

Berdasarkan hasil responden dari 91 responden dapat dilihat bahwa sebanyak 29 responden dengan total 31,9% merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 6, sebanyak 23 responden dengan total 25,3 % responden merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 4, sebanyak 37 responden dengan total 40,7 % responden merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 2 dan dapat terlihat sebanyak 2 responden merupakan mahasiswa/mahasiswi semester lainnya.

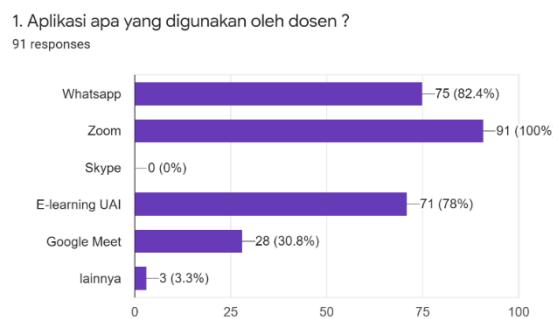


Diagram 2. Aplikasi yang digunakan dosen

Berdasarkan hasil responden dari 91 responden dapat disimpulkan bahwa sebanyak 91 responden menjawab aplikasi yang digunakan dosen melalui zoom, sebanyak 71 responden menjawab E-learning UAI, sebanyak 75

responden menjawab WhatsApp, sebanyak 28 responden menjawab aplikasi Google Meet dan 3 responden menjawab aplikasi lainnya. Ini menunjukan bahwa sebanyak 100% dosen menggunakan aplikasi Zoom untuk mengajar.

Selama pembelajaran jarak jauh 91 responden sudah mulai terbiasa, namun beberapa responden tetap merasa pembelajaran tatap muka lebih efektif

3. Kendala apa yang terjadi dalam pembelajaran daring ?
91 responses

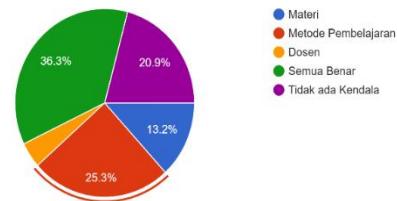


Diagram 3. Kendala dalam Pembelajaran Daring

Berdasarkan hasil responden dari 91 responden sebanyak sebanyak 33 responden menjawab bahwa pilihan yang tertera terkait kendala bahwa semuanya benar, sebanyak 24 responden menjawab bahwa mengalami kendala dalam metode pembelajaran, sebanyak 16 responden menjawab tidak mengalami kendala selama proses pembelajaran daring, sebanyak 11 responden menjawab bahwa mengalami kendala dalam materi dan sebanyak 4 responden menjawab kendala selama proses pembelajaran daring adalah dosen. Dapat disimpulkan bahwa sebanyak 36,3% mahasiswa/i mengalami kendala dalam materi, metode pembelajaran, dan dosen.

Mengenai pertanyaan alasan menjawab

mata kuliah favorit selama pembelajaran jarak jauh (pembelajaran jarak jauh) dari jawaban 91 responden dapat dikelompokan dan disimpulkan bahwa karena pembawaan dosen yang santai tenang dan mengayomi serta penjelasan materi yang sangat asik dan membahas tentang kasus-kasus yang menarik membuat diskusinya menjadi lebih efektif dan penyampaian materi dan metode yang diberikan cukup beragam dan pelajarannya sangat menarik sehingga membuat mahasiswanya menjadi lebih nyaman.

Berkaitan dengan pertanyaan alasan mengapa beberapa matakulia hmengalami kendala selama pembelajaran jarak jauh jawaban yang diberikan 91 responden dapat disimpulkan bahwa kendalabanyak didapat dari jaringan yang sering terputus-putusnya sinyal sehingga membuat materi lebih sulit dipahami. Untuk mahasiswa tingkat atas, praktik turun lapangan sangat penting buat bekal kedepannya. dan di semester atas justru sudah lebih banyak mata kuliah yang harusnya turun lapangan namun terkendala dengan adanya pandemi ini. Dan beberapa dosen tidak melakukan waktu pengajaran sesuai dengan kontraknya ada yang melebih batas jam seharusnya dan pemberian materi kurang jelas (efektif).

6. Apakah Anda senang dengan pembelajaran daring?
91 responses

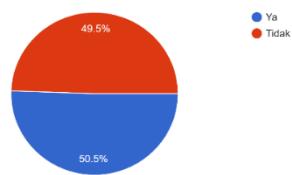


Diagram 4. Gambaran apakah mahasiswa

senang/tidak dengan pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil responden dari 91 responden sebanyak 44 responden kurang puas ataupun tidak senang dengan pembelajaran daring ini dan sebanyak 46 responden menjawab senang dengan pembelajaran daring ini. Dapat disimpulkan bahwa sebanyak 50,5% responden merasa kurang senang dengan pembelajaran daring ini dan sebanyak 49,5% responden merasa senang dalam pembelajaran daring.

Mengenai pertanyaan alasan apakah responden senang dengan pembelajaran daring jawaban yang diberikan 91 responden dapat dikelompokan dan disimpulkan bahwa pembelajaran daring ini kurang efektif karena pembelajaran dilakukan depan laptop atau gadget membuat mata menjadi sakit dan cepat lelah dan memuat cepat stress, mudah lelah secara psikisi sehingga membuat fokus menjadi menurun karena waktu yang diberikan terkadang melebihi batas seharusnya dan hanya berpusat pada tugas. Selama pembelajaran jarak jauh ini juga membuat tidak bisa merasakan praktik turun lapangan langsung membuat materi menjadi lebih susah dipahami dan dimengerti.

7. Apakah pembelajaran daring memberatkan mahasiswa?
91 responses

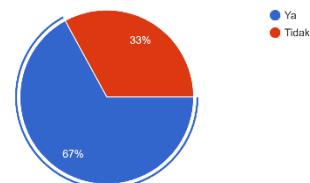


Diagram 5. Gambaran apakah pembelajaran daring memberatkan mahasiswa

berdasarkan hasil responden dari 91 responden sebanyak 61 responden menjawab “IYA” dan sebanyak 30 responden menjawab “TIDAK”. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring ini memberatkan mahasiswa dengan total suara 67%.

Mengenai pertanyaan alasan pembelajaran daring memberatkan mahasiswa jawaban yang diberikan 91 responden dapat disimpulkan bahwa pembelajaran jarak jauh ini dirasa sangat kurang efektif untuk mahasiswa karena waktu yang seharusnya untuk libur (libur nasional) menjadi tersita dan membuat waktu tidur dan istirahat berkurang. Banyaknya tugas-tugas yang diberikan dosen pun sangat memberatkan mahasiswa hal ini kemungkinan akan menurunkan imunitas mahasiswa, karena kurangnya beristirahat terlebih lagi pada masa pandemi ini harus lebih menjaga kesehatan. Sinyal dan kuota yang terkendala membuat materi lebih susah untuk dipahami.

Mengenai pertanyaan masukan pembelajaran daring selama pembelajaran jarak jauh sebanyak 88 responden menjawab dan dapat dikelompokan dan disimpulkan bahwa pembelajaran daring yang menyenangkan dengan metode yang tidak terlalu serius dan lebih mudah dipahami apabila diberi contoh dengan kehidupan sehari-hari mungkin dibuat lebih inovatif dengan platform tambahan seperti ‘kumospace’, ppt berjalan, video praktik alat test dan sebagainya agar mahasiswa/i mampu mengerti. Dalam 16 kali pertemuan diselingi *sharing session* yang didalamnya juga membahas bagaimana kabar masing-masing mahasiswa dan

pada akhir *sharing session* dosen memberikan *insight* yang dapat memberikan semangat/motivasi kepada mahasiswa. gaya mengajar para dosen juga tentunya mempengaruhi suasana di dalam kelas jadi diharapkan dosen pembawaannya tidak kaku dan santai karena hal tersebut dapat membuat mahasiswa menjadi *nervous* dan kaku juga. Rekaman pembelajaran diberikan kepada mahasiswa sehingga jika ada yang bermasalah dengan jaringan internet, mereka bisa mengakses rekaman tersebut di hari lain dengan adanya video pembelajaran, mahasiswa akan lebih fleksibel dalam hal belajar, karena melihat kondisi pandemi saat ini semakin parah yang membuat beberapa sanak saudara dari para mahasiswa atau bahkan mahasiswa itu sendiri terkena penyakit. Sehingga mahasiswa akan minim mendapatkan informasi maupun materi. Dengan adanya video pembelajaran, mahasiswa akan lebih bisa memahami ketika kondisinya prima.

Mengenai pertanyaan pembelajaran seperti apa yang cocok setelah Pembelajaran jarak jauh berakhir sebanyak 91 responden menjawab dan dapat disimpulkan bahwa bahwa responden mengharapkan pembelajaran tatap muka segera dilakukan jika kondisi sudah normal ataupun dengan sistem pembelajaran secara online 50% dan offline 50% .

Persepsi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD)

Adapun data berkaitan dengan mahasiswa program studi Anak Usia Dini adalah sebagai berikut:

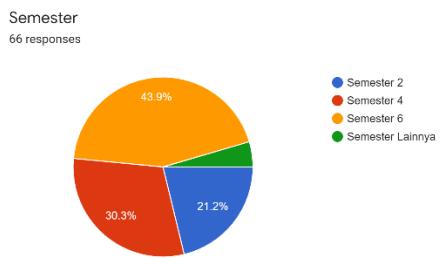


Diagram 6. Persepsi Mahasiswa Prodi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD).

Berdasarkan hasil responden dari 66 responden dapat disimpulkan bahwa sebanyak 29 responden dengan total 43,9% merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 6, sebanyak 20 responden dengan total 30,3% merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 4, sebanyak 14 responden dengan total 21,2% merupakan mahasiswa/mahasiswi pada semester 2 dan dapat terlihat sebanyak 3 responden dengan total 4,5% merupakan mahasiswa/mahasiswi semester lainnya.

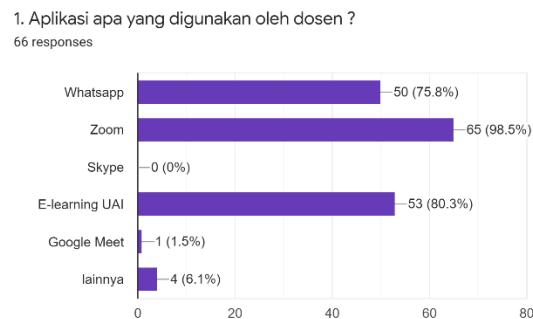


Diagram 7. Aplikasi yang biasa digunakan oleh dosen untuk mengajar.

Berdasarkan hasil responden dari 66 responden dapat disimpulkan bahwa sebanyak 65 responden menjawab aplikasi yang digunakan dosen melalui zoom, sebanyak 53 responden

menjawab E-learning UAI, sebanyak 50 responden menjawab WhatsApp, sebanyak 4 responden menjawab aplikasi lainnya dan 1 responden menjawab aplikasi Google Meet. Ini menunjukkan bahwa sebanyak 98,5% dosen menggunakan aplikasi Zoom untuk mengajar.

Mengenai pertanyaan terkait bagaimana kesan selama pembelajaran jarak jauh sebanyak 66 responden dapat disimpulkan bahwa kesan selama pjj beberapa responden merasa mulai terbiasa dengan adanya pembelajaran jarak jauh ini namun tetap pembelajaran secara tatap muka lebih efektif daripada pembelajaran jarak jauh ini karena banyak nya kendala yang dialami selama pembelajaran jarak jauh ini.

3. Kendala apa yang terjadi dalam pembelajaran daring ?
66 responses

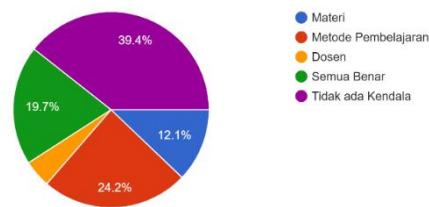


Diagram 8. Kendala dalam Pembelajaran Daring.

Berdasarkan hasil responden dari 66 responden sebanyak 26 responden menjawab tidak mengalami kendala selama proses pembelajaran daring, sebanyak 16 responden menjawab bahwa mengalami kendala dalam metode pembelajaran, sebanyak 13 responden menjawab bahwa pilihan yang tertera terkait kendala bahwa semuanya benar, sebanyak 8 responden menjawab bahwa mengalami kendala dalam materi dan sebanyak 3 responden menjawab kendala selama proses pembelajaran daring adalah

dosen. Dapat disimpulkan bahwa sebanyak 39,4% mahasiswa tidak mengalami kendala selama terjadinya proses pembelajaran daring.

Alasan terkait terdapat beberapa mata kuliah favorit adalah karena materi yang disampaikan dosen sangat mudah dipahami dan mudah untuk di aplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dengan pembawaan yang santai namun jelas dan lugas dan dosen juga sangat mempermudah mahasiswa sehingga dapat dekat dengan mahasiswa nya. Pemberian quiz setelah pembelajaran pun sangat memudahkan mahasiswa sehingga membuat tugas menjadi berkurang dan cara penyampaian materi yang sangat bervariasi membuat mahasiswa memilih mata kuliah tersebut menjadi favorit.

Sementara alasan matakuliah tertentu dianggap terkenala adalah karena tidak bisanya bertatap muka sehingga membuat tidak bisa praktik langsung dengan dosen dan terkendala akan sinyal dan kuota ketika kuliah sedang berlangsung. Responden merasa sulit untuk observasi di kala pandemic ini dan banyak nya tugas yang diberikan membuat mahasiswa merasa terbebani karena di kala pandemi seperti ini situasinya berbeda menjadi fokus nya menjadi terbelah dua antara rumah dan kelas sangat berbeda saat kuliah tatap muka yang fokus nya hanya 1 saja yaitu dalam kelas. Selain itu pula karena banyak nya tugas yang diberikan dengan deadline yang dirasa berdekatan membuat kuota sudah habis sebelum masanya. Materi-materi yang disampaikan juga sangat susah dipahami dan dimengerti.

6. Apakah Anda senang dengan pembelajaran daring?
66 responses

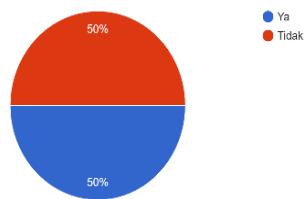


Diagram 9. Gambaran apakah mahasiswa senang/tidak dengan pembelajaran daring.

Berdasarkan hasil responden dari 66 responden sebanyak 33 responden kurang puas dengan pembelajaran daring ini dan sebanyak 33 responden menjawab senang dengan pembelajaran daring ini. Dapat disimpulkan bahwa sebanyak 50% responden merasa kurang senang dengan pembelajaran daring ini dan sebanyak 50% responden merasa senang dalam pembelajaran daring.

Mengenai pertanyaan alasan mengapa responden senang atau tidak selama pembelajaran daring jawaban dari 66 responden dapat disimpulkan bahwa mereka yang menjawab senang dengan pembelajaran daring karena ketika daring ini waktunya lebih efisien dan fleksibel sehingga bisa melakukan aktivitas/ kegiatan secara bersamaan tidak seperti ketika pertemuan offline harus memikirkan biaya untuk transportasi dan kebutuhan lainnya. Terlebih karena sedang situasi pandemic ini lebih aman proses pembelajaran secara daring karena tidak perlu ke kampus untuk menghindari terpapar Covid-19. Responden yang menjawab tidak senang dengan pembelajaran daring ini memiliki alasan karena lebih sulit mengenai materi dan banyak tugas yang

diberikan dengan deadline yang berdekatan dan membuat jam tidur berantakan sehingga hilangnya fokus dan semangat untuk kuliah dan terkendala sinyal membuat kurang memahami materi dengan zoom setiap hari dengan dosen yang jarang masuk tanpa memberikan materi namun tugas tetap diberikan sehingga membuat pahamanan yang didapat kurang bahkan tidak ada.

7. Apakah pembelajaran daring memberatkan mahasiswa?
66 responses

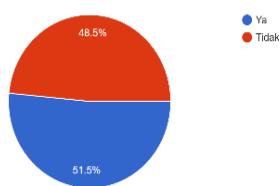


Diagram 10. Gambaran apakah pembelajaran daring memberatkan mahasiswa.

Berdasarkan hasil responden dari 66 responden sebanyak 34 responden menjawab “IYA” dan sebanyak 32 responden menjawab “TIDAK”. Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran daring ini memberatkan mahasiswa dengan total suara 51,5%. Dapat dilihat pembelajaran daring memberatkan mahasiswa dalam jumlah kuota yang diperlukan untuk pembelajaran daring, perangkat yang kurang memadai, lingkungan rumah yang tidak mendukung, dan koneksi internet yang berakibat membuat dari mahasiswa maupun dosen yang membuat penyampain materi dari dosen dan

tanggapan dari mahasiswa jadi terlambat.

Hambatan juga diamali terkait tugas yang diberikan terlalu banyak dan eaktu kuliah yang melebihi jam semestinya, sehingga membuat belajar tidak maksimal dan waktu istirahat yang berantakan.

Responden memberikan masukan bahwa dosen dapat memberikan materi secara interaktif dan mengundang dosen-dosen tamu lainnya yang dari luar yang kreatif dan inovatif. Pemberian tugas sesuai kapasitas dan engurangi intensitas zoom karena mahasiswa sudah tidak mendapatkan kuota bantuan dari pemerintah lagi. Responden mengharapkan pembelajaran tatap muka segera dilakukan jika kondisi sudah normal atau dengan sistem pembelajaran secara online 50% dan offline 50%.

Persepsi Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan

Berdasarkan hasil analisis mengenai Evaluasi Pembelajaran Daring semester genap 2020/2021 Prodi Psikologi dan prodi PG PAUD semester 2- semester 8. Dapat dilihat dalam proses pembelajaran daring sebanyak 99% dosen menggunakan aplikasi zoom, 78% menggunakan whatsapp grup dan 75,6% menggunakan *e-learning UAI* untuk mengajar. Kegiatan mengajar sebanyak 1% menggunakan aplikasi google meet. Media daring yang digunakan selama pembelajaran bervariasi, hal tersebut menjadikan mahasiswa dapat berberapa media baru, berlatih, dan mengkonstruksikan dalam lingkungan pembelajaran (Simonson, 2012). Selama pembelajaran daring pada fakultas psikologi dan Pendidikan media pembelajaran lebih banyak

menggunakan Zoom, tetapi jika ada perubahan umumnya berdasarkan kesepakatan bersama antara dosen dan mahasiswa.

Saat ini mahasiswa prodi psikologi dan PG PAUD sudah mulai terbiasa dengan adanya PJJ ini namun mereka merasa bahwa tatap muka lebih dinilai efektif karena selama pembelajaran online ini banyaknya kendala yang dialami sehingga mereka merasa bahwa pembelajaran online ini masih kurang efektif namun di sisi lain mereka merasa efektif karena disaat situasi pandemi ini mereka tidak perlu keluar untuk ke kampus sehingga mengurangi mereka terpapar dari Covid-19 ini dan mengurangi mobilitasi. Hal itu sejalan dengan Roblyer menyatakan bahwa komunikasi dua arah pada kegiatan pembelajaran daring diyakini lebih efektif daripada model pembelajaran tatap muka atau konvensional (Roblyer, 2013). Kedala yang dihadapai selama pembelajaran online yaitu materi dan metode pembelajaran yang dilakukan belum optimal sebanyak 40 % terkendala dari sisi dosen 15%, terkendala materi, metode dan dosen 12% dan tidak ada kendala selama PJJ 33%. Kendala external juga dihadapi mahasiswa yaitu jaringan internet yang kurang baik, serta kouta bantuan dari pemerintah sudah tidak ada. Hal itu berakibat materi yang diperoleh sulit dipahami. Mahasiswa pun menjelaskan dosen terkadang mengajar bukan diwaktunya dan ada juga dosen yang mengajar melibihi waktu yang ditentukan.

Materi atau model pembelajaran yang disukai mahasiswa selama PJJ yaitu pembawaan dosen yang santai membuat mahasiswa/I memahami materi dengan mudah dengan

penyampaian materi dan metode pembelajaran dengan jelas dan lugas dan sangat bervariasi membuat mahasiswa nya menjadi lebih nyaman dalam melakukan diskusi sehingga memilih mata kuliah tersebut menjadi mata kuliah favorit. Terkait dengan hal tersebut dapat dilihat bahwa dosen memerlukan gaya mengajar dan alat untuk menyampaikan media yang lebih kreatif dalam pembelajaran. Hal ini ditegaskan Secara khusus, untuk memenuhi kebutuhan dan harapan pembelajar online, desain kurikulum pembelajaran, strategi penyampaian materi yang efektif, penggunaan media teknologi yang berbeda akan memaksimalkan kualitas pembelajaran daring. (Obizoba, 2016)

Sebanyak 49% mahasiswa merasa senang dan tidak memberatkan, karena waktunya lebih efisien dan fleksibel sehingga bisa melakukan aktivitas/ kegiatan secara bersamaan tidak seperti ketika pertemuan offline harus memikirkan biaya untuk transportasi dan kebutuhan lainnya. Sebaliknya Sebanyak 50,3% mahasiswa merasa kurang senang dengan adanya pembelajaran daring dan disara memberatkan pembelajaran. Mahasiswa memiliki alasan karena lebih sulit mengerti materi yang disampaikan dan banyak tugas yang diberikan dengan deadline yang berdekatan,membuat jam tidur berantakan. Mahasiswa merasa pembelajaran daring ini dirasa kurang efektif karena pembelajaran yang diharuskan berada di depan laptop sepanjang hari yang berakibat membuat mata menjadi sakit,cepat lelah dan cepat stress. Selama PJJ ini juga membuat tidak bisa merasakan praktik turun lapangan lansung membuat materi menjadi lebih

susah dipahami dan dimengerti. Hal tersebut terlihat bahwa responen/ mahasiswa perlu mengetahui gaya berlajarnya, terdapat beberapa gaya belajar, yaitu visual, auditori, dan kinestetik. Bermacam gaya belajar ini apabila diakomodasi oleh lingkungan maka akan dapat mempengaruhi hasil belajar yang lebih baik (Eudoxie, 2011). Jika mahasiswa mengetahui gaya belajarnya, hal itu akan memudahkan untuk mahasiswa dapat mengerti materi yang diberikan selama pembelajaran.

Mahasiswa prodi Psikologi dan PG PAUD berharap dosen dapat memberikan materi secara lebih interaktif, mengundang dosen-dosen tamu dari luar. Mahasiswa pun berharap dosen menggunakan *platform* tambahan seperti kumospace, ppt berjalan, video praktik alat test dan sebagainya dalam penyampaian materi. Mahasiswa berharap pada semester selanjutnya diberikan akses untuk memutar ulang video pembelajaran, hal itu dalam membantu apabila ada mahasiswa yang tertinggal akibat kendala sinyal. Terdapat tiga hal yang tidak dapat dipisahkan dari pengembangan pembelajaran daring, yakni konten, kanal, infrastruktur atau teknologi informasi (Sutanta, 2019). Sejalan dengan di atas Mustafa menjelaskan beberapa syarat yang perlu diperhatikan dalam pembelajaran daring yaitu: (a) proses belajar mengajar dilaksanakan menggunakan koneksi internet, (b) tersedianya fasilitas untuk mahasiswa dalam layanannya, dan (c) disediakannya pengajar jika terjadi kesulitan dalam proses belajar. 4 Lebih lanjut lagi, pelaksanaan kuliah daring juga memerlukan beberapa persyaratan tambahan, antara lain: (a)

pihak penyelenggara kegiatan kuliah daring, (b) mindset positif dosen dan mahasiswa dalam fungsi utama internet, (c) desain sistem proses belajar yang bisa dipelajari oleh semua mahasiswa, (d) adanya proses evaluasi dari rangkaian proses belajar mahasiswa, dan (e) mekanisme feedback dari pihak penyelenggara(Mustofa, 2019). Hal itu yang perlu diperhatikan oleh dosen dan mahasiswa dalam kegiatan pembelajaran menggunakan media daring agar terdapat sinergi antar keduanya.

Berkaitan dengan harapan kedepannya apabila Covid-19 sudah berakhir mahasiswa menjawab pembelajaran melalui daring(*online*) agar tetap dilakukan, tetapi perlu diimbangi dengan pembelajaran luring(*offline*). Sehingga dapat dikatakan bahwa pembelajaran dengan sistem campuran (*blended learning*) merupakan salah satu solusi untuk pembelajaran selanjutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Persepsi Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Pendidikan Universitas Al Azhar Indonesia terhadap Pembelajaran *Online* dapat disimpulkan bahwa persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran online selama masa pandemic Covid-19 ini masih tergolong cukup baik, terbukti dengan masih terdapatnya keinginan mahasiswa untuk tetap mengadopsi system pembelajaran online ini kedepannya apabila pandemi Covid-19 sudah berakhir, namun tentunya tetap dikombinasikan dengan pembelajaran tatap muka lansung (*offline*). Walaupun masih banyak kendala yang dihadapi yaitu kuota internet, jaringan internet,

metode pembelajaran yang dirasa kurang kreatif bagi 51% mahasiswa, serta tugas yang diberikan selama *online* dirasa lebih banyak dibandingkan pada saat pembelajaran luring(*offline*). Sebanyak 49% mahasiswa merasa senang dan tidak memberatkan, karena waktunya lebih efesien dan fleksibel sehingga bisa melakukan aktivitas secara bersamaan, dan tidak harus memikirkan biaya untuk transportasi dan kebutuhan lainnya. Berdasarkan hal tersebut, bisa disimpulkan bahwa pembelajaran dengan sistem campuran (*blended learning*) dapat menjadi solusi untuk pembelajaran selanjutnya setelah pandemi Cov-19 berlalu.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dan keterbatasan penelitian dapat diajukan beberapa saran dalam penelitian ini yaitu:

1. Saran Metodologis

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan *total sampling*, agar menggambarkan persepsi keseluruhan mahasiswa yang dapat menjadi evaluasi secara menyeluruh. Selain itu, diharapkan agar dapat menambah variabel lainnya yang berkaitan dengan pembelajaran, seperti motivasi, minat, konsep diri, kebiasaan belajar, dan lainnya, sehingga dapat menguji hipotesis lebih lanjut.

2. Saran Praktis

Saran praktis yaitu agar menambah berbagai pelatihan untuk dosen mengenai metode pembelajaran menggunakan *platform* digital agar lebih menarik bagi mahasiswa. Bagi dosen, agar dalam pembelajaran *online* dapat lebih memperhatikan durasi waktu yang ideal pada

setiap mata kuliah, dan mempertimbangkan pendapat mahasiswa ketika akan mengambil waktu libur mahasiswa untuk kelas pengganti perkuliahan. Mahasiswa dalam pembelajaran online diharapkan lebih aktif untuk bertanya kepada dosen apabila kurang memahami materi yang disampaikan selama pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnani, Mela. (17 November 2019). Kasus pertama virus Corona di China dilacak hingga. Retrieved from *Kompas.com*.
- Eudoxie, G. D. (2011). *Learning Styles among Students in an Advanced Soil Management Class : Impact on Students' Performance*.
- Hadi. (2020). Persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring di masa pandemic Covid19. *JurnalZarah*, 8(2) .
- Kemp, P. a. (2016). *Effective facilitation methods for online teaching. International Journal of Higher Education Management* Vol. 2, No. 2, 33-52.
- Mustofa, d. (2019). *Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Pergurauan Tinggi. WJIT : Walisongo Journal of Information Technology*, Vol. 1, No. 2, 151-160.
- Obizoba, C. (2016). "Effective facilitation methods for online teaching.". *International Jurnal of Higher Education Management* Vol2.No. 2 , c-30.
- Prasetyo, Bambang., & Jannah, L. M. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Purwasih, R., Komala., & Santana, F. D. T. (2020). *The perception of prospective student toward ICT based learning in the era of Covid-19 pandemic. Edumatica : Jurnal Pendidikan Matematika*, 10(2), 10-

18. Retrieved from <https://online-journal.unja.ac.id/edumatica/article/view/10518>.

Roblyer, A. H. (2013). *Integrating Educational Technology in Teaching*. Boston: Pearson.

Swan, K. (2002). *Building learning communities in online courses : the importance of interaction*. *Education, Communication & Information*, II, 23-49.

Simonson, M. S. (2012). *Teaching and Learning at a Distance*. Foundation of Distance Education.

Beragamkah Kosa Laku Berdasar Nilai Nasional? Studi Awal terhadap Mahasiswa

Diverse Vocabulary Based on National Values? Initial Study of Students

EKO A MEINARNO¹, AIRIN YUSTIKARINI SALEH¹, AKHMAD YAZID NUGRAHA¹

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia

Email: ¹meinarno@ui.ac.id

Abstrak. Penelitian ini hendak mengungkap sejauh mana kosa laku (kumpulan tingkah laku) remaja yang didasari nilai kemanusiaan mendukung kompetensi keterampilan mahasiswa dengan standar Permendikti 2015. Nilai kemanusiaan merujuk pada sila kedua dari Pancasila yang merupakan nilai-nilai bangsa Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis tematik yang bertujuan untuk mengeksplorasi ide-ide yang dimiliki oleh remaja mengenai wujud tingkah laku yang menggambarkan nilai-nilai Pancasila. Sebanyak 41 mahasiswa yang merespon stimuli yakni menuliskan tingkah laku yang didasari nilai kemanusiaan. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis tematik dari beragam tingkah laku yang ditulis oleh partisipan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kosa laku yang dimiliki oleh partisipan terbatas pada jenis tingkah laku tertentu (*limited behavior repertoire*). Ada beberapa hal yang dapat menjelaskan kondisi ini, yaitu remaja kurang mampu memahami mengenai nilai kemanusiaan, kurangnya rangsangan sosial di lingkungan tempat mereka dibesarkan, dan terbatasnya nalar untuk mewujudkan Pancasila.

Kata kunci: Kosa Laku, *limited behavior repertoire* Remaja, Analisis Tematik, Nilai Nasional.

Abstract. This study aims to reveal the extent to which youth's vocabulary (behavior collection) based on human values supports student skill competencies with the 2015 Permendikti standards. Human values refer to the second principle of Pancasila, which is the values of the Indonesian nation. This study uses a qualitative approach with thematic analysis method which aims to explore the ideas possessed by adolescents regarding the form of behavior that describes the values of Pancasila. As many as 41 students who responded to the stimuli wrote down behavior based on human values. The analytical technique used in this study is the thematic analysis of various behaviors written by the participants. The results showed that the behavioral vocabulary possessed by the participants was limited to certain types of behavior (*limited behavior repertoire*). There are several things that can explain this condition, namely teenagers are less able to understand human values, lack of social stimulation in the environment where they are raised, and limited reasoning to realize Pancasila.

Key words: Vocabulary, limited behavior repertoire Teenagers, Thematic Analysis, National Value.

PENDAHULUAN

Masalah dalam keselarasan antara tingkah laku dan nilai selalu mengemuka (La Pierre, 1934). Salah satu gejala tingkah laku yang tidak banyak disentuh adalah kompetensi yang terdapat dalam Permenristekdikti No 44 Tahun 2015 (yang lebih dikenal dengan SN DIKTI 2015). Di dalam peraturan ini terdapat rumusan keterampilan umum dari sarjana. Untuk mendukung tercapainya keterampilan itu, remaja yang masuk menjadi mahasiswa sekiranya mempunyai kosa laku yang memadai.

Penelitian terhadap keterampilan yang terstandar dari pemerintah tidak menjadi perhatian penelitian ahli-ahli sosial. Psikologi sebagai ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia berupaya menelusuri bagaimana tingkah laku terbentuk. Penelitian-penelitian menunjukkan beberapa fondasi dasar dari tingkah laku. Sebagian ahli menunjukkan bahwa tingkah laku dibentuk berdasar kebutuhan (Hergenhahn & Henley, 2014), berdasar sikap (La Pierre, 1934) atau norma (Schaefer, 2019). Terdapat dua artikel yang secara jelas menunjukkan upaya operasionalisasi dari SN DIKTI 2015 yakni Meinarno & Saleh (2017) dan Saleh dan Meinarno (2018). Kedua artikel ini mencoba untuk menyelaraskan antara kompetensi SN DIKTI 2015 dengan capaian mata kuliah Pancasila. Kedua

kajian ini bersifat tawaran teoretik untuk menjalankan mata kuliah Pancasila.

Bagi masyarakat Indonesia, acuan tingkah laku dalam kehidupan, khususnya dalam konteks bermasyarakat adalah nilai. Ahli-ahli pengkaji tingkah laku sosial mendukung ide bahwa tingkah laku individu dalam satu masyarakat didasari nilai, yakni *as trans-situational goals, with varying degrees of importance, which serve as guiding principles in the life of a person or group* (Schwartz, 1992; 2012; Schwartz & Shorteix, 2018). Sudut pandang ini didasari bahwa individu adalah bagian dari masyarakat, dan masyarakat mempunyai acuan-acuan tertentu untuk bertingkah laku. Dengan demikian, tingkah laku manusia didasari oleh nilai-nilai yang dianut masyarakatnya.

Nilai bagi masyarakat Indonesia adalah nilai yang disepakati sejak berdirinya negara Indonesia. Para pendiri bangsa, khususnya Sukarno menawarkan nilai yang disepakati bersama. Nilai ini yang diharapkan menjadi dasar tingkah laku antarkelompok dan tingkah laku individu di masyarakat yang multikultural. Nilai yang disepakati ini disebut sebagai Pancasila (Meinarno, 2017).

Pancasila (atau nilai nasional dalam penelitian ini) diajarkan kepada seluruh siswa sejak pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi. Secara logis, maka ketika nilai nasional diajarkan sepanjang lebih dari 12 tahun, sehingga nilai nasional

ini menjadi dasar bertingkah laku individu di masyarakatnya. Namun hal yang mengemuka berbeda. Peristiwa kerusuhan dan konflik horizontal sangat diwarnai dengan semangat membenci kelompok lain, yang diawali dengan membanggakan kelompok sendiri, merendahkan kelompok lain, sampai pada akhirnya mendiskriminasi kelompok lain. Hal-hal ini jelas berlawanan dengan nilai nasional.

Dengan latar peristiwa itu maka penelitian ini hendak mengungkap, bagaimana kekayaan kosa laku mahasiswa mengenai wujud tingkah laku yang menggambarkan nilai nasional? Dengan kosa laku tadi, apakah dapat mendukung kompetensi SN DIKTI 2015?

Nilai dan Tingkah laku

Menurut pandangan behaviorisme, tingkah laku adalah segala sesuatu yang dilakukan dan dapat dilihat secara langsung (Ridhwan, Yudhyarta, & Yurisa, 2020). Perilaku adalah segala sesuatu atau tindakan yang sesuai dengan nilai-nilai tata/cara yang ada dalam masyarakat, termasuk keluarga. Tindakan-tindakan yang dilakukan oleh remaja sesuai dengan nilai-nilai norma ataupun nilai yang ada dalam masyarakat yang sudah ada sebelumnya dalam suatu kelompok sosial masyarakat (Josua, Sunarti, dan Krisnatuti, 2020; Maftuh, 2008).

Secara makro, yakni dalam sosiologi dan psikologi sosial, salah satu

fondasi tingkah laku yang utama adalah nilai. Riset-riset klasik sosiologi menunjukkan posisi nilai yang penting sebagai rujukan utama dari pembentukan tingkah laku. Nilai nasional yang dikenal sebagai Pancasila secara sosiologis dan psikologis adalah acuan pembentukan tingkah laku individu dan masyarakat Indonesia.

Pancasila dalam penelitian ini merujuk pada riset-riset psikologi (Meinarno & Suwartono, 2011; Meinarno, 2016, 2017; Meinarno, Putri, Fairuziana, 2019). Dalam penelitian terdahulu untuk masing-masing sila diterapkan menjadi nilai yakni sila Ketuhanan yang Maha Esa menjadi nilai religio-toleransi, sila kemanusiaan yang adil dan beradab menjadi nilai kemanusiaan, sila persatuan Indonesia menjadi nilai persatuan-patriotisme, sila kerakyatan yang dipimpin oleh khidmat kebijaksanaan dalam permusyawatan/perwakilan menjadi nilai demokrasi, dan sila keadilan sosial bagi seluruh rakyat Indonesia menjadi nilai keadilan sosial (Meinarno & Suwartono, 2011; Meinarno, 2016; Meinarno, 2017; Meinarno, Putri, Fairuziana, 2019).

Keberadaan nilai nasional ini sejantarnya mewujud dalam tingkah laku dan mendukung kompetensi saat remaja memasuki dunia pendidikan tinggi. Proses pembentukan ini diharapkan mewujud dengan ajeg pada usia remaja. Pada remaja sebagaimana tugas perkembangannya, akan

menguji pengetahuan yang dimiliki atau mewujudkan hal-hal yang abstrak. Hal ini juga berlaku pada nilai yang ada di masyarakat, remaja akan menguji dan mewujudkannya.

Salah satu cara mengetahui kesiapan remaja bertingkah laku sesuai nilai nasional adalah dengan memperhatikan kompetensi yang diharapkan pendidikan tinggi, sebagaimana kajian Meinarno dan Saleh (2017), dan Saleh dan Meinarno (2018). Kompetensi yang dicapai terdapat dalam Standar Nasional Direktorat Pendidikan Tinggi 2015 (SNDIKTI 2015). Dengan upaya dari para peneliti maka kita dapat membangun pemikiran bahwa kosa laku remaja apa saja yang menjadi modal untuk mencapai kompetensi di masa depan (sebagai mahasiswa).

Dalam penelitian ini, yang hendak diuji terlebih dahulu adalah nilai kemanusiaan. Nilai kemanusiaan patut menjadi perhatian, karena secara logika kemanusiaan adalah nilai yang dapat dikatakan sebagai nilai universal.

Konsep Pancasila	Keterangan
Pancasila	Kemanusiaan yang adil dan beradab
Nilai Nasional	Nilai Kemanusiaan
Definisi	Mengakui persamaan hak dan kewajiban, sayang pada sesama, menjalin hubungan dengan bangsa lain berdasarkan sikap saling menghormati.
Sikap	Menjunjung tinggi nilai kemanusiaan dalam menjalankan tugas berdasarkan agama, moral dan etika. Berkontribusi dalam meningkatkan mutu kehidupan bermasyarakat, berbangsa, beragama, dan peradaban berdasarkan

Konsep Pancasila	Keterangan
Keterampilan	Pancasila Menginternalisasi nilai, norma, dan etika akademik. Mampu mengkaji kasus penerapan ilmu pengetahuan, teknologi, seni sesuai dengan bidang keahliannya dalam rangka menghasilkan purwarupa, prosedur baku, desain atau karya seni. Mampu memelihara dan mengembangkan jaringan kerja sama dan hasil kerja sama di dalam maupun di luar lembaganya Mampu mendokumentasikan, menyimpan, mengamankan, dan menemukan kembali data untuk menjamin kesahihan dan mencegah plagiat.

Tabel 1. Pengembangan Nilai Nasional dan acuan tingkah laku SNDIKTI 2015 (Meinarno & Saleh, 2017; Saleh & Meinarno, 2018).

Perkembangan Remaja

Nilai sebagai salah satu konsep yang abstrak tidak dapat langsung dipahami oleh manusia. Nilai diinternalisasi dan disosialisasikan pada kehidupan manusia sejak lahir melalui interaksi individu dengan lingkungan sosialnya (Josua, Sunarti, dan Krisnatuti, 2020; Maftuh, 2008; Schaefer, 2019). Prosesnya diawali dengan mengenali tingkah laku lebih dulu dalam beragam interaksi sosial. Setelah itu, individu kemudian akan memahami bagaimana afek atau emosi yang menyertai perilaku dan konsekuensi dari perilaku tersebut. Selanjutnya setelah melalui beberapa kali pengulangan, individu akan sampai kepada kognisi yakni memahami makna dan kepentingan dari suatu nilai bagi dirinya dan masyarakatnya. Kognisi dapat dipahami sebagai kemampuan anak untuk berpikir lebih kompleks serta kemampuan

melakukan penalaran dan pemecahan masalah (Desmita, 2010). Kemampuan seseorang dalam menerima dan menerapkan nilai dapat dijelaskan dengan teori perkembangan kognitif dari Piaget.

Asumsi dasar dari teori perkembangan kognitif Piaget (Ibda, 2015; Papalia, & Martorell, 2018; Setiono, 2009;) adalah cara berpikir individu berkembang sepanjang kehidupan dan perkembangannya menjadi makin rumit melalui perkembangan neurologis dan lingkungan. Teori perkembangan kognitif ini dibangun berdasarkan paradigma strukturalisme dan konstruktivisme. Paradigma strukturalisme menjelaskan bahwa inteligensi yang berkembang melalui serangkaian tahap perkembangan yang ditandai oleh pengaruh kualitas struktur kognitif. Paradigma konstruktivisme menjelaskan bahwa kemampuan kognitif dibangun melalui interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya.

Menurut Piaget, perkembangan kognitif manusia dapat dibagi ke dalam lima tahap (Meinarno & Saleh, 2017) yakni *sensorimotor* (0-2 tahun), *preoperational* (3-6 tahun), *formal operational* (11-20 tahun), dan *post-formal thought*. Dalam penelitian ini, penekanan dilakukan terhadap tahapan perkembangan formal operasional. Pada tahap formal operasional, manusia sebagai remaja mengembangkan kemampuan penalaran hipotetis-deduktif. Kemampuan penalaran ini membuat

manusia mampu memahami konsep abstrak dan menganalisa permasalahan kompleks. Manusia juga mengembangkan kemampuan untuk membayangkan kemungkinan dari ide-ide dan pemikiran tertentu, memahami pesan tersembunyi dalam sebuah metafora dan alegori, dan menemukan makna yang lebih kaya dalam karya sastra (Meinarno & Saleh, 2017). Kemampuan penalaran hipotetis-deduktif ini meliputi pendekatan metodik dan ilmiah untuk menyelesaikan masalah. Manusia mampu mempertimbangkan semua hubungan yang mungkin dan secara sistematis menguji hubungan-hubungan tersebut, untuk mendapatkan kebenaran.

Remaja berada pada tahap perkembangan *formal operational*, dimana mereka sudah mampu berpikir dengan cara yang logis, idealistik dan mampu memahami ide-ide abstrak. Remaja sudah mampu memahami hubungan antarfakta dan menarik kesimpulan logis, walaupun masalah hanya disajikan secara verbal. Dalam tahapan kognitif ini, terdapat dua perubahan utama yang terjadi dalam pemrosesan informasi manusia, yang meliputi perubahan struktural dan fungsional (Meinarno & Saleh, 2017). Perubahan struktural terjadi pada kapasitas memori kerja (*working memory*) dan penambahan jumlah pengetahuan yang tersimpan dalam memori jangka panjang (*knowledge repertoire*). Perubahan ini membuat remaja dapat menghadapi

masalah kompleks atau membuat keputusan yang melibatkan berbagai informasi. Perubahan fungsional terjadi pada peningkatan berkelanjutan dalam kecepatan manusia memproses informasi, perkembangan lebih lanjut dalam fungsi eksekutif. Remaja menjadi lebih terampil dalam memilih perhatian/fokus, membuat keputusan, mengendalikan penghambatan respons impuls, dan mengatur memori kerja. Dengan perkembangan kognitif yang seperti ini, remaja sudah mampu menganalisa masalah kompleks, memahami konsep teoretis, mengidentifikasi masalah, dan menyelesaikan masalah dengan beberapa solusi yang telah dianalisis sebelumnya.

Penelitian ini ingin melihat bagaimana kekayaan kosa laku remaja mengenai wujud tingkah laku yang menggambarkan nilai-nilai nasional. Banyaknya kosa laku ini akan berguna untuk mengetahui sejauh mana remaja siap membangun kompetensi diri, sebagai mahasiswa dan sarjana di masa depan.

Dengan demikian, mahasiswa seharusnya memiliki kosa perilaku yang kaya mengenai perwujudan nilai nasional dalam kehidupan sehari-hari. Bukan hanya kosa laku yang kaya, tetapi seharusnya sudah mampu mengimplementasikan kosa laku tersebut dalam berbagai situasi. Apalagi dengan peran mereka sebagai agen perubahan di masyarakat, seharusnya mereka mampu menjadi perintis dan

membantu masyarakat dalam menyelesaikan permasalahan.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif, karena bertujuan untuk menggambarkan realitas sosial dan fenomena yang terjadi di masyarakat secara utuh dan mendalam sehingga tergambaran ciri, karakter, sifat, dan model dari realitas dan fenomena tersebut (Sanjaya, 2013). Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis diskursus atau analisis wacana, dan menggunakan teknik analisis tematik. Pendekatan analisis diskursus adalah suatu metode yang digunakan ketika peneliti ingin menyoroti cara-cara di mana 'pengetahuan' dikonstruksi secara sosial. Ini bertujuan untuk mengungkap nilai-nilai implisit dan asumsi tersembunyi yang mendukung pengetahuan yang diterima begitu saja (Frost, 2011). Analisis diskursus memiliki salah satu kelebihan yakni dapat diterapkan pada berbagai jenis teks (artikel koran, dokumen kebijakan, teks daring, data visual), sehingga juga dapat digunakan untuk teks jawaban dari tugas di mata kuliah Pancasila. Selain itu, karena analisis diskursus ini tidak berusaha untuk menggeneralisasi hasil dari sampel ke populasi yang lebih besar, maka tidak perlu menganggap penting pengumpulan data dari sampel besar.

Secara ontologis, penelitian ini menggunakan kerangka berpikir konstruktivisme, dan bertujuan untuk menjelaskan bagaimana remaja mengkontruksi pengetahuan mereka tentang perilaku yang mereka anggap sebagai perwujudan nilai kemanusiaan. Secara epistemologis, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan wacana nilai nasional dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan remaja tentang dunia sekitarnya, khususnya dalam perwujudan nilai-nilai nasional, merupakan hasil dari pengaturan (organisasi) bahasa dan perilaku tertentu atau praktek dalam bentuk wacana yang berisikan tentang suatu ide abstrak. Wacana tentang nilai kemanusiaan dalam kehidupan sehari-hari dikenalkan melalui bagaimana cara hal itu dibicarakan dan bagaimana cara melakukan sesuatu yang diatur ke dalam formasi khusus.

Partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa pada semester pertama. Usia mayoritas adalah 18 tahun. Mereka ditugaskan untuk menuliskan tingkah laku yang dianggap perwujudan dari nilai kemanusiaan. Partisipan menulis satu tingkah laku saja. Agar partisipan tidak rancu, maka peneliti memberi arahan berupa definisi dari nilai kemanusiaan yang didapat dari Meinarno (2012, 2016, 2017, 2019). Penulisan kosa laku yang ditulis tidak saling cek silang kepada mahasiswa lainnya. Langkah selanjutnya peneliti melakukan pengumpulan dan melakukan

perhitungan dari kosa laku yang ditulis. Peneliti kemudian menuliskan frekuensi dari masing-masing kosa laku.

HASIL

Berdasar jumlah mahasiswa yang berpartisipasi, terdapat 41 mahasiswa yang mengisi permintaan peneliti. Berdasar itu juga terdapat 41 respon tingkah laku yang dituliskan. Secara umum terdapat 12 tingkah laku. Adapun tiga perilaku dengan frekuensi kemunculan yang tertinggi adalah saling menghormati (13 respon), adil (delapan respon), dan sopan santun (lima respon). Secara detail semua tingkah laku tertuang pada tabel 2.

PERILAKU	Total
Saling menghormati	13
Toleransi	2
Adil	8
Tolong-menolong	3
Saling menghargai	2
Sopan-santun	5
Ramah	1
Menjunjung HAM	1
Peduli Sesama	2
Musyawarah	1
Bijaksana	2
Rukun	1
	41

Tabel 2. Kosa laku nilai kemanusiaan.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 12 tingkah laku muncul sebagai perwujudan nilai kemanusiaan. Setidaknya

ada empat tingkah laku yang paling sering muncul yakni saling menghormati, adil, dan sopan santun. Frekuensi kemunculan kosa laku ini dalam jawaban mahasiswa terbilang lebih tinggi dibandingkan frekuensi kemunculan tingkah laku lain.

Merujuk pada kompetensi keterampilan SN DIKTI 2015, dapat diperkirakan bahwa terdapat kesenjangan antara kosa laku remaja (sebagai mahasiswa). Kesenjangan ini (*limited behavior repertoire*) dapat dilihat bahwa keduabelas tingkah laku yang dituliskan masih belum cukup untuk mendukung keterampilan yang dituntut yakni kaji kasus berdasar ilmu pengetahuan, memelihara jaringan kerja sama, dan mampu menyimpan hasil kerja. Oleh karena itu kesenjangan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kosa perilaku mahasiswa mengenai contoh perilaku yang menggambarkan nilai kemanusiaan masih terbatas.

Terbatasnya kosa laku (*limited behavior repertoire*) yang dimiliki oleh mahasiswa dapat dijelaskan dengan beberapa faktor. Pertama, remaja kurang mampu memahami definisi nilai kemanusiaan. Dalam proses belajar Pancasila dari tingkat sekolah dasar hingga menengah atas, remaja tidak banyak mengetahui nilai ini dalam konteks ilmiah. Penekanan pembelajaran yang bersifat kognitif dan indoktrinasi tampaknya lebih meninggalkan jejak ingatannya. Selama

masa pendidikan itu, pemaknaan, pengertian, dan pemahaman Pancasila (nilai kemanusiaan) tidak menimbulkan pengembangan ide dan tidak membuat remaja menggali apa yang ada dalam nilai kemanusiaan.

Kedua, terbatasnya kosa laku yang dimiliki oleh mahasiswa juga dapat dijelaskan dengan kurangnya rangsangan sosial di lingkungan tempat mereka dibesarkan. Rangsang sosial yang terbatas, sangat mungkin muncul dari minimnya pengalaman interaksi remaja dengan kelompok-kelompok masyarakat yang heterogen. Dengan demikian mahasiswa hanya memiliki kosa laku sesuai dengan yang didapatkan dari proses belajar di kelas saja. Sebagai contoh, mahasiswa yang sejak kecil hidup di lingkungan yang homogen tentunya hanya memiliki kosa laku yang seragam untuk semua situasi yang dihadapinya.

Ketiga, kosa laku yang terbatas menjadi indikasi rendahnya kemampuan membaca. Hasil ini selaras dengan hasil dari *Programme for International Student Assessment* (PISA) 2018 yang menunjukkan bahwa remaja Indonesia memiliki kemampuan membaca yang jauh di bawah negara-negara lain, dengan peringkat 72 dari 78 dalam bidang literasi atau membaca. Temuan ini menunjukkan adanya kesulitan remaja dalam membaca, padahal kegiatan membaca memiliki tujuan untuk menciptakan makna dari bahan

bacaan (Abu-Shihab, 2011). Di dalam kegiatan membaca individu harus mampu menafsirkan teks berdasarkan peraturan bahasa yang berlaku serta mengevaluasi isi teks dengan mempertimbangkan pengetahuan dan kepercayaan yang sudah dimiliki (Miller, 1973; Abu-Shihab, 2011). Pendapat yang lain juga menjelaskan bahwa membaca melibatkan aspek afek atau emosi, perilaku, dan kognisi (Kassin et al., 2013). Dapat dikatakan bahwa dengan kemampuan membaca yang rendah mahasiswa akan kesulitan dalam memahami makna bacaan, dan berakibat pada sedikitnya ekspresi tingkah laku yang dapat dimunculkan walaupun mempelajari materi yang sama selama 12 tahun pendidikan.

Keempat, hasil ini juga menunjukkan bahwa nalar mahasiswa untuk mewujudkan Pancasila terbatas. Hal ini tidak sejalan dengan kemampuan dari tahapan perkembangan remaja yang dapat membayangkan kemungkinan ide-ide dari hasil pemikiran tertentu (Meinarno & saleh, 2017). Ini menjadi indikasi bahwa selama 12 tahun belajar mengenai nilai-nilai nasional, penekanan porsi belajar terhadap hafalan (aspek kognisi rendah), sedangkan di sisi lain kurang dalam pengembangan afeksi dan motorik.

SARAN

Penelitian ini setidaknya mengajukan rekomendasi untuk meningkatkan interaksi sosial bagi remaja. Interaksi ini penting karena akan menggugah keinginan untuk membangun tingkah-tingkah laku sebagai perwujudan nilai kemanusiaan.

Kesenjangan antara kompetensi SN DIKTI 2015 yang menuntut perilaku kompleks, dengan keterbatasan kosa laku ini menunjukkan pula bahwa pengetahuan masa lampau (*prior knowledge*) tidak terkait dengan tujuan pembelajaran. Terbatasnya kosa laku remaja akan membuat pencapaian kompetensi SN DIKTI 2015 menjadi lebih sulit untuk dilakukan karena remaja belum memiliki pengetahuan dan kemampuan minimal untuk mengikuti kegiatan pendidikan yang seharusnya mengembangkan kemampuan berpikir tingkat tinggi. Dalam proses pendidikan selama 12 tahun perlu upaya lebih mengangkat dan mengajak remaja untuk berpikir lebih tinggi. Hal ini tetap dalam koridor tahapan perkembangan manusia yang semakin bertambah usianya semakin dapat mengolah informasi dan pengetahuannya.

Untuk penelitian lebih lanjut, aspek lain seperti asal sekolah menengah atas, latar belakang ekonomi keluarga, dan kebiasaan membaca perlu dipertimbangkan. Latar ini penting untuk mendalami lagi

apakah ada latar-latar khusus yang menjadi faktor penentu kosa laku yang kurang dan berpotensi untuk tidak dapat mencapai kompetensi standar yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Shihab, I. (2011). *Reading as critical thinking*. *Asian Social Science*, 7(8), 209–218.
<https://doi.org/10.5539/ass.v7n8p209>
- Basri, H. (2018). *Kemampuan kognitif dalam meningkatkan efektivitas pembelajaran ilmu sosial bagi siswa sekolah dasar*. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 18(1), 1-9.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung. Remaja Rosda Karya.
- Frost, N. (2011). *Qualitative Research Methods in Psychology: Combining Core Approaches*. Open University Press. Berkshire.
- Herman, H. (2017). Pembelajaran Nilai-nilai Pancasila dalam Mata Pelajaran Pendidikan Kewarganegaraan (PKn) di Kelas VIII SMP Pancasila Palangka Raya. *Jurnal Socius*, 6(1).
- Ibda, F. (2015). Perkembangan kognitif: Teori Jean Piaget. *Intelektualita*, 3(1).
- Ilkodar, S. B., Budiman, L., & Hastangka, H. (2020). *Pemetaan Model Pembelajaran Pancasila pada Perguruan Tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta*. *CIVIS*, 9(1).
- Josua, D. P., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2020). *Internalisasi nilai keluarga dan regulisasi emosi: dapatkah membentuk perilaku sosial remaja*. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 17-34.
- Kassin, S., Fein, S., & Markus, H. R. (2013). *Social psychology* (9th ed.). Cengage Learning.
- LaPiere, R. T. (1934). *Attitudes vs. actions*. *Social Forces*, 13(2), 230-237.
- Maftuh, B. (2008). *Internalisasi nilai-nilai Pancasila dan nasionalisme melalui pendidikan kewarganegaraan*. *Jurnal Educationist*, 2(2), 134-144.
- Meinarno EA. (2017). *Peran identitas etnis, identitas agama, dan identitas nasional yang dimediasi Nilai Nasional terhadap Bhinneka Tunggal Ika*. Disertasi strata tiga program doktoral Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. Tidak dipublikasikan.

- Meinarno, E. A., & Mashoedi, S. F. (2016). *Pembuktian kekuatan hubungan antara nilai-nilai pancasila dengan kewarganegaraan*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, 1(1), 12-22.
- Meinarno, EA., Putri, MA., Fairuziana. (2019). *Isu-isu Kebangsaan dalam Ranah Psikologi Indonesia. Dalam Psikologi Indonesia*. Penyunting Subhan El Hafiz dan Eko A Meinarno. Rajawali Pers. Jakarta.
- Meinarno, E. A., & Saleh, A. (2017, October). *Learning from Problems: Ideas for Pancasila Education Course Design*. In *International Conference on Teacher Training and Education 2017 (ICTTE 2017)* (pp. 420-433). Atlantis Press.
- Meinarno, EA., Suwartono, C. (2011). *The measurement of Pancasila: An effort to make psychological measurement of Pancasila scale*. *Jurnal Ilmiah Mind Set*. 2(2). Juni, 104-110.
- Miller, G. A. (1973). *Psychology and communication*. Dalam G. A. Miller (Ed.), *Communication, language, and meaning. Psychological perspectives* (pp. 3-12). Basic Books.
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2018). *Human Development*. McGraw-Hill, Inc.
- Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi.
- Ridhwan, M., Yudhyarta, D. Y., & Yurisa, A. (2020). *Integrasi Pendidikan Karakter dalam Mata Kuliah Pendidikan Pancasila di Perguruan Tinggi*. *Asatiza*, 1(2), 198-211.
- Saleh, A. Y., & Meinarno, E. A. (2018). *Constructing assesment model for pancasila education design*. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 251, 46-51.
- Sanjaya, W. (2013). *Penelitian Pendidikan: Jenis, Metode dan Prosedur*. Jakarta. Kencana.
- Schaefer, R. T. (2019). *Sociology: A brief introduction*. McGraw Hill.
- Schwartz, S.H. (1992). *Universals in the content and structure of values: theoretical advances and empirical tests in 20 countries*. In: M. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, Vol. 25 New York: Academic Press, 1-66.

Schwartz, S. H. (2012). *An Overview of the Schwartz Theory of Basic Values. Online Readings in Psychology and Culture*, 2(1).

Schwartz, S. H., Cieciuch, J., Vecchione, M., Davidov, E., Fischer, R., Beierlein, C., Konty, M. (2012). *Refining the theory of basic individual values*. Journal of Personality and Social Psychology, 103, 663-688.

Schwartz, S. H., & Sortheix, F. M. (2018). *Values and subjective well-being*. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of Well-Being*. Noba Scholar Handbook series: Subjective well-being. Salt Lake City, UT: DEF publishers.

Setiono, K. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung. Widya Padjajaran.

Pengaruh Dukungan Sosial dan *Adversity Quotient* pada Mahasiswa Psikologi yang Melaksanakan Perkuliahan Daring

Social Support and Adversity Quotient in Students doing Online Learning

MELLY AMALIA VARDIA¹, RIZKA FIBRIA NUGRAHANI²,

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Raden Rahmat Malang

Email: ¹melly.vardia@uniramatang.ac.id

Abstrak. Penelitian ini menjelaskan mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan daring. Partisipan penelitian adalah mahasiswa Prodi Psikologi Universitas Islam Raden Rahmat Malang, aktif mengikuti perkuliahan secara daring, dan berdomisili di Malang Raya. Teknik pengumpulan data dengan membagikan kuisioner skala likert, berupa skala dukungan sosial dengan 25 item valid dan reliabilitas 0,899, serta skala *adversity quotient* dengan 22 item dan reliabilitas 0,861. Data yang diperoleh diolah menggunakan perangkat lunak statistik *SPSS 20.0 for Window*. Hasil uji statistik regresi linier sederhana diperoleh hasil sebesar 0,241, yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* sebesar 24,1%. Hasil dari uji statistik menyatakan bahwa terdapat dukungan sosial dan *adversity quotient* pada mahasiswa yang melaksanakan perkuliahan daring. mahasiswa dengan *adversity quotient* yang tinggi lebih mampu bertahan dalam menghadapi dan mengatasi masalah. Dalam mencapai kesuksesan dan menghadapi kesulitan yang dialami oleh mahasiswa tentu juga dipengaruhi dari lingkungan sosial seperti orang tua, teman, guru dan orang-orang yang mempunyai peranan penting dalam seseorang dapat membantu seseorang menghadapi kesulitan-kesulitan.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Adversity Quotient*, Mahasiswa, Perkuliahan Daring.

Abstract. This study describes the effect of social support to *adversity quotient* for students who are has been doing online lectures. The participants of this study are psychology students of Universitas Islam Raden Rahmat, Malang, actively participating in online lectures, and domiciled in Malang Raya.

The data collected with Likert scale questionnaires, social support scale with 25 valid items and 0.899 reliability, and an *adversity quotient* scale with 22 items and 0.861 reliability. All the questionnaires data processed with statistical software *SPSS 20.0 for Window*. Statistical tests with a simple linear regression test that is equal to 0.241 that is there is an effect between social support and *adversity quotient* 24.1%.

The results of the statistical test state that there is an effect social support to *adversity quotient* for students who has been doing online lectures. Students with a high *adversity quotient* are better to survive in dealing with and overcoming problems. Students are easily achieving success and facing difficulties also influenced by the social environment such as parents, friends, teachers and people who have an important role in someone can help someone face difficulties.

Key words: Social Support, *Adversity Quotient*, Students, *Online Learning*.

PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tanggal 11 Maret 2020 menyatakan secara resmi bahwa wabah Covid-19 sebagai pandemi global. Berbagai macam dampak timbul pada sejumlah sektor akibat dari wabah covid, salah satunya adalah pada sektor pendidikan. Dampak dari wabah covid pada sektor pendidikan yaitu ditutupnya institusi pendidikan, dan kegiatan belajar mengajar dialihkan menjadi pembelajaran jarak jauh secara daring. Hasil survei yang dilakukan oleh kemendikbud menyatakan bahwa 97,6% sekolah telah melaksanakan kegiatan belajar mengajar dari rumah, atau sekitar 646.200 sekolah ditutup dari jenjang pendidikan PAUD sampai perguruan tinggi. Hal ini mengakibatkan 68,8 juta siswa belajar dari rumah (Al Faqir, 2020).

Data Aliansi Penyelenggara Perguruan Tinggi (APPERTI) menyebutkan bahwa terdapat 58 perguruan tinggi di Indonesia yang menyelenggarakan perkuliahan secara daring. Termasuk salah satu kampus yang melaksanakan perkuliahan daring adalah Universitas Islam Raden Rahmat Malang. Universitas Islam Raden Rahmat melaksanakan perkuliahan daring sejak 16 Maret 2020 mengikuti Surat Edaran LLDIKTI Wilayah VII No. 578 Tahun 2020 untuk mengehentikan sementara kegiatan akademik, khususnya modus pembelajaran tatap muka dan menggantikan dengan modus pembelajaran dirumah secara daring.

Pembelajaran daring dijelaskan oleh Bakia dkk (2012), sebagai kegiatan atau aktivitas

belajar yang dilakukan melalui media internet. Namun, dalam pelaksanaan pembelajaran daring terdapat sejumlah dampak yang dialami oleh mahasiswa, sebagaimana yang diungkapkan oleh Santoso dan Santoso (2020) adanya kendala dalam beradaptasi dengan pembelajaran daring, dan munculnya kejemuhan akibat model pembelajaran yang monoton. Widodo dkk (2020) menjelaskan bahwa terdapat permasalahan kompleks yang dialami oleh mahasiswa, antara lain koneksi internet, kurang fokus dalam kegiatan pembelajaran dan kesulitan dalam memahami materi perkuliahan, tugas kuliah yang menumpuk, dan jadwal kuliah yang tidak teratur.

Livana dkk., (2020) melakukan studi terhadap 1.129 peserta didik di beberapa provinsi di Indonesia mengenai dampak dari pembelajaran daring. Hasil dari studi tersebut menyatakan bahwa pembelajaran daring yang dilakukan selama masa pandemi covid-19 membuat mahasiswa tertekan karena model pembelajaran dan penugasan yang dilakukan secara terus-menerus sehingga menimbulkan kebosanan.

Permasalahan mengenai perkuliahan daring juga ditemukan pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim. Hasil survei menyatakan kendala yang dihadapi oleh mahasiswa antara lain koneksi yang buruk, kurang dapat memahami materi, terlalu banyak tugas, perkuliahan yang dilaksanakan di luar jadwal, dan kurangnya peran dosen dalam kegiatan perkuliahan (Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim, 2020). Survey mengenai permasalahan kuliah daring juga dilakukan kepada mahasiswa Universitas

Brawijaya, kendala yang dihadapi antara lain jaringan yang tidak stabil, kesulitan memahami materi perkuliahan, tugas yang menumpuk, malas menyimak materi, dan kendala ekonomi untuk pemenuhan kuota (UAPKM UB, 2020)

Berbagai kesulitan yang dialami oleh mahasiswa harus dapat diatasi dengan daya juang yang baik. Daya juang dapat membantu mahasiswa untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan. Kesulitan dan rintangan yang dihadapi bukanlah sebagai sebuah kegagalan, namun merupakan sebuah kesempatan untuk terus maju dan berkembang untuk mencapai kesuksesan. Daya juang atau *Adversity quotient* dijelaskan oleh Stoltz (2000) sebagai adalah kemampuan seseorang dalam bertahan dan berjuang ketika menghadapi dan mengatasi hambatan atau kesulitan yang dimilikinya, serta akan mengubahnya menjadi peluang keberhasilan dan kesuksesan. Stoltz (2000) menjelaskan lebih lanjut bahwa seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi, akan mengatasi rasa ketidakmampuan yang ada pada dirinya, dapat menghadapi masalah, dan tidak mudah terpuruk dalam keputusasaan.

Adversity quotient pada mahasiswa akan membantu untuk mengatasi masalah akademis yang dihadapi, dan membuat mahasiswa sukses dalam mencapai tujuan akademis. *Adversity quotient* juga dapat dipengaruhi oleh beberapa aspek, salah satunya adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan hal penting bagi mahasiswa karena dengan adanya dukungan dari orang terdekat maka mahasiswa merasa tidak sendiri dalam menghadapi masalah dan

kesulitan. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh Uchino (dalam Sarafino, 2002) dukungan sosial merupakan bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayang, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Seseorang dengan dukungan sosial yang tinggi lebih mampu bertahan dan mengatasi masalah ketika mereka menghadapi kesulitan yang penuh tekanan (Taylor, 1995).

Pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* dijelaskan oleh Puspasari, dkk (2012) menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara dukungan sosial dengan *adversity quotient* yang berarti bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan *adversity quotient* pada remaja yang melakukan transisi sekolah.

Sitanggang (2018) juga menyatakan dari hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan positif dukungan sosial dengan *adversity quotient* pada mahasiswa asal papua di Universitas Sumatera Utara.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan sosial dengan *adversity quotient*, namun pada penelitian yang dilakukan menggunakan sampel remaja yang sedang mengalami transisi sekolah dan mahasiswa papua yang melakukan studi di Universitas Sumatera Utara. Belum ada penelitian yang mengkaji mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang melaksanakan perkuliahan daring.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin mencoba untuk mengkaji lebih lanjut mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan daring.

METODE

Responden penelitian.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Islam Raden Rahmat Malang yang aktif mengikuti perkuliahan. Sampel ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria dari sampel adalah mahasiswa Universitas Islam Raden Rahmat Malang, aktif mengikuti perkuliahan secara daring, dan berdomisili di Malang Raya.

Desain penelitian.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian korelasional dijelaskan sebagai penelitian untuk melihat tipe penelitian dengan karakteristik masalah berupa hubungan korelasional antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2017).

Instrumen penelitian.

Teknik pengumpulan data dengan membagikan kuisioner skala dukungan sosial dan skala *adversity quotient*.

Skala dukungan sosial disusun berdasarkan teori Dukungan sosial (Sarafino, 2002). Sarafino (2002) menjelaskan dukungan sosial adalah perilaku interpersonal yang didapatkan mahasiswa melalui respon positif terhadap kebutuhan akan kenyamanan, perhatian,

penghargaan ataupun bantuan yang diterima individu dari orang lain. Aspek-aspek dari dukungan sosial antara lain ; 1) dukungan emosional, 2) dukungan penghargaan, 3) dukungan instrumental, 4) dukungan informasi, 5) integritas sosial.

Skala *adversity quotient* disusun berdasarkan teori *adversity quotient* (Stoltz, 2000). *Adversity quotient* dijelaskan oleh Stoltz (2000) sebagai kecerdasan seseorang dalam menghadapi tantangan atau rintangan. Diwujudkan dalam sikap seseorang dalam mengubah tantangan atau hambatan menjadi sebuah peluang untuk meraih kesuksesan.

Aspek-aspek *Adversity quotient* yang digunakan mengacu pada teori *Adversity quotient* yang diungkapkan oleh Stoltz (2000) yang terdiri dari ; 1) *Control* (kendali), 2) *Origin* and *Ownership* (asal usul dan pengakuan), 3) *Reach* (Jangkauan), serta 4) *endurance* (daya tahan).

Validitas dan reliabilitas diolah secara statistik menggunakan program perangkat lunak SPSS 20.0. Validitas skala diuji dengan korelasi *product moment*. Hasil dari uji validitas diperoleh 25 item valid untuk skala dukungan sosial, dan 22 item valid untuk skala *adversity quotient*.

Reliabilitas didapatkan dengan melakukan uji analisis *cronbach alpha*. Hasil dari uji reliabilitas untuk dukungan sosial yaitu sebesar 0,899, sedangkan reliabilitas untuk *adversity quotient* yaitu sebesar 0,861.

Skala dukungan sosial dan *adversity quotient* memiliki 4 pilihan kategori pilihan

jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Penghitungan skor pada pilihan kategori jawaban ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Penilaian Kategori Jawaban

Respon	Favorab	Unfavora
	le	ble
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Prosedur penelitian.

Penelitian ini diawali dengan melakukan studi pendahuluan berupa wawancara terhadap sejumlah mahasiswa yang melaksanakan perkuliahan daring.

Setelah didapatkan informasi dari studi pendahuluan, selanjutnya peneliti menyusun pendahuluan, dan rumusan masalah dari penelitian, hingga didapatkan kesimpulan sementara penelitian.

Peneliti menentukan populasi subjek penelitian, yaitu mahasiswa program studi psikologi Universitas Islam Raden Rahmat Malang.

Instrument yang digunakan oleh peneliti yaitu berupa skala likert, yang terdiri dari skala dukungan sosial dan skala *adversity quotient*. Skala dukungan sosial disusun berdasarkan teori milik Sarafino (2002) dan *adversity quotient* disusun berdasarkan teori Stoltz (2000). Proses penyusunan skala membutuhkan bantuan *expert judgement* yang dilakukan oleh dosen fakultas

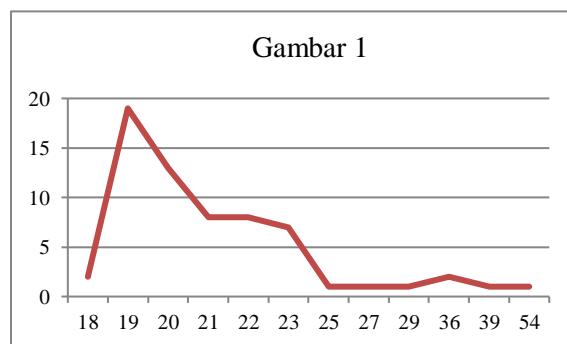
psikologi Universitas Airlangga. Setelah melalui proses *expert judgement*, selanjutnya skala diuji cobakan kepada 40 mahasiswa psikologi Universitas Islam Raden Rahmat Malang.

Hasil uji coba diperoleh 25 item valid pada skala dukungan sosial, dan 22 item valid pada skala *adversity quotient*.

Skala selanjutnya disebarluaskan kepada 67 mahasiswa program studi psikologi Universitas Islam Raden Rahmat Malang.

Analisis data

Skala yang sudah diberikan ke mahasiswa selanjutnya ditabulasi oleh peneliti. Hasil dari tabulasi diperoleh grafik mahasiswa berdasarkan usia ditampilkan pada gambar 1 sebagai berikut.



Grafik tersebut menunjukkan jumlah persebaran responden berdasarkan usia. Mayoritas responden penelitian berada pada usia 19 tahun (19 orang), 20 tahun (13 orang), 21 tahun (8 orang), 22 tahun (8 orang), 23 tahun (5 orang), 25 tahun, 27 tahun, 29 tahun (1 orang), 36 tahun (2 orang), 39 tahun, dan 54 tahun (1 orang).

Uji stastik regresi dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, dalam penelitian ini variabel independen adalah dukungan sosial dan

variabel dependen adalah *adversity quotient*. Hasil dari uji statistik regresi linier sederhana ditampilkan pada tabel 4.

Tabel 4. Analisis Statistik Regresi Linier Sederhana

Sum of		Mean		
Squares	df	Square	F	Sig.
1184.234	1	1184.234	20.056	.000 ^a
3720.012	63	59.048		
4904.246	64			

Tabel 4 menunjukkan mengenai taraf signifikansi atau linieritas dari regresi. Diperoleh nilai signifikansi dari tabel 4 adalah sebesar 0,000 yang lebih kecil dari kriteria signifikan (0,05) maka dapat dinyatakan model regresi adalah linier.

Tabel 5. Uji Regresi Linier Sederhana

Mod el	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
	R Square	Adjusted R Square	
1	.491 ^a	.241	.229

Hasil uji regresi linier sederhana ditunjukkan pada kolom R square, yaitu terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* sebesar 0,241 atau 24,1%, dan 75,9% dipengaruhi oleh faktor lain di luar variabel.

HASIL

Hasil dari penelitian menyatakan terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang sedang melaksanakan perkuliahan daring.

Hal ini ditunjukkan dengan nilai R Square sebesar 0,241 atau sebesar 24,1%. Hal ini menunjukkan 75,9% dari *adversity quotient*

dapat dipengaruhi faktor lain, diantaranya kinerja, bakat, kemauan, kecerdasan, kesehatan, karakter, dan keyakinan (Stoltz, 2000)

Berbagai kesulitan yang dialami oleh mahasiswa dapat diatasi dengan daya juang yang tinggi. Apabila seorang mahasiswa memiliki daya juang yang tinggi maka, ia dapat melihat kesulitan yang dihadapai sebagai peluang untuk dapat maju dan berkembang. Daya juang dinyatakan oleh Stoltz (2000) sebagai kemampuan seseorang dalam bertahan dan berjuang ketika menghadapi dan mengatasi hambatan atau kesulitan yang dimilikinya, serta akan mengubahnya menjadi peluang keberhasilan dan kesuksesan.

Mahasiswa dengan *adversity quotient* yang tinggi akan dapat mengatasi hambatan yang dihadapi, sedangkan pada mahasiswa yang memiliki *adversity quotient* yang rendah akan merasa tidak berdaya, mudah menyerah, pesimis, dan patah semangat dalam menghadapi kesulitan (Stoltz, 2000).

Ketika mahasiswa menghadapi kesulitan tentunya hal ini juga dapat dipengaruhi oleh orang-orang terdekat. Seperti misalnya adalah orangtua, teman sebaya, dan guru. (Dweck, dalam Stoltz, 2000)

Orang-orang yang menghadapi tekanan atau berbagai masalah dalam hidupnya membutuhkan dukungan sosial untuk dapat mengatasi kesulitan. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Santrock (2012) yang menyatakan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam mengatasi berbagai permasalahan dan kesulitan dalam hidup, seperti masalah kesehatan fisik, dan mental.

Seseorang dengan dukungan sosial yang besar akan dapat bertahan menghadapi kesulitan, menampilkan diri menjadi pribadi yang tangguh, optimis, memiliki semangat juang yang tinggi, serta dapat memberikan pandangan positif terhadap kesulitan atau hambatan tersebut (Sitanggang, 2018). Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh sangat penting terhadap respon seseorang ketika menghadapi permasalahan dan hambatan dalam hidupnya, sehingga dapat mengubah tantangan dan hambatan tersebut sebagai peluang untuk dapat maju.

Sitanggang (2018) juga menyatakan dari hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan positif dukungan sosial dengan *adversity quotient* pada mahasiswa asal papua di Universitas Sumatera Utara dengan koefisien determinasi sebesar 0,599.

SIMPULAN

Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh dukung sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang melakukan perkuliahan daring.

Dukungan sosial merupakan salah satu hal yang berpengaruh terhadap kemampuan seorang untuk dapat menghadapi dan mengatasi segala kesulitan, karena dengan adanya dukungan sosial maka seorang mendapatkan support, dukungan, dan perhatian, dan penerimaan dari kelompoknya, sehingga ia tidak merasa sendiri ketika menghadapi hambatan.

DISKUSI

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai pengaruh dari dukungan sosial terhadap *adversity quotient* pada mahasiswa yang melaksanakan perkuliahan daring.

Beberapa saran yang dapat diberikan, yaitu kepada mahasiswa agar mahasiswa dapat meningkatkan *adversity quotient* melalui *Listen, Explore, Analyze, dan Do*, atau disingkat dengan LEAD. LEAD adalah salah satu teknik yang dikemukakan oleh Stoltz (2000) sebagai suatu cara untuk dapat menyadari permasalahan yang dihadapi, menganalisa permasalahan yang ada, dan mengambil tindakan sebagai jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi.

Mahasiswa juga diharapkan dapat membentuk komunikasi efektif dengan orang tua, guru maupun teman sebaya, sehingga dapat menjadi tempat bagi mahasiswa untuk menyampaikan permasalahan dan hambatan.

Dukungan dari orang tua, dosen, dan teman sebaya juga dapat diwujudkan dengan memberikan nasihat, dukungan, bantuan, dan keterlibatan dalam setiap permasalahan yang dialami mahasiswa.

Saran untuk penelitian selanjutnya untuk mengkaji kaitan *adversity quotient* dengan variabel lain , kinerja, bakat, kemauan, kecerdasan, kesehatan, karakter, dan keyakinan.

Penelitian selanjutnya juga dapat memperdalam kajian dukungan sosial terhadap *adversity quotient* dengan menggunakan metode

kualitatif sehingga diperoleh analisis yang mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Faqir, A. (30 Juli 2020). *Kemendikbud catat 646.200 sekolah tutup akibat virus corona* (on-line). Retrieved from <https://www.merdeka.com/uang/kemendikbud-catat-646200-sekolah-tutup-akibat-virus-corona.html>
- Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim. (2020). *Hasil survey perkuliahan daring di fakultas saintek*. Retrieved from <https://saintek.uin-malang.ac.id/wp-content/uploads/2020/12/Hasil-Survei-Perkuliahannya-Daring-di-Fakultas-Saintek.pdf>
- Livana dkk. (2020). “*Tugas Pembelajaran*” *Penyebab stres mahasiswa dalam pandemi Covid-19*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 203–208.
- Puspasari, D. A., Kuwato, T., & Wijaya, H. E. *Dukungan sosial dan adversity quotient pada remaja yang mengalami transisi sekolah*. *Psikologika*, 17 (1). 69-75
- Qureshi, I. A., Ilyas, K., Yasmin, R., & Whitty, M. (2012). *Challenges of implementing e-learning in a Pakistani university*. *Knowledge Management and E-Learning*, 4(3), 310–324.
- Santrock, J. W. (2012). *Educational psychology*. Boston: McGraw-Hill.
- Sarafino, E.P. (2002). *Health psychology biopsychosocial interaction*. 5th Ed. United States Of America: John Wiley & Sons.
- Sitanggang, C. I. (2018). *Hubungan dukungan sosial dengan adversity quotient pada mahasiswa asal papua di universitas sumatera utara*. Medan : Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Sumatera Utara.
- Stoltz, P. G. (2000). *Adversity quotient(Mengubah hambatan menjadi peluang)*. Jakarta: Grasindo.
- Taylor, S.E. (1995). *Health psychology*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- UAPKM UB. (2020). *Hasil survei kondisi mahasiswa UB selama kuliah daring*. Retrieved from <https://kavling10.com/2020/06/hasil-survei-kondisi-mahasiswa-ub-selama-kuliah-daring-part-2>
- Bakia, M., Shear, L., Toyama, Y., & Lasseter, A. (2012). *Understanding the implications of online learning for educational productivity*. *Educational Technology*, 1–75.
- Widodo, A., & Nursaptini. (2020). *Problematika pembelajaran daring dalam perspektif mahasiswa*. *Elementary School Education Journal*. 4 (2). 100-115.

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET DALAM PROSES BELAJAR DARING

Correlation Of Self-Control And Internet Addiction Tendencies During Online Based Learning

LIDYA ASTUTI¹, ANIQ HUDIYAH BIL HAQ², RAHMAWATI PRATIWI³,

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email: ¹ahbh186@umkt.ac.id

Abstrak. Kecenderungan kecanduan internet adalah keadaan ketika individu tidak dapat mengontrol keinginan untuk melakukan aktifitas yang melibatkan internet dan menyebabkan dampak yang negatif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan internet dalam proses belajar daring. Penelitian dengan responden 200 orang yang terdiri dari 151 perempuan dan 49 laki-laki dengan rentang usia 18 hingga 34 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan penyebarluasan dua skala penelitian yang terdiri dari skala kecenderungan kecanduan internet yang dimodifikasi dari Young (1998) dan skala kontrol diri dari De Ridder dkk yang sudah diadaptasi oleh Arifin & Milla (2020). Uji hipotesis dengan menggunakan analisis *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dengan nilai r sebesar -0.512 dengan nilai $p = .000$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet. Sumbangan efektif kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan internet adalah sebesar 26% dan sisanya adalah variable lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kontrol diri dibutuhkan seseorang untuk terhindar dalam kecanduan internet terutama pada saat proses belajar daring yang kebanyakan menggunakan internet dalam belajar mengajar.

Kata Kunci: *Kecenderungan Kecanduan Internet, Kontrol Diri.*

Abstract. *The tendency of internet addiction is a condition when individuals cannot control the desire to do activities that involve the internet and cause negative impacts. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and internet tendencies in the online learning process. Research with 200 respondents consisting of 151 women and 49 men with an age range of 18 to 34 years. The data collection method used is by distributing two research scales consisting of a modified Internet addiction tendency scale from Young (1998) and a self-control scale from De Ridder et al which has been adapted by Arifin & Milla (2020). Test the hypothesis by using product moment analysis. The results showed that there was a significant relationship between self-control and internet addiction tendencies with an r value of -0.512 with a p value = 0.000 ($p < 0.05$). The higher the self-control, the lower the tendency for internet addiction. The effective contribution of self-control to the tendency of internet addiction is 26% and the rest are other variables not examined in this study. Self-control is needed by someone to avoid being addicted to the internet, especially during the online learning process, which mostly uses the internet in teaching and learning.*

Keywords: *Internet Addiction, Self Control.*

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengumumkan virus covid-19 sebagai pandemi yang meresahkan di seluruh dunia, semua kegiatan dilakukan di rumah seperti bekerja, sekolah dan kegiatan lainnya tidak dilakukan diluar rumah. Bahkan interaksi antar individu pun terjadi melalui interaksi jarak jauh. Kegiatan yang seharusnya diadakan di sekolah, kampus dan perkantoran dilakukan dari rumah untuk memutuskan rantai penyebaran covid-19. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengatakan bahwa salah satu sektor yang terdampak virus yaitu dunia pendidikan. Surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 mengimbau untuk melakukan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan para peserta didik untuk belajar dari rumah masing-masing (Kemendikbud.com). Sahu (2020) menyebutkan pada masa darurat pandemi sistem pembelajaran harus diganti dengan pembelajaran daring agar proses pembelajaran tetap berlangsung. Menurut Mustofa, dkk (2019), sistem pendidikan jarak jauh adalah metode pembelajaran yang terdapat aktivitas pengajaran secara terpisah, dengan aktivitas pembelajaran daring dilakukan melalui jaringan internet dan website sesuai dengan kebijakan penyelenggara pendidikan. Berdasarkan penelitian Kristiana (2020),

terdapat peningkatan penggunaan internet untuk sebesar 52% selama pandemi jika dibandingkan dengan masa sebelum pandemi. Penggunaan internet yang berlebihan dapat berdampak pada ketergantungan yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu, dalam hal ini pada mahasiswa yang diharuskan mengikuti pembelajaran daring. Berkebalikan dengan hal tersebut, sistem daring juga membawa dampak pada efektifitas proses belajar mengajar. Moore, dkk (dalam Firman dan Sari, 2020) menyebutkan bahwa yang diistilahkan sebagai pembelajaran daring adalah suatu kegiatan belajar mengajar yang dalam prosesnya membutuhkan jaringan internet. Konektivitas, aksesibilitas dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran dalam pembelajaran dari pembelajaran langsung tatap muka di kelas menjadi tidak terbatas oleh ruang kelas lagi. Berbagai manfaat yang didapatkan dari pembelajaran daring ternyata juga menimbulkan sisi negatif karena penggunaan internet sebagai alat mendapatkan pengetahuan sangat berlebihan. Berinteraksi dan melakukan berbagai kegiatan menggunakan internet dapat memunculkan kondisi psikologis seperti mudah cemas, emosi yang susah dikontrol, stress, kontrol diri yang susah dan cepat jenuh. Ong dan Tan (2014) menyebutkan efek negatif kecanduan internet yang berlebihan berakibat pada kesehatan yang buruk pada remaja seperti

gangguan kesejahteraan psikologis, kurang interaksi dalam hal pertemanan, keluarga, prestasi yang menurun dan hambatan pencapaian tugas perkembangan psikososial. Penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Raj (2017) menunjukkan adanya dampak positif dalam penggunaan internet yaitu kemudahan mendapatkan informasi dan memunculkan perasaan yang lebih positif ketika mengakses internet, namun di sisi lain memiliki dampak negatif adalah kurang berinteraksi secara langsung, menunda pekerjaan dan menyebabkan insomnia, terganggunya kesehatan mata dan penurunan prestasi belajar. Young dan de Abreu (2011) menyebutkan bahwa kecanduan internet disebabkan oleh susahnya individu dalam mengontrol pemakaian internet dalam sehari-hari. Penelitian Ningtyas (2012) menyebutkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecanduan internet ditandai dengan perhatian yang berlebihan terhadap internet, kurang dapat mengontrol dalam hal penggunaan internet. Apabila kontrol diri tinggi maka kecenderungan kecanduan internet rendah namun apabila kontrol diri rendah maka kecenderungan kecanduan internet tinggi.

METODE

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa dalam proses pembelajaran daring di universitas yang ada di kota Samarinda dan penelitian ini mendapatkan jumlah subjek sebanyak 200 responden, pengambilan data menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian ini digunakan berdasarkan pada beberapa kriteria, yaitu ; mengikuti pembelajaran daring minimal 1 (satu) semester dan berkuliahan di kampus Samarinda. Data subjek dikumpulkan menggunakan kuesioner, dengan diujikan terlebih dahulu validitas dan reliabilitasnya. Analisa data penelitian dianalisis menggunakan SPSS. Uji hipotesis dengan analisis product moment ditambah dengan analisis statistik deskriptif dan ditampilkan dalam bentuk tabel dan distribusi frekuensi untuk mengetahui proporsi masing-masing tabel.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di Samarinda dengan menyebarkan kuesioner di beberapa kampus yang ada di Samarinda pada tanggal 20 Juni 2021 sampai dengan 30 Juni 2021. Berdasarkan data yang diperoleh selama penelitian.

3.1 Analisis Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Subjek Mahasiswa yang ada di kampus Samarinda

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Umur		
18 – 22 tahun	168	84.0
23 – 26 tahun	32	16.0
Jumlah	200	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	49	24.4
Perempuan	151	75.5
Jumlah	200	100.0
Rentang Menggunakan Internet		
1 – 5 jam	30	15.2
6 – 10 jam	103	52.0
11 – 15 jam	36	18.2
16 – 20 jam	7	3.5
24 jam	12	5.6
Tidak menentu	12	5.6
Jumlah	200	100.0
Aplikasi Yang Digunakan		
Situs/Web Hiburan	181	90.5
Email	189	94.5
Jelajah Mengenai Bisnis	131	65.5
Group Chat	189	94.5

Layanan Streaming (nexflix, iquyu, viu, hoststar, dan dll)	143	71.5
Situs Baru	93	46.5
Game Online	101	50.5
Jualan Online	87	43.5
Belanja Online	162	81.0
Kuliah Online	191	95.5
Youtube	184	92.0
Bisnis Saham Online	161	80.5
Jumlah Responden	200	

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil sebagian besar adalah responden dengan usia 18 tahun sampai dengan 22 tahun sebanyak 168 (84.0%) dan 23 sampai dengan 26 tahun sebanyak 32 responden (16.0%). Berdasarkan jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 151 responden (75.5%) sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 49 responden (24.4%). Berdasarkan rentang penggunaan internet terdapat hasil bahwa responden menggunakan internet dengan rentang 1–5 jam sebanyak 30 responden (15.2%) 6–10 jam sebanyak 103 responden (52.0%) 11–15 jam sebanyak 36 responden (18.2%) 16–20 jam sebanyak 7 responden (3.5%) 24 jam sebanyak 11 responden (5.6%) dan dengan jawaban tidak menentu sebanyak 11 responden (5.6%). Berdasarkan aplikasi yang sering dibuka responden sebagian besar adalah menggunakan situs/web hiburan sebanyak 181

responden (90.5%) menggunakan email sebanyak 189 responden (94.5%) menggunakan jelajah mengenai bisnis sebanyak 131 responden (94.5%) menggunakan group chat sebanyak 189 responden (94.5%) menggunakan layanan streaming (nextflix, iquiyi, viu, hotstar dan lain-lain) sebanyak 143 responden (71.5%) menggunakan situs baru sebanyak 93 responden (46.5%) menggunakan game online sebanyak 101 responden (50.5%) menggunakan jualan online sebanyak 87 responden (43.5%) menggunakan belanja online 162 responden (81.0%) menggunakan kuliah online 191 responden (95.5%) menggunakan youtube 184 responden (92.0%) menggunakan bisnis saham online 39 responden (19.5%).

1. Seleksi Item dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Uji Seleksi Item

Tabel 2. Hasil Uji Seleksi Aitem Skala Kontrol Diri

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Menghentikan	1,7,10*	2,5,4	6

Kebiasaan			
Menahan Godaan	6	3,8,9	4
Total			10

Keterangan : * = item yang gugur.

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa terdapat beberapa pertanyaan pada skala kontrol diri harus di buang dikarenakan tidak memenuhi konvensi

seleksi aitem dengan jumlah 10 pertanyaan karena menunjukkan hasil kurang dari 0,25.

Tabel 3 Hasil Uji Seleksi Aitem Skala Kecenderungan Kecanduan Internet

Aspek	Item	Jumlah
<i>Favorable</i>		
Perilaku khusus (salinec)	10, 12, 13, 15, 19	5
Penggunaan yang berlebihan (excesive use)	1,2, 14, 18, 20	5
Pekerjaan (neglect in work)	6,8,9	3
Antisipasi	7,11	2
Ketidakmampuan mengontrol diri (lock of control)	5,16, 17	3
Mengabaikan akan kehidupan sosial (neglect to social life)	3,4	2

Tabel 3 menunjukan bahwa terdapat beberapa pertanyaan pada skala kecenderungan kecanduan internet memenuhi konvensi seleksi aitem dengan jumlah 20 dengan hasil diatas 0,05.

2. Uji Reliabilitas

a) Kontrol Diri

Reliabilitas Kontrol Diri memiliki nilai Cronback's Alpha sebesar 0.844 atau melebihi 0,6 hal ini menunjukan Skala kontrol diri reliabel dalam mengukur variabel kontrol diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa apabila pertanyaan diajukan secara berulang hasilnya akan konsisten.

Kecenderungan Kecanduan Internet

Variable kecendrungan kecanduan internet memiliki nilai Cronback's Alpha sebesar 0.897 atau melebihi 0,6 bahwa setiap pertanyaan reliabel dalam mengukur variabel kecenderungan

kecanduan internet. Hal tersebut menunjukkan bahwa apabila pertanyaan diajukan secara berulang hasilnya akan konsisten.

3. Uji Normalitas

Varibel Kontrol Diri berdistribusi normal, yang dapat dilihat dari besarnya nilai KS-Z sebesar 0.713 dengan nilai signifikansi = 0.690 ($p > 0,05$). Varibel kecendrungan kecanduan internet berdistribusi normal, yang dapat dilihat dari besarnya nilai KS-Z sebesar 0. 975 dengan nilai signifikansi = 0.298 ($p > 0,05$).

4 Uji Linearitas

Dari hasil uji linearitas diperoleh nilai F Scale beda sebesar 74.255 dengan sign = 0,05 ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet adalah linear

5 Uji Hipotesis

Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Proses Belajar Daring

Variabel Bebas (X)	Variabel Terikat (Y)	Jumlah Responden	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Keputusan n
Kontrol Diri	Kecenderungan Kecanduan Internet	200	-0,512	0,000	H ₀ Ditolak

Tabel 4 menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara control diri dengan kecenderungan kecanduan internet dan korelasi keduanya adalah korelasi negatif. $r=-0.512$ $P < 0,05$ sehingga sumbangannya efektifnya sebesar 26% didapatkan dari $r^2 = -0.5122 = 26\%$.

DISKUSI

Hasil uji hipotesis penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment* dengan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) for Windows 16.0 diperoleh hasil $r_{xy} = -0,512$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Koefisien korelasi mengindikasikan adanya hubungan antara variabel antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet, tingkat signifikan sebesar $p < 0,005$ memperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin rendah kemampuan kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka kecenderungan kecanduan internet semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi kemampuan kontrol diri yang dimiliki mahasiswa yang ada di Samarinda, maka kecenderungan kecanduan internet akan semakin rendah. Hurlock (2008) tahap perkembangan remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu: tahap remaja awal dari usia 12-15 tahun, tahap remaja pertengahan usia 15-18 tahun dan tahap remaja akhir usia 18-21

tahun. Hasil dari penelitian ini dengan 200 responden yaitu mahasiswa berusia 18 sampai dengan 34 tahun dengan responden 168 responden (84.0%) dan berusia 18 sampai dengan 22 tahun dan sisanya dengan usia 23-26 tahun dengan responden 32 (16.0%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa banyak pengguna internet berada pada rentang usia 18 taun sampai dengan 22 tahun. Menurut Mustofa, dkk (2019), sistem pendidikan jarak jauh adalah metode pembelajaran yang terdapat aktivitas pengajaran secara terpisah, dengan aktivitas pembelajaran daring dilakukan melalui jaringan internet dan website sesuai dengan kebijakan penyelenggara pendidikan. Young dan de Abreu (2011) menyebutkan bahwa kecanduan internet disebabkan oleh susahnya individu dalam mengontrol pemakaian internet dalam sehari-hari. Sehingga kebutuhan untuk menggunakan dan mengakses internet semakin meningkat hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa data hipotetik kecenderungan kecanduan internet didapatkan sebanyak 5 responden (2.5%) berada pada kategori normal, 40 responden (20.0%) berada pada kategori ringan, 140 responden pada kategori sedang (70.0%), 51 responden (7.5%) berada pada kategori kecenderungan ketergantungan internet. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan kecanduan internet pada proses pembelajaran daring pada mahasiswa yang berada di beberapa kampus di Samarinda dalam kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa kontrol diri dalam menggunakan internet dapat menghentikan kebiasaan atau mengontrol diri dengan baik untuk

mengakses internet. Penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Raj (2017) menunjukkan adanya dampak positif dalam penggunaan internet yaitu kemudahan mendapatkan informasi dan memunculkan perasaan yang lebih positif ketika mengakses internet, namun di sisi lain memiliki dampak negatif adalah kurang berinteraksi secara langsung, menunda pekerjaan dan menyebabkan insomnia, terganggunya kesehatan mata dan penurunan prestasi belajar. Menurut Fischer, dkk (2012) kecenderungan kecanduan internet yang dalam kategori sedang dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya tujuan dari penggunaan internet. Tujuan penggunaan internet adalah salah satu kebutuhan mahasiswa untuk mencari informasi baru atau kebutuhan lainnya. Menurut Ningtyas, (2013) internet membuat kesenangan tersendiri bagi remaja dalam hal mencari informasi dan berkomunikasi terhadap individu lain pada tempat yang berbeda. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dalam peringkat pertama mahasiswa lebih sering menggunakan internet untuk kebutuhan pembelajaran yaitu 95.5%. Peringkat kedua mahasiswa lebih sering menggunakan email dan grup chatting untuk berkomunikasi dan pengumpulan tugas yaitu 94.5%, sehingga sesuai tujuan penggunaan internet dengan apa yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam menggunakan internet dan memiliki dampak positif.

Bagi Peneliti lain yanter Tarik dengan tema yang sama dapat meneliti faktor lain yang

mempengaruhi kecendrungan kecanduan internet, seperti faktor keperibadian ataupun relasi sosial seseorang di dunia maya, sehingga dapat menambah khasanah keilmuan dalam bidang psikologi.

Pada penelitian ini, peneliti telah berusaha mencapai kesempurnaan hasil penelitian, namun karena adanya keterbatasan baik dari segi waktu dan kondisi yang sekarang sedang terjadi yaitu pandemi covid-19. Keterbatasan penelitian ini dalam hal pengumpulan data yang menggunakan kuesioner online sehingga banyak mahasiswa yang malas/ kurang mau mengisi via hp (virtual).

SIMPULAN

Penelitian ini dilakukan di kota Samarinda. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari beberapa kampus di kota Samarinda. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet memiliki hubungan yang hasilnya negatif. Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi kontrol diri pada seseorang maka kecendrungan kecanduan internet semakin rendah dan begitu pula sebaliknya Dalam penelitian ini juga kontrol diri memiliki sumbangsih efektif terhadap kecendrungan kecanduan internet sebanyak 26% dan 74% dari faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Arifin, H.H., & Milla, M.N. (2020). *Adaptasi dan*

property psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. Jurnal Psikologi Sosial, 18 (2) 179-195. DOI: 10.7454/jps.2020.18.

Bowlin, S.L., Baer, R.A (2011). *Relationships between mindfulness, self-control, and psychological functioning*. Journal of Personality and Individual Differences. *Personality and Individual Differences*, 52, 411-415.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.10.050>

Handarini, O.I., Wulandari, S.S (2020). *Pembelajaran Daring Sebagai Upaya Study From Home (SFH) Selama Pandemi Covid-19*. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*. Universitas Negeri Surabaya.

Ferazona, S., Suryanti (2020). *Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Hasil Belajar Kognitif Mahasiswa Pada Mata Kuliah Limnologi*. *Jurnal of Research and Education Chemistry* Universitas Islam Riau. 2(2) 102-110. DOI 10.25299/jrec.2020.vol2 (2).5826

Firman & Sari, (2020). *Pembelajaran Online di tengah Pandemi Covid 19*. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2 (2).

Fischer G, Brunner R, Parzer P, et al. (2012). *Depression, deliberate self-harm and suicidal behaviour in adolescents*

engaging in risky and pathological internet use. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*. ;61(1):16-31. DOI: 10.13109/prkk.2012.61.1.16. PMID: 22400376.

Hakim, S. N., Raj, A. A (2017). *Dampak Kecanduan Internet Pada Remaja*. Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia. Hotel Grasia Semarang.

Kementerian Dalam Negeri (2020). *Pedoman Umum Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis Dan Manajemen*.

Kemendikbud (2013). *Proyeksi Siswa Tingkat Nasional Tahun 2012/2013- 2020/2021*. *Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Pusat Data Dan Statistik Pendidikan*.

Kristiana, N (2020). *Pengaruh Pembelajaran Online Melalui Google Classroom Dan Fasilitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Salatiga Tahun Pelajaran 2020/2021*. Skripsi. Institusi Agama Islam Negeri Salatiga.

Mustofa, M.L, dkk (2019). *Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi*. 151-159.

Ningtyas, S.D.Y (2012). *Hubungan Antara Self*

- Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. Educational Psychology Journal EPJ* 1 (1).
- Ong, H.S., Tan, Y.R (2014). *Internet Addiction In Young People. Annals Academy of medicine.* 378-382
- Sahu, P. (2020). *Closure of universities due to coronavirus disease 2019 (COVID-19): impact on education and mental health of students and academic staff. Cureus* 12:e7541. doi: 10.7759/cureus.7541
- Umaidah, L., (2019). *Hubungan Antara Kebahagian Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. Skripsi.* Universitas Islam Negeri Maulan Malik Ibrahim Malang.
- Young, K. S., & de Abreu, C. N. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment.* Hoboken, NJ: John Wiley & Sons Inc.

**Analisis Tingkat Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Kelas R3e
UNINDRA PGRI Jakarta dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan
dan Konseling**

*Analysis of Academic Procrastination Level on Students of R3E Class
UNINDRA PGRI Jakarta and Their Implications on Guidance and Counseling
Services*

DEVI RATNASARI

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Pengetahuan Sosial, Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

Email: ¹ratnasaridevi37@yahoo.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa semester 3 (kelas R3E) Universitas Indraprasta PGRI Jakarta yang berjumlah 21 orang dan mengaitkannya dengan implikasi terhadap layanan Bimbingan dan Konseling (BK). *Prokrastinasi akademik* merupakan perilaku menunda-nunda mengerjakan ataupun menyelesaikan tugas-tugas akademik. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif jenis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa kelas R3E sebagian besar memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang sebanyak 71%. Ini dapat menjadi indikasi mahasiswa pada kategori ini bisa saja kemudian memiliki perilaku dalam menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliah apabila tidak diberikan pemahaman dan motivasi yang tepat untuk mengurangi perilaku menunda penyelesaian pekerjaan, dan sebanyak 10% mahasiswa menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi. Ini menunjukkan 10% mahasiswa memiliki perilaku menunda pekerjaan termasuk tugas perkuliahan. Kategori rendah pada tingkat prokrastinasi akademik hanya sebanyak 19% di kelas R3E. Implikasi terhadap layanan BK yang dapat diberikan untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada mahasiswa meliputi; 1) layanan informasi, 2) layanan penguasaan konten, 3) layanan konseling individu, dan 4) layanan konseling kelompok.

Kata Kunci: Prokrastinasi Akademik, Layanan Bimbingan dan Konseling.

Abstract. This study aims to analyze the level of academic procrastination in 3rd semester students (class R3E) Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, amounting to 21 people and relate it to the implications for Guidance and Counseling (BK) services. Academic procrastination is the behavior of procrastinating doing or completing academic tasks. The research method used is quantitative descriptive type. The results showed that the students of class R3E. most of them had a moderate level of academic procrastination as much as 71%. This can be an indication that students in this category may then have a behavior in delaying doing and completing college assignments if they are not given the right understanding and motivation to reduce the behavior of delaying the completion of work, and as many as 10% of students show high academic procrastination. This shows that 10% of students have the behavior of delaying work, including lecture assignments. The low category at the level of academic

procrastination is only 19% in the R3E class. The implications for BK services that can be provided to reduce academic procrastination in students include; 1) information services, 2) content mastery services, 3) individual counseling services, and 4) group counseling services.

Key words: Academic Procrastination, Guidance and Counseling Services.

PENDAHULUAN

Prokrastinasi akademik merupakan jenis penundaan yang terjadi pada jenis tugas formal yang berkaitan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah, tugas kursus dan tugas kuliah (Mayasari, Mustami'ah, & Warni, 2012). Menurut Tuckman (Reza, 2013) prokrastinasi akademik merupakan kecenderungan meninggalkan, menunda atau menghindari penyelesaian aktivitas yang seharusnya diselesaikan. Prokrastinasi akademik ditandai melalui kecenderungan untuk menunda suatu tugas tertentu, individu mempunyai kebiasaan dan kecenderungan untuk menunda menyelesaikan pengerjaan suatu tugas.

Fenomena prokrastinasi akademik di kalangan mahasiswa dapat penulis rasakan saat pengalaman mengajar di Unindra PGRI Jakarta, terdapat beberapa mahasiswa yang terlambat mengumpulkan tugas-tugas akademik. Penelitian terdahulu terkait prokrastinasi akademik dilakukan (Fauziah, 2015) terhadap 113 mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung, yang menunjukkan hasil bahwa diperoleh 3 faktor yang menyebabkan prokrastinasi yaitu fisik, psikis, dan lingkungan. Penelitian lainnya dilakukan (Hermawan, 2012) terhadap 114 mahasiswa Universitas

Muhammadiyah Surakarta yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara prokrastinasi akademik berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa laki-laki dan perempuan. Selain itu, hasil penelitian (Mawardi, 2019) menunjukkan bahwa mahasiswa aktivis UKM di semua jurusan di IAIN Purwokerto mempunyai tingkat prokrastinasi sedang berdasarkan kategorisasi prokrastinasi akademik berikut: 13% berada pada level sangat tinggi, 20% berada pada level tinggi, 57% berada pada level sedang, 10% berada pada level rendah, dan hanya 0% dari mahasiswa aktivis UKM di semua jurusan yang memiliki tingkat prokrastinasi rendah.

Perilaku prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa, memiliki beberapa dampak negatif, diantaranya; 1) Adanya keterlambatan kelulusan mahasiswa (Rahayudin, 2020), 2) Munculnya perasaan cemas dan stress, *serta self criticism*, 3) Mendapatkan nilai yang kurang baik, 4) Rentan dengan perilaku mencontek atau *copy paste* (Sudjianto & Alimbudiono, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik adalah dengan menggunakan layanan bimbingan dan konseling (BK). Layanan bimbingan dan konseling merupakan upaya sistematis, objektif, logis, dan berkelanjutan yang dilakukan oleh konselor/co-counselor untuk memfasilitasi

perkembangan konseli dalam mencapai kemandirian, dalam wujud kemampuan memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan mengoptimalkan potensi diri (Werdiguna, 2019). Layanan bimbingan dan konseling meliputi 10 jenis layanan yaitu: 1) layanan orientasi, 2) layanan informasi, 3) layanan penempatan dan penyaluran, 4) layanan penguasaan konten, 5) layanan konseling perorangan, 6) layanan konseling kelompok, 7) layanan bimbingan kelompok, 8) layanan konsultasi, 9) layanan mediasi, 10) layanan advokasi. Beberapa jenis layanan tersebut dapat digunakan dalam mereduksi perilaku prokrastinasi akademik.

Beberapa contoh layanan dalam BK yang telah digunakan sebagai upaya untuk mereduksi prokrastinasi akademik diantaranya dilakukan (Maharani, 2019), yang menggunakan layanan informasi dengan teknik *role playing* pada 32 mahasiswa UNP, temuan penelitian tersebut secara khusus yaitu: (1) terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik mahasiswa pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah diberikan layanan informasi menggunakan *role playing*, (2) terdapat perbedaan prokrastinasi akademik mahasiswa pada kelompok control sebelum dan setelah diberikan layanan informasi tanpa menggunakan *role playing*, dan (3) terdapat perbedaan prokrastinasi akademik mahasiswa antara kelompok eksperimen yang diberikan layanan informasi menggunakan *role playing* dengan kelompok

control yang diberikan layanan informasi tanpa menggunakan *role playing*. Selanjutnya penelitian oleh (Veni, 2019) yang menggunakan layanan penguasaan konten dalam mereduksi prokrastinasi akademik pada peserta didik, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan prokrastinasi akademik peserta didik sebelum dan sesudah diberikan layanan penguasaan konten. Lebih lanjut, penelitian oleh (Putri, 2019) menunjukkan hasil bahwa penggunaan layanan konseling kelompok dengan model konseling realita dapat menurunkan tingkat prokrastinasi akademik pada siswa.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menggambarkan tingkat prokrastinasi akademik pada mahasiswa kelas R3E Universitas Indraprasta PGRI Jakarta (Unindra) dan mengimplikasikannya pada layanan BK yang tepat berdasarkan perolehan data tersebut.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka penulis tertarik untuk memilih judul “Analisis Tingkat Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Kelas R3E Unindra PGRI Jakarta dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”.

METODE

Responden yang dipilih dalam penelitian ini yaitu mahasiswa semester 3 di kelas R3E Unindra PGRI Jakarta yang berjumlah 21 orang. Alasan pemilihan responden tersebut adalah dikarenakan penulis mengajar di kelas tersebut, dan ingin mengetahui gambaran prokrastinasi akademik yang terjadi, sehingga nantinya dapat ditindaklanjuti dengan berkoordinasi dengan

dosen Pembimbing Akademik (PA) untuk memberikan tindakan yang tepat. Selain itu, mahasiswa di kelas tersebut tergolong kooperatif jika diminta mengisi kuisioner yang diberikan. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif jenis deskriptif. Penelitian dimulai dengan menyebar kuisioner prokrastinasi akademik yang disebar melalui link *google form*, lalu peneliti mengolah data dan menganalisisnya untuk menentukan implikasi layanan BK yang tepat. Proses waktu yang dibutuhkan sekitar 1 bulan. Analisis data yang digunakan yaitu teknik analisis data deskriptif persentase. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisioner tentang prokrastinasi akademik yang dikembangkan oleh Hengki Satrianta berdasarkan aspek; (1) Menunda memulai atau mempelajari yang ingin mulai dipelajari (contoh item: saya lebih tertarik membaca update media sosial dibanding mengerjakan tugas), (2) Menunda waktu belajar yang sebenarnya dimulai (contoh item: saya terbiasa menyelesaikan tugas ketika jadwal pengumpulan telah melewati batasnya), (3) Perbedaan antara niat dan perilaku yang terjadi dalam belajar (contoh item: (saya terbiasa melakukan kegiatan yang tidak terjadwal), (4) Melakukan hal-hal lain selain belajar (contoh item: saya lebih tertarik bermain *game* daripada belajar)

HASIL

Berdasarkan hasil analisis pengolahan

data angket prokrastinasi akademik pada

Kategori	Rentang Skor	Jumlah Mahasiswa	Persentase
TINGGI	182>	2	10%
SEDANG	136-182	15	71%
RENDAH	<136	4	19%

kelompok kelas R3E Pogram Studi BK Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, dibuat kategorisasi dari Tinggi, Sedang, dan Rendah pada tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa di kelas R3E. Pembuatan kategorisasi tersebut mengikuti pedoman sebagai berikut; *Kategori*. $X < \text{Mean} - 1.\text{SD}$ (*Rendah*). $\text{Mean} - 1.\text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1.\text{SD}$ (*Sedang*). $\text{Mean} + 1.\text{SD} \geq X$ (*Tinggi*). Persentase dari kategori tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa tercantum pada tabel berikut:

Tabel 1 Hasil Pengisian Angket Prokrastinasi Mahasiswa Kelas R3E Prodi BK Unindra

Berdasarkan persentase tersebut, kelompok mahasiswa kelas R3E sebagian besar memiliki tingkat prokrastinasi akademik yang sedang sebanyak 71%. Ini dapat menjadi indikasi mahasiswa pada kategori ini bisa saja kemudian memiliki perilaku dalam menunda mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliah apabila tidak diberikan pemahaman dan motivasi yang tepat untuk mengurangi perilaku menunda penyelesaian pekerjaan, dan sebanyak 10% mahasiswa menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi. Ini menunjukkan 10% mahasiswa memiliki perilaku

menunda pekerjaan termasuk tugas perkuliahan. Kategori rendah pada tingkat prokastinasi akademik hanya sebanyak 19% di kelas R3E.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diatas, maka implikasi terhadap layanan BK yang dapat digunakan untuk mereduksi prokastinasi akademik meliputi; (1) Layanan informasi, pada layanan ini konselor dapat memberikan materi terkait dampak positif jika prokastinasi dapat direduksi misalnya nilai atau IPK dapat meningkat dan berkurangnya perasaan cemas dan depresi (Sudjianto & Alimbudiono, 2021), selain itu materi yang diberikan juga dapat terkait tentang kebiasaan positif yang perlu dikembangkan untuk mereduksi prokastinasi akademik, karena kebiasaan merupakan pengulangan sesuatu secara terus-menerus atau dalam sebagian besar waktu dengan cara yang sama dan tanpa hubungan akal, atau sesuatu yang tertanam di dalam jiwa dari hal-hal yang berulang kali terjadi (Miskanik & Handoko, 2018), maka kebiasaan positif perlu dikembangkan termasuk meninggalkan kebiasaan prokastinasi akademik agar mahasiswa mampu menjawab tantangan yang makin beragam di era disruptif saat ini. (2) Layanan penguasaan konten, pada layanan ini konselor dapat melatih keterampilan tertentu pada mahasiswa untuk dapat mereduksi prokastinasi akademik yang dimiliki, misalnya keterampilan manajemen waktu, keterampilan "cara belajar cerdas bukan belajar keras", sehingga diharapkan siswa dapat

mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan baik, maksimal dan juga dapat dikumpulkan pada waktu yang tepat (Syahrin, Yendi, & Taufik, 2019). 3) Layanan konseling individu, pada layanan konseling individu konselor dapat menggali lebih dalam terkait hal-hal yang mempengaruhi terbentuknya prokastinasi pada mahasiswa dan menentukan intervensi yang lebih tepat dengan menggunakan ragam model konseling yang ada, misalnya model konseling behavioral yang didalamnya terdapat teknik *self management* dan *self reward*. (4) Layanan konseling kelompok, pada layanan ini konselor dapat memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi dalam kegiatan yang dilakukan, dan lebih bersemangat dalam mereduksi prokastinasi akademik yang dimiliki karena mendapat dukungan dari teman yang menjadi anggota kelompok.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah hanya sebatas menganalisis tingkat prokastinasi akademik lalu mengimplikasikan pada layanan BK yang dirasa tepat (berdasarkan data pada tabel 1). Oleh karena itu pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan mengembangkan variabel yang ditambah dengan jenis kelamin, kondisi ekonomi, dan kondisi keharmonisan keluarga. Selain itu diharapkan peneliti selanjutnya dapat memberikan intervensi layanan BK yang tepat untuk mereduksi prokastinasi akademik.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kelas R3E Unindra PGRI Jakarta memiliki tingkat prokrastinasi akademik tinggi sebanyak 10% atau 2 orang mahasiswa, tingkat sedang sebanyak 71% atau 15 orang, dan tingkat rendah sebanyak 19% atau 4 orang mahasiswa. Implikasi terhadap layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan untuk mereduksi prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang memiliki tingkatan tinggi atau sedang adalah dengan memberikan ; 1) Layanan infomasi, 2) Layanan penguasaan konten, 3) Layanan konseling individu, dan 4) Layanan konseling kelompok.

DISKUSI

Tingkat prokrastinasi akademik mahasiswa yang tinggi, perlu mendapatkan perhatian dan penanganan. Perilaku prokrastinasi akademik yang dimiliki mahasiswa, memiliki beberapa dampak negatif, diantaranya; 1) Adanya keterlambatan kelulusan mahasiswa (Rahayudin, 2020), 2) Munculnya perasaan cemas dan stress, *serta self criticism*, 3) Mendapatkan nilai yang kurang baik, 4) Rentan dengan perilaku mencnek atau *copy paste* (Sudjianto & Alimbudiono, 2021). Berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswa kelas R3E prodi BK Unindra PGRI Jakarta, didapatkan hasil bahwa kategori tertinggi adalah kategori sedang. Maka,

rekомендasi yang dapat dirumuskan adalah dosen pembimbing akademik (PA) di kelas tersebut diharapkan dapat menjalankan fungsi pemeliharaan dan pengembangan. Dosen PA dapat berupaya agar kategori sedang tersebut tidak berpindah menjadi kategori tinggi (dalam hal prokrastinasi yaitu sikap menunda melakukan hal prioritas dan mementingkan hal lain yang kurang prioritas). Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan layanan informasi maupun penguasaan konten tentang “*self management*” terkait tugas dan kegiatan akademik yang dijalani, dapat pula dengan menerapkan “*self reward*” yaitu memberi hadiah kepada diri sendiri jika berhasil mencapai target atau berhasil untuk tidak menunda mengerjakan tugas yang seharusnya dikumpulkan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Fauziah, H. H. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi uin sunan gunung djati bandung. *Psypathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2), 123–132.
- Hermawan, D. R. (2012). *Prokrastinasi Akademik Ditinjau Dari Tempat Tinggal Dan Jenis Kelamin*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maharani, R. (2019). *Efektivitas Role Playing dalam Layanan Informasi untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa*.

- Universitas Negeri Padang.
- Mawardi, K. (2019). *Tingkat Prokrastinasi Akademik dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Aktivis*. *INSANIA: Jurnal Pemikiran Alternatif Kependidikan*, 24(1), 120–130.
- Mayasari, M. D., Mustami'ah, D., & Warni, W. E. (2012). *Hubungan antara persepsi mahasiswa terhadap metode pengajaran dosen dengan kecenderungan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah Surabaya*. *Jurnal Insan Media Psikologi*, 12(2).
- Miskanik, M., & Handoko, H. (2018). *Layanan Informasi "M3 (My Habits, My Choice, My Success)" Dalam Mempersiapkan Peserta Didik Menjadi Pribadi Unggul Di Era Post Modern*. Seminar Nasional Dan Diskusi Panel Multidisiplin Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2018, 1(1).
- Putri, N. S. (2019). *Konseling Kelompok dengan Terapi Realita dalam Menurunkan Prokrastinasi Akademik*. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 6(1), 49–56.
- Rahayudin, F. (2020). *Dampak Prokrastinasi Akademik pada keterlambatan kelulusan mahasiswa Jurusan Pendidikan IPS di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Reza, I. (2013). *Hubungan antara religiusitas dengan moralitas pada remaja di Madrasah Aliyah (MA)*. *Journal.Uad.Ac.Id*. Retrieved from <http://journal.uad.ac.id/index.php/HUMANITAS/article/view/335>
- Sudjianto, M. P., & Alimbudiono, R. S. (2021). *Dampak Prokrastinasi Akademik Pada Ipk Mahasiswa Akuntansi Universitas Surabaya*. Mitra Abisatya.
- Syahrin, M. A., Yendi, F. M., & Taufik, T. (2019). *Penerapan Layanan Penggunaan Konten Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa*. *Indonesian Journal of School Counseling*, 4(2), 69–75.
- Veni, N. (2019). *Efektivitas Layanan Penggunaan Konten dalam Mengurangi Prokrastinasi Akademik (Studi Eksperimen pada Peserta Didik di Kelas XI SMA Negeri 2 Padang)*. STKIP PGRI Sumatera Barat.
- WERDIGUNA, R. A. I. Y. (2019). *Sistem Informasi Layanan Bimbingan Dan Konseling Pada SMP Negeri 2 Mengwi Menggunakan Framework*.

Analisis Tingkat Kohesivitas Keluarga pada Mahasiswa Kelas R3E UNINDRA PGRI Jakarta dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Analysis of Family Cohesiveness in Class R3E UNINDRA PGRI Jakarta

Students and Its Implications for Guidance and Counseling Services

SABRINA DACHMIATI¹

Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

Email: ¹sabrinadachmiati05@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat kohesivitas keluarga pada mahasiswa semester 3 (kelas R3E) Universitas Indraprasta PGRI Jakarta yang berjumlah 21 orang dan mengaitkannya dengan implikasi terhadap layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Kohesivitas dalam keluarga merupakan suatu kedekatan antar anggota keluarga sehingga menumbuhkan kehangatan, hubungan yang lebih ramah, kooperatif, dan penuh kasih sayang yang tercipta dalam keluarga. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif jenis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa kelas R3E sebagian besar memiliki gambaran kohesivitas keluarga yang sedang sebanyak 71%. Ini dapat menjadi gambaran hubungan keluarga yang dapat diperbaiki menjadi lebih hangat dan kohesif. Pada kategori ini bisa saja kemudian memiliki hubungan kohesif dengan keluarga mahasiswa dengan keterampilan dalam menjalin hubungan baik komunikasi maupun perilaku dengan anggota keluarganya, dan sebanyak 19% mahasiswa menunjukkan kohesivitas keluarga pada kategori rendah. Ini menunjukkan 19% mahasiswa perlu dibantu dalam memperbaiki hubungan kohesivitas keluarganya, dan hanya sebanyak 10% mahasiswa yang memiliki kohesivitas keluarga yang berada pada kategori tinggi di kelas R3E. Implikasi terhadap layanan BK yang dapat diberikan untuk meningkatkan kohesivitas keluarga pada mahasiswa meliputi layanan konseling individu, layanan konseling kelompok, layanan informasi, dan layanan penguasaan konten.

Kata Kunci: Kohesivitas keluarga, Layanan Bimbingan dan Konseling.

Abstract: This study aims to analyze the level of family cohesiveness in 3rd semester students (R3E class) Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, amounting to 21 people and relate it to the implications for Guidance and Counseling (BK) services. Cohesiveness in the family is a closeness between family members so that it fosters warmth, a more friendly, cooperative, and loving relationship that is created in the family. The research method used is quantitative descriptive type. The results showed that most of the R3E class students had a moderate picture of family cohesiveness as much as 71%. This can be a picture of a family relationship that can be improved to become more warm and cohesive. In this category, it is possible to have a cohesive relationship with the student's family with skills in establishing good communication and behavior relationships with family members, and as many as 19% of students show family cohesiveness in the low category. This shows that 19% of students need help in improving their

family cohesive relationships, and only 10% of students who have family cohesiveness are in the high category in the R3E class. The implications for counseling services that can be provided to improve family cohesiveness in students include individual counseling services, group counseling services, information services, and content mastery services.

Key words: Family Cohesiveness, Guidance and Counseling Services.

PENDAHULUAN

Kohesivitas keluarga merupakan ikatan emosional yang dimiliki antar anggota keluarga. Pengertian kohesivitas keluarga menurut Olson (Ratnasari, 2015) adalah keeratan hubungan emosional antar anggota keluarga satu terhadap yang lain. Kohesivitas sebagai kebersamaan, atau anggota keluarga memiliki ikatan emosional satu sama lain, dan setiap sistem keluarga harus menegosiasikan keseimbangan antara keterpisahan dan kebersamaan. Misalnya, sistem keluarga dengan seorang remaja harus menegosiasikan sebesar apa remaja dapat berada jauh dari keluarga dan namun tetap menjaga hubungan yang positif dengan keluarga.

Katwal dan Kamalanabhan (Harisuci 2014) menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kohesivitas dalam keluarga adalah jenis kelamin, perbedaan usia, ukuran kelompok saudara, struktur keluarga, kehadiran kedua orang tua, dan apa yang dirasakan orang tua pada keluarga yang bisa kompak.

Penelitian terdahulu terkait kohesivitas keluarga dilakukan oleh (Harisuci, 2014) yang menunjukkan hasil bahwa kohesivitas keluarga dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada anak (konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam). Penilitian lainnya terkait

kohesivitas keluarga juga dilakukan oleh (Rusdiana, 2020) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kohesivitas keluarga dengan *self esteem* pada remaja.

Sementara itu, kondisi keluarga yang memiliki tingkat kohesivitas rendah dapat menimbulkan beberapa dampak negatif, diantaranya adalah munculnya konflik dalam keluarga (salah satunya pembunuhan). Hasil riset UNODC (*United Nations Office on Drugs and Crime*) pada tahun 2017 menunjukkan temuan bahwa Asia menjadi wilayah dengan tingkat pembunuhan terbesar yang dilakukan oleh anggota keluarga, korban yang terbanyak adalah perempuan (Okezone, 2021). Selain itu, dampak negatif dari tingkat kohesivitas keluarga yang rendah adalah adanya penggunaan narkotika, Deputi Bidang Keluarga Sejahtera dan Pemberdayaan Keluarga (KSPK) BKKBN M Yani mengatakan tingginya angka kasus penyalahgunaan narkoba oleh kalangan muda merupakan dampak dari kurangnya kasih sayang dari keluarga. Menurut Yani orang tua seharusnya tidak boleh luput memberikan perhatian kepada anak dan anggota keluarga pada umumnya supaya perilaku anak di luar rumah bisa lebih terkendali dan terawasi (Republika, 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kohesivitas keluarga adalah dengan menggunakan layanan bimbingan dan

konseling (BK). Layanan bimbingan dan konseling meliputi 10 jenis layanan yaitu: 1) layanan orientasi, 2) layanan informasi, 3) layanan penempatan dan penyaluran, 4) layanan penguasaan konten, 5) layanan konseling perorangan, 6) layanan konseling kelompok, 7) layanan bimbingan kelompok, 8) layanan konsultasi, 9) layanan mediasi, 10) layanan advokasi. Beberapa jenis layanan tersebut dapat digunakan dalam meningkatkan kohesivitas keluarga.

Beberapa contoh layanan dalam BK yang telah digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas kehidupan keluarga adalah (Ratnasari & Bilqis, 2020) yang menggunakan layanan informasi untuk meningkatkan keharmonisan keluarga pada wali asuh di Yayasan Jakarta Selatan. Layanan orientasi pada siswa SMA tentang persiapan kehidupan berkeluarga juga perlu dilakukan agar nantinya memiliki bekal dan mampu mewujudkan kohesivitas keluarga di tingkat yang tinggi. Penelitian oleh (Anggara, Ratnasari, & Ardianti, 2021) menunjukkan bahwa layanan tersebut sangat dibutuhkan siswa sebagai pemahaman terkait kehidupan berkeluarga. Selanjutnya, penelitian oleh (Wulandari, 2015) menunjukkan bahwa layanan konseling individu dapat digunakan untuk membantu meningkatkan keharmonisan keluarga. Keharmonisan keluarga berkaitan erat dengan kohesivitas keluarga, sehingga melalui kondisi keluarga yang harmonis maka kohesivitas keluarga akan lebih mudah diwujudkan.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menganalisis tingkat kohesivitas keluarga pada mahasiswa kelas R3E Universitas Indraprasta PGRI Jakarta (Unindra) dan mengimplikasikannya pada layanan BK yang tepat.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk memilih judul “Analisis Tingkat Kohesivitas Keluarga Mahasiswa Kelas R3E Unindra PGRI Jakarta dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”.

METODE

Responden yang dipilih dalam penelitian ini yaitu mahasiswa semester 3 di kelas R3E Unindra PGRI Jakarta yang berjumlah 21 orang. Alasan pemilihan responden tersebut adalah dikarenakan memiliki sikap kooperatif terutama dalam mengisi kuisioner penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif jenis deskriptif. Penelitian dimulai dengan menyebar kuisioner tentang kohesivitas keluarga, lalu peneliti mengolah data dan menganalisisnya untuk menentukan implikasi layanan BK yang tepat. Proses waktu yang dibutuhkan sekitar 1 bulan. Analisis data menggunakan teknik deskriptif persentase. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisioner tentang kohesivitas keluarga yang dikembangkan oleh (Ratnasari & Solehuddin, 2016) berjumlah 67 item, penghitungan skor jawaban menggunakan skala likert. Berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Olson tentang kohesivitas keluarga; 1) ikatan emosional (contoh item: saya menjalin kedekatan dengan anggota

keluarga dengan cara membicarakan hal yang menyenangkan), 2) keterbatasan (contoh item: saya bercerita kepada anggota keluarga hal-hal yang saya alami), 3) koalisi (contoh item: saya membantu mencari solusi dengan memberikan ide ketika anggota keluarga mengalami masalah., 4) waktu (contoh item: saya lebih suka menonton TV bersama keluarga daripada menonton sendirian), 5) ruang (contoh item: keluarga biasanya berkumpul di ruang tengah untuk menonton TV bersama, 6) teman (contoh item: saya mengajak teman berkunjung ke rumah untuk berkenalan dengan keluarga, 7) pengambilan keputusan (contoh item: saya meminta pendapat keluarga tujuan SMA/ SMK setelah lulus SMP nanti), dan 8) minat dan rekreasi (contoh item: saya meminta pendapat keluarga tujuan SMA/ SMK setelah lulus SMP nanti).

HASIL

Berdasarkan hasil analisis pengolahan data angket kohesivitas keluarga pada kelompok kelas R3E Pogram Studi BK Universitas Indraprasta PGRI Jakarta, dibuat kategorisasi dari Tinggi, Sedang, dan Rendah pada tingkat kohesivitas keluarga mahasiswa di kelas R3E. Persentase dari kategori tingkat kohesivitas keluarga mahasiswa tercantum pada tabel berikut:

Tabel 1 Hasil pengisian angket kohesivitas keluarga kelas R3E Prodi BK Unindra PGRI

Jakarta

Kategori	Rentang	Jumlah	Persentase
	Skor	Mahasiswa	
TINGGI	263>	2	10%
SEDANG	213 - 263	15	71%
RENDAH	<213	4	19%

Berdasarkan persentase tersebut yang dikategorisasikan dengan pedoman *Kategori*. $X < \text{Mean} - 1.\text{SD}$. *Rendah*. $\text{Mean} - 1.\text{SD} \leq X < \text{Mean} + 1.\text{SD}$. *Sedang*. $\text{Mean} + 1.\text{SD} \geq X$. *Tinggi*., kelompok mahasiswa kelas R3E sebagian besar memiliki gambaran kohesivitas keluarga yang sedang sebanyak 71%. Ini dapat menjadi gambaran hubungan keluarga yang dapat diperbaiki menjadi lebih hangat dan kohesif. Pada kategori ini bisa saja kemudian memiliki hubungan kohesif dengan keluarga mahasiswa dengan keterampilan dalam menjalin hubungan baik komunikasi maupun perilaku dengan anggota keluarganya, dan sebanyak 19% mahasiswa menunjukkan kohesivitas keluarga pada kategori rendah. Ini menunjukkan 19% mahasiswa perlu dibantu dalam memperbaiki hubungan kohesivitas keluarganya, dan hanya sebanyak 10% mahasiswa yang memiliki kohesivitas keluarga yang berada pada kategori tinggi di kelas R3E.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka implikasi terhadap layanan BK yang dapat digunakan meliputi; 1) layanan informasi, materi yang diberikan dapat berupa pentingnya kesadaran mahasiswa dalam meningkatkan kohesivitas keluarga, khususnya bagi mahasiswa yang berada pada tingkatan kohesivitas keluarga rendah dan sedang. Melalui layanan informasi tersebut,

diharapkan mahasiswa dapat memiliki kesadaran dan mengetahui pentingnya kohesivitas keluarga yaitu untuk mewujudkan situasi keluarga yang lebih nyaman. Adanya situasi keluarga yang lebih nyaman dan kohesif, tentunya dapat meningkatkan semangat belajar dan produktifitas mahasiswa dalam hal yang positif (Masni, 2017). 2) Layanan penguasaan konten, pada layanan tersebut mahasiswa diberikan keterampilan untuk meningkatkan komunikasi dan memilih kegiatan yang dapat meningkatkan *bonding* atau ikatan emosional antar anggota keluarga. Terlebih lagi di masa pandemi saat ini, *bonding* yang kuat dalam keluarga dapat menimbulkan kenyamanan dalam keluarga yang diperlukan untuk meningkatkan sistem imun dan membuat diri menjadi lebih bahagia (Kepramareni & Yuliastuti, 2020). 3) Layanan konseling individu, layanan ini dapat dipilih dan diterapkan pada mahasiswa yang berada pada kategori kohesivitas keluarga rendah terutama dengan permasalahan keluarga yang cukup berat, sehingga konselor dapat membantu lebih optimal. Hasil penelitian terkait layanan konseling individu yang dapat digunakan untuk meningkatkan kohesivitas keluarga dilakukan oleh (Ratnasari, 2015), 4) Layanan konseling kelompok, melalui dinamika kelompok yang ada di dalamnya (Fitri & Marjohan, 2017), mahasiswa dapat mendapatkan *support group* dan menerima masukan dari anggota kelompok lainnya terkait peningkatan kohesivitas keluarga, selain itu mahasiswa juga dapat berempati ketika mendengar permasalahan teman lainnya yang

mempengaruhi kondisi kohesivitas keluarga dalam keluarga mereka.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah hanya sebatas menganalisis tingkat kohesivitas keluarga lalu mengimplikasikan pada layanan BK yang dirasa tepat (berdasarkan data pada tabel 1). Oleh karena itu pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian serupa yang dikembangkan dengan memberikan intervensi layanan BK melalui format individu maupun kelompok.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa kelas R3E Unindra PGRI Jakarta memiliki tingkat kohesivitas keluarga tinggi sebanyak 10% atau 2 orang mahasiswa, tingkat sedang sebanyak 71% atau 15 orang, dan tingkat rendah sebanyak 19% atau 4 orang mahasiswa. Implikasi terhadap layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan untuk meningkatkan kohesivitas keluarga pada mahasiswa yang memiliki tingkatan sedang atau rendah adalah dengan memberikan ; 1) Layanan infomasi, 2) Layanan penguasaan konten, 3) Layanan konseling individu, 4) Layanan konseling kelompok.

DISKUSI

Kondisi keluarga dengan tingkat kohesivitas tinggi diperlukan untuk mewujudkan iklim keluarga yang nyaman dan membuat mahasiswa memiliki motivasi lebih tinggi dalam berprestasi. Kohesivitas keluarga yang baik dapat memberikan dampak

positif, penelitian oleh (Harisuci, 2014) menunjukkan hasil bahwa kohesivitas keluarga dapat meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal pada anak (konteks budaya Jawa dan pengaruh Islam). Penilitian lainnya terkait kohesivitas keluarga juga dilakukan oleh (Rusdiana, 2020) yang menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara kohesivitas keluarga dengan *self esteem* pada remaja. Oleh karena itu, penulis menyarankan untuk peneliti selanjutnya dapat menindaklanjuti hasil penelitian ini, dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling berupa intervensi yang tepat. Intervensi atau layanan yang dapat digunakan meliputi layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan konseling individu, dan layanan konseling kelompok. Kendati demikian, layanan orientasi juga diperlukan terutama diberikan pada jenjang SMA sebagai bekal dan persiapan dalam kehidupan berkeluarga. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan konseling keluarga yang melibatkan anggota keluarga, sehingga kohesivitas keluarga dapat diwujudkan melalui upaya bersama anggota keluarga. Penelitian ini juga memiliki kekurangan yaitu kecilnya jumlah subyek penelitian, sehingga peneliti selanjutnya perlu menambah jumlah subyek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Anggara, D., Ratnasari, D., & Ardianti, T. (2021). Layanan orientasi untuk meningkatkan pemahaman kesiapan

kehidupan berkeluarga. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(1), 25–30.

Fitri, E. N., & Marjohan, M. (2017). *Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa*. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(2), 19–24.

Harisuci, T. C. (2014). *Kohesivitas Keluarga Dalam Mengembangkan Ketrampilan Interpersonal Pada Anak (Konteks Budaya Jawa Dan Pengaruh Islam)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Kepramareni, P., & Yuliastuti, I. A. N. (2020). *Swadharma Ibu dalam Keluarga Pada Masa Pandemi COVID 19*. Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati 2020, 115–121.

Masni, H. (2017). *Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa*. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 5(1), 34–45.

Ratnasari, D. (2015). *Penggunaan Kombinasi Strategi Empty Chair dan Reframing Untuk Meningkatkan Kohesivitas Keluarga Siswa: penelitian single subject terhadap 6 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Taman Tahun Akademik 2014/2015*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Ratnasari, D., & Bilqis, F. (2020). Layanan informasi untuk membangun keharmonisan

- keluarga pada orangtua atau wali asuh di Yayasan Jakarta Selatan. Original Article, 35(1), 35–42.*
<https://doi.org/10.26539/teraputik.41289>
- Ratnasari, D., & Solehuddin, M. (2016). *Meningkatkan Kekohesifan Keluarga Siswa dengan Kombinasi Strategi Empty Chair dan Reframing. Edusentris, 3(2)*, 162–174.
- Rusdiana, F. K. (2020). Hubungan Antara Kohesivitas Keluarga dan Self Esteem pada Remaja. *Personifikasi, 11(2)*, 218–226.
- Wulandari, R. R. (2015). *Pengaruh Program Bimbingan Individual Terhadap Keharmonisan Keluarga (Studi Pada Kelurga Yang Mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Kota Bandung). Jurnal Pendidikan Luar Sekolah, 9(2)*.

Distraksi Digital: Studi Korelasional Antara Stres Akademik Dengan *Cyberslacking*

**(Digital Distraction: A Correlational Study Between Academic Stress And
Cyberslacking)**

**ALFIN KURNIA BAHARI¹, ALIF ALFIAN SURUR², DETRI PURWANTIE³, NIKMA SOFIA
AFIATI⁴**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: ¹alfinkbahari@gmail.com

Abstrak : Pembelajaran daring selama pandemi Covid-19, mengharuskan mahasiswa untuk lebih sering mengakses internet guna memenuhi kewajiban perkuliahan. Hal ini dilakukan sebagai bentuk adaptasi pembelajaran di masa pandemi Covid-19, namun kondisi tersebut menimbulkan permasalahan psikologis, salah satunya yakni munculnya perilaku *cyberslacking*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini yakni sebanyak 204 mahasiswa yang tersebar di seluruh Indonesia yang menjalani pembelajaran daring selama pandemi Covid-19. Metode pengumpulan data menggunakan skala *Cyberslacking* dan Skala Stres Akademik yang merupakan modifikasi dari *Scale for Assessing Academic Stress* (SAAS). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa dengan $r = 0,346$ dan taraf signifikansi $p < 0,01$. Semakin tinggi tingkat stres akademik, maka semakin tinggi intensitas perilaku *cyberslacking*. Analisis tambahan menemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku *cyberslacking* ditinjau dari jenis kelamin, yakni bahwa tingkat perilaku *cyberslacking* pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Lebih lanjut, analisis tambahan yang dilakukan pada asal perguruan tinggi tidak menunjukkan adanya perbedaan perilaku *cyberslacking* yang signifikan antara mahasiswa yang berasal dari perguruan tinggi negeri maupun mahasiswa yang berasal dari perguruan tinggi swasta.

Kata kunci : covid-19, *cyberslacking*, mahasiswa, perkuliahan daring, stres akademik.

Abstract : The conduct of online learning during the Covid-19 pandemic requires students to access the internet more frequently to fulfill their study obligations. This is done as a form of learning adaptation during the Covid-19 pandemic, but this condition creates psychological problems, one of them is the emergence of *cyberslacking* behavior. This study aims to determine the relationship between academic stress and *cyberslacking* in university students. The subjects involved in this study are 204 university students spread across Indonesia who underwent online learning during the Covid-19 pandemic. The data were collected using the *Cyberslacking scale* and the *Academic Stress Scale* which is a modification of the *Scale for Assessing Academic Stress* (SAAS). Result of the study shows that there is a significant positive relationship between academic stress and *cyberslacking* behavior in students with $r = 0.346$ and a significance level of $p < 0.01$. The higher the level of academic stress, the higher the intensity of

cyberslacking behavior. Additional analysis found that there were significant differences in cyberslacking behavior in terms of gender, where the level of cyberslacking behavior in men was higher than in women. Furthermore, additional analyzes conducted at university origins did not show any significant differences in cyberslacking behavior between students from public universities and students from private universities.

Keywords: academic stress, covid-19, cyberslacking, online learning, university students.

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, Indonesia dihantam oleh pandemi Covid-19 yang juga melanda berbagai belahan dunia lainnya. Angka kematian yang sangat tinggi dan juga jumlah kasus yang terus meningkat menjadi ancaman kesehatan global yang dihadapi manusia di berbagai belahan dunia (Flaxman dkk.,2020). Melandanya pandemi covid-19 di berbagai belahan dunia memaksa berbagai lini kehidupan untuk beradaptasi dalam menghadapi pandemi ini.

Salah satu sektor yang terdampak oleh pandemi ini yakni sektor pendidikan (Aji, 2020; Dewi, 2020; Siahaan; 2020). Untuk menekan penyebaran virus Covid-19 Kemendikbud mengeluarkan Surat Edaran Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam Rangka Pencegahan Penebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) pada 17 Maret 2020 (Kemendikbud, 2020). Surat Edaran tersebut berisikan bahwa untuk kegiatan pendidikan dan pembelajaran dilakukan secara jarak jauh yaitu dengan metode daring.

Pembelajaran secara daring membuat mahasiswa menjadi lebih leluasa dalam

menjalankan tugas belajarnya. Namun keleluasaan ini seringkali disalahgunakan oleh para mahasiswa dalam menjalankan kegiatan perkuliahan. Hasil wawancara peneliti terhadap sejumlah mahasiswa, menunjukkan bahwa mahasiswa mengaku melakukan aktivitas lain di internet yang tidak berkaitan dengan perkuliahan sepanjang perkuliahan tersebut berlangsung. Hal tersebut mengindikasikan adanya *cyberslacking* dalam proses perkuliahan secara daring oleh mahasiswa.

Cyberslacking dapat diartikan sebagai perilaku menggunakan internet di lingkungan belajar untuk kepentingan pribadi yang tidak terkait dengan tugas di kelas (Geokçearslan, Mumcu, Haslaman, Çevik, 2016). Pada situasi perkuliahan, *cyberslacking* didefinisikan sebagai penggunaan internet untuk tujuan-tujuan di luar perkuliahan yang dilakukan saat perkuliahan (Yilmaz, Yilmaz, Ozturk, Sezer, & Karademir 2015). Perilaku *cyberslacking* terwujud dalam bentuk email, akses situs non-akademik, *chatting*, *texting*, media sosial, *shopping*, *games* dan *blog* yang dilakukan selama mahasiswa mengikuti perkuliahan (Akbulut, Dursun, Dönmez, & Şahin, 2016; Baturay & Toker, 2015). Akbulut dkk. (2016) mendefinisikan *cyberslacking* sebagai penggunaan teknologi

internet untuk tujuan-tujuan non-akademik. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *cyberslacking* adalah perilaku menggunakan internet yang dilakukan selama proses perkuliahan untuk kepentingan pribadi dan untuk tujuan-tujuan yang tidak berhubungan dengan tugas belajar mahasiswa.

Menurut O'Neill, Hambley, & Chatellier, (2014) perilaku *cyberslacking* dipengaruhi oleh sikap, emosi, dan faktor sosial yang dimiliki mahasiswa ketika menggunakan internet untuk urusan pribadi. Lingkungan juga menjadi salah satu faktor pendukung mahasiswa melakukan *cyberslacking*, namun keinginan dalam diri sendiri untuk melakukan *cyberslacking* menjadi faktor yang lebih memengaruhi dibandingkan dengan faktor lingkungan sekitar atau teman sekitar yang melakukan (Gerow dkk., 2010). Mahasiswa cenderung mencari kegiatan lain (*off-task*), dalam hal ini melakukan *cyberslacking* ketika merasakan kebosanan atau berusaha untuk tetap terjaga ketika kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung (Ragan, Jennings, Massey, & Doolittle, 2014).

Menurut Akbulut dkk. (2016), terdapat 5 aspek dalam menggambarkan perilaku *cyberslacking* selama perkuliahan, yakni (1) *Sharing*, merupakan aktivitas mengakses internet berupa mengecek *posting*, memberikan komentar pada *posting* orang lain, mengecek video yang dibagikan di media sosial serta melakukan pembicaraan dengan orang lain; (2) *Shopping*, merupakan aktivitas internet yang

berhubungan dengan *shopping online* antara lain mengunjungi situs *online shopping* dan situs perbankan secara *online*; (3) *Real time updating*, mencakup penggunaan akses media sosial untuk membagikan kondisi terkini (*update*) serta memberikan komentar pada hal-hal yang menjadi pembicaraan terkini (*trending topic*); (4) *Accessing online content*, berupa melakukan akses internet yang berhubungan dengan musik, video, aplikasi yang terdapat pada situs-situs *online*; dan (5) *Gaming/gambling*, berupa aktivitas akses internet yang berhubungan dengan permainan (*game*) dan taruhan (*gambling*).

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberslacking* antara lain sikap, emosi, dan faktor sosial yang dimiliki mahasiswa ketika menggunakan internet untuk urusan pribadi (O'Neill, Hambley, & Chatellier, 2014).

Perilaku *cyberslacking* menyebabkan berbagai efek negatif pada universitas, mahasiswa, dan lingkungan pendidikan pada umumnya (Gökçearslan dkk., 2016). Seperti menurunnya performa akademik, tidak fokus dalam mengikuti perkuliahan, dan meningkatkan resiko untuk terkena stres akademik. *Cyberslacking* dapat menghilangkan perasaan bosan selama jam kerja (Andreaseen, Torsheim & Pallesen, 2014), hal ini pun tak terkecuali dalam proses pembelajaran. Akan tetapi, *cyberslacking* dapat menyebabkan mahasiswa tidak fokus dalam mengikuti proses pembelajaran (Heflin, Shewmaker, & Nguyen, 2017; Soh & Yeik, 2018).

Cyberslacking berkaitan dengan hasil akademis yang buruk dan rendah, dalam hal ini rendahnya performa mahasiswa dalam kelas, IPK yang rendah (Ravizza dkk., 2017). Banyaknya tugas belajar yang dihadapi, berkurangnya waktu, energi, dan perhatian yang harusnya digunakan untuk belajar sehingga mahasiswa mengalami stres akademik. Beratnya beban perkuliahan yang dialami mahasiswa membuat mahasiswa mencari penyalur stres dengan melakukan tindakan *escaping* dengan melakukan *cyberslacking* (Hamrat, Hidayat, & Sumantri, 2019). Hal ini sesuai dengan yang dinyatakan oleh Blanchard dan Henle (2008), dimana *cyberslacking* merupakan salah satu bentuk *emotion focused coping* yang mana hal ini merupakan salah satu usaha untuk mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau tekanan. Hal ini didasari dari taxonomi *coping* yang seperti yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (1984).

Menurut Greenberg (2008), stres didefinisikan sebagai kombinasi antara adanya tekanan yang menyebabkan timbulnya respon-respon terhadap keadaan yang menekan yang menyebabkan timbulnya respon-respon terhadap keadaan yang menekan. Stres adalah keadaan yang menekan yang menyebabkan adanya kesenjangan antara kemampuan fisik atau psikologis dari suatu situasi dan sumber daya biologis, psikologis, atau sosialnya (Sarafino, 2010).

Dalam menjalani perkuliahan, mahasiswa mengalami beberapa bentuk tekanan yang berkaitan dengan akademik seperti belajar, ujian, kelas yang terlalu padat, dan transisi kehidupan sekolah menengah ke perguruan tinggi (Robotham, 2008). Selain itu, King (2016) mengemukakan bahwa stres dapat terjadi karena terdapat respon yang beragam terhadap tekanan atau stresor. Stresor tersebut dapat berupa peristiwa yang mengancam, lingkungan, ataupun peristiwa yang membebani kemampuan seseorang (King, 2016). Senada dengan pernyataan di atas, Greenberg (2008) menyatakan bahwa stresor adalah segala sesuatu yang memberikan rangsangan dengan potensi untuk memicu respon-respon agar tubuh berada dalam keadaan aman dari ancaman. Lebih lanjut, Riyadi (2020) menyatakan bahwa stres akademik merupakan keadaan ketika mahasiswa melihat ketidakmampuan antara sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan-tuntutan akademik, yang menyebabkan beragam respon-respon dalam mempertahankannya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa stres akademik adalah keadaan ketika mahasiswa tidak mampu untuk menghadapi ketidakmampuan dalam menjalankan tuntutan akademiknya dan melakukan berbagai respon dalam mempertahankan kondisinya. Sinha, Sarma, dan Mahendra, (2001) menyatakan bahwa saat mahasiswa mengalami stres akademik, akan terdapat lima respon yang muncul, yakni :

a. Respon fisik

Berdampak pada menurunnya kondisi mahasiswa pada saat stres akademik sehingga orang tersebut mengalami sakit pada organ tubuhnya, seperti sakit kepala, menurunnya napsu makan, sulit tidur, dan jantung berdebar-debar.

b. Respon kognisi

Respon kognisi adalah dampak dari stres akademik yang mengganggu fungsi kognitif mahasiswa. Respon kognisi merupakan gangguan pada fungsi pikir, antara lain sulit konsentrasi, mudah melamun, tidak mampu membuat keputusan, meragukan kemampuannya sendiri.

c. Respon afeksi

Respon afeksi merupakan dampak dari stres akademik yang dirasakan dan mengganggu keadaan pada mahasiswa. Dampak yang ditimbulkan dapat berupa gangguan perasaan yang muncul, antara lain merasa rendah diri, kurang percaya diri, merasa di bawah tekanan, merasa gagal, khawatir terhadap harapan orang tua, dan merasa sedih.

d. Respon sosial dan interpersonal

Respon sosial adalah dampak dari stres akademik yang dapat terlihat langsung melalui perilaku sosial yang dimunculkan oleh mahasiswa. Perilaku yang mungkin timbul akibat stres akademik misalnya merasa tidak ada yang memahami, merasa kesal dengan orang lain, menjauhkan diri dari lingkungan, dan menjadi pendiam.

b. Respon motivasional

Respon motivasional adalah dampak stres akademik yang melibatkan penurunan motivasi mahasiswa yang dimunculkan oleh mahasiswa. Dampak yang timbul dapat berupa berkurangnya minat mengikuti kegiatan akademik dan non akademik, merasa kesulitan dalam menyelesaikan tugas, mudah bosan, merasa tidak ingin berangkat kuliah, dan mudah mengantuk.

Sarafino (2010) membagi empat respon tubuh ketika menghadapi stres, yakni respon biologis, kognitif, emosional, dan sosial.

a. Respon biologis

Tubuh yang merespon stres akan menyebabkan saraf simpatik untuk mengaktifkan beberapa organ seperti jantung berdebar-debar dengan cepat dan merangsang kelenjar adrenalin endokrin sistem, yang mengeluarkan epinefrin, dan membuat tubuh menjadi dalam keadaan waspada. Apabila dibiarkan dalam waktu yang lama akan menyebabkan dampak negatif pada fisik.

b. Respon kognisi

Stres dapat berdampak pada kognisi seseorang yaitu dengan menurunnya memori dan konsentrasi. Stres menyebabkan kesulitan berfikir jernih, sulit berkonsentrasi, dan sering berfikir negatif.

c. Respon emosi

Emosional mengarah kepada karakteristik emosi, stres memengaruhi emosi dan ekspresif dari emosi, terpengaruh atau berkaitan dengan emosi. Sedangkan emosi adalah perasaan psikologis dan mental seseorang yang muncul

karena dipengaruhi oleh keadaan sekitar baik itu dari dalam diri maupun luar, dengan mengekspresikannya dalam tingkah laku yang nampak.

d. Respon Perilaku Sosial

Stres dapat mengubah perilaku seseorang terhadap satu sama lain. Respon terhadap stres sering mengarah pada perubahan perilaku terhadap orang lain yang negatif. Respon terhadap stres dapat berupa perilaku agresif seperti membentak, memaki, dan memukul. Efek negatif ini berlanjut setelah peristiwa stres berakhir.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa respon stres akademik menurut Sinha, Sarna, dan Mahendra (2001) adalah respon kognitif, afektif, sosial/interpersonal, fisik, dan motivasi. Sedangkan respon stres menurut Sarafino (2010) terdapat empat respon stres yakni aspek biologis, aspek emosi, aspek kognisi, dan aspek perilaku sosial.

Penelitian yang dilakukan oleh Hamrat, Hidayat, dan Sumantri (2019), menemukan bahwa stres akademik memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *cyberloafing*, yang selanjutnya dapat berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone*. Tuntutan akademik yang tinggi selama mahasiswa berada di dalam kelas dapat mendorong mahasiswa mengalihkan perhatian dari tekanan yang dihadapi dengan mengakses internet di luar topik perkuliahan, serta secara sembunyi-sembunyi mengakses internet menggunakan *smartphone* (Hamrat,

Hidayat, & Sumantri, 2019). Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa banyaknya beban akademik yang dialami oleh mahasiswa menyebabkan mahasiswa mengalami stres, sehingga mahasiswa mencari cara untuk *coping* dan meredakan ketegangan yang dialami dengan melakukan *cyberslacking* agar tekanan yang dialami saat melaksanakan tugas belajarnya dapat diredakan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa selama pembelajaran daring selama pandemi covid-19. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengalami pembelajaran daring selama pandemi covid-19. Semakin tinggi tingkat stres akademik, semakin tinggi pula intensitas perilaku *cyberslacking*. Sebaliknya, semakin rendah stres akademik, semakin rendah pula intensitas perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa.

METODE

Responden penelitian. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti pembelajaran secara daring di seluruh Indonesia dengan rentang usia 18-24 tahun.

Desain Penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yang bertujuan untuk memberi gambaran yang akurat dan sistematik serta karakteristik mengenai suatu populasi atau

bidang tertentu, serta bertujuan untuk menganalisis suatu hubungan (Azwar, 2018).

Instrumen Penelitian. Variabel independen pada penelitian ini adalah stres akademik, sementara variabel dependennya adalah *cyberslacking*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala yakni, skala *cyberslacking* untuk mengukur tingkat *cyberslacking* pada mahasiswa dan skala stres akademik untuk mengukur stres akademik pada mahasiswa.

Skala *cyberslacking* disusun berdasarkan aspek *cyberslacking* dari Akbulut, dkk. (2016), yang meliputi *sharing*, *shopping*, *real time updating*, *accesing online content*, *dan gaming/gambling*. Metode penskalaan menggunakan metode penskalaan Likert dengan jumlah aitem sebanyak 21. Seluruh aitem bersifat *favourable* dengan lima pilihan jawaban yakni, Tidak Pernah (TP), Kadang (KD), Jarang (JR), Sering (SR), dan Selalu (SL), Skala ini telah diujicobakan sebelumnya dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,901.

Skala Stres Akademik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Stres Akademik yang disusun oleh Mas (2019) yang merupakan modifikasi dari *Scale for Assessing Academic Stress* (SAAS). Skala Stres Akademik disusun berdasarkan respon stres akademik yang dikemukakan oleh Sinha, Sarma, dan Mahendra (2001) yakni respon kognitif, afektif, sosial atau interpersonal, fisik, dan motivasional. Skala disusun berdasarkan metode penskalaan Likert dengan jumlah 28 aitem dan semua aitem

bersifat *favourable*. Terdapat lima pilihan jawaban dalam skala ini yakni, Tidak Pernah (TP), Hampir Tidak Pernah (HTP), Kadang-kadang (KK), Sering (SRG), dan Selalu (SLL). Skala ini juga telah diujicobakan sebelumnya dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,916.

Analisis Data. Peneliti menggunakan *pearson's product moment correlation* untuk menguji hubungan antara stres akademik dengan *cyberslacking*. Selain itu analisis tambahan dilakukan dengan uji beda *independent sample t-test* untuk meninjau apakah ada perbedaan perilaku *cyberslacking* ditinjau dari jenis kelamin dan asal perguruan tinggi mahasiswa.

HASIL

Data yang didapat dari 204 subjek diolah secara deskriptif menggunakan program *JASP*. Variabel *cyberslacking* memperoleh hasil rata-rata skor empirik sebesar 41,25 sedangkan rata-rata hipotetik sebesar 63, yang berarti skor rata-rata empirik lebih rendah dibandingkan skor rata-rata hipotetik. Untuk variabel stres akademik skor rata-rata empirik diperoleh sebesar 85, sedangkan skor rata-rata hipotetiknya sebesar 84. Hal ini menunjukkan bahwa skor rata-rata empirik lebih tinggi dibandingkan skor rata-rata hipotetik. Tabel 1 akan memberikan gambaran lebih jelas terhadap skor rata-rata empirik dan hipotetik kedua variabel.

Berdasarkan data pada Tabel 1, diketahui bahwa terdapat perbedaan skor

empirik dengan skor hipotetik. Pada variabel *cyberslacking*, skor rata-rata empirik lebih rendah dibandingkan skor hipotetik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa selama pandemi covid-19 berada pada kategori rendah.

Sedangkan untuk variabel stres akademik, skor rata-rata empirik lebih tinggi dibandingkan skor rata-rata hipotetik yang berarti tingkat stres akademik mahasiswa masuk pada kategori sedang selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 ini.

**Tabel 1. Data Hipotetik dan Data Empirik
(N=204)**

Variabel	Nilai Hipotetik			Note. Nilai Empatik		
	Nilai Min.	Nilai Max.	Mean	SD	Nilai minimum, Nilai Max =	
Untuk mengetahui kategorisasi perilaku <i>cyberslacking</i> pada subjek, selanjutnya dapat dilihat pada Tabel 2. Berdasarkan data pada Tabel 2, hasil kategorisasi perilaku <i>cyberslacking</i> pada subjek menunjukkan bahwa	subjek yang berada pada kategori rendah sebanyak 155 orang (75,98%), sedang sebanyak 49 orang (24,02%), dan tidak ada subjek yang berada pada kategori tinggi (0%).					
	$\mu - 1\sigma \leq X < \mu + 1\sigma$	$49 \leq X < 77$	Sedang			
	$\mu + 1\sigma \leq X$	$77 \leq X$	Tinggi			

Tabel 2. Kategorisasi Cyberslacking pada subjek

Rumus Interval Skor	Interval Skor	Kategori rata-rata	Frekuensi	Presentase
$X < \mu - 1\sigma$	$X < 49$	Rendah	155	75,98 %

Untuk kategorisasi stres akademik pada subjek, selanjutnya dapat dilihat seperti pada Tabel 3. Sebagian besar subjek berada pada kategori sedang, secara rinci subjek yang berada pada kategori ini berjumlah 156 orang (76,47%), yang berada pada kategori tinggi sebanyak 25 orang (12,25%), dan yang berada pada kategori rendah sebanyak 23 orang (11,28%).

Uji Hipotesis dilakukan dengan metode *pearson's product-moment correlation* untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking*. Tabel 4

menunjukkan hasil uji hipotesis tersebut. Berdasarkan hasil yang dilihat pada Tabel 4, diketahui bahwa analisis *pearson's product-moment correlation* antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* menghasilkan $r = 0,346$ dengan taraf signifikansi $p < 0,01$. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking*, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Semakin tinggi tingkat stres akademik, maka akan semakin tinggi pula intensitas perilaku

cyberslacking. Sebaliknya, apa bila tingkat stres akademik pada mahasiswa rendah maka

intensitas perilaku *cyberslacking* akan rendah pula.

rata-rata empirik

Tabel 3. Kategorisasi Stres Akademik pada subjek

Rumus Interval Skor	Interval Skor Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase	Person Correlation (r)	Signifikansi (p)
$X < \mu - 1\sigma$	$X < 49$	Rendah	155	75,98 %		
$\mu - 1\sigma \leq X < \mu + 1\sigma$	$49 \leq X < 77$	Sedang	49	24,02 %		0,000
$\mu + 1\sigma \leq X$	$77 \leq X$	Tinggi	0	0 %		

Note. X= skor subjek, μ = rata-rata teoritis, σ =

Peneliti selanjutnya melakukan analisis tambahan untuk melihat perbedaan perilaku *cyberslacking* ditinjau dari jenis kelamin dan asal perguruan tinggi. Analisis dilakukan dengan uji beda *independent sample t-test*. Hasil analisis data berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada Tabel 5.

Berdasarkan hasil pengujian, terdapat perbedaan perilaku *cyberslacking* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan seperti dapat dilihat pada Tabel 6. Hasil uji beda *independent sample t-test* menunjukkan bahwa

Tabel 5. Cyberslacking ditinjau dari jenis kelamin

Grup	Subjek	Juml	Rat	Devi	Kesala
		ah	a-	asi	han
		rata	Stand		
		ek	ar		Standar
<i>Cyberslacking</i>	Laki-	57	43,	11,40	1,510
	laki		95	1	
Perempuan	147	40,	9,875	0,814	
		20			

Selain ditinjau dari jenis kelamin, penulis juga melakukan analisis tambahan perilaku *cyberslacking* ditinjau dari asal perguruan tinggi,

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis

nilai $t = 2,325$ dengan nilai signifikansi $p < 0,050$. Berdasarkan kaidah tersebut terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku *cyberslacking* ditinjau dari jenis kelamin, mahasiswa laki-laki memiliki intensitas *cyberslacking* yang lebih tinggi (mean = 43,95) dibandingkan perempuan (mean = 40,20). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya (Putri & Sokang, 2017; Anam & Prastomo, 2020) yang juga menemukan bahwa perilaku *cyberslacking* pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan.

Tabel 6. Independent Sample T-Test

	t	df	p
<i>Cyberslacking</i>	2,325	202	0,021

Note. t = skor t-test, df = derajat kebebasan, p = signifikansi

yakni mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN) dan mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Swasta (PTS).

Hasil pengolahan data berdasarkan asal perguruan tinggi dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Cyberslacking Ditinjau Dari Asal

Perguruan Tinggi

	Grup	Jumlah Subjek	Rata-rata	Deviasi Standar	Kesalahan Standar
<i>Cyberslacking</i>	PTN	79	42,03	10,471	1,178
	PTS	125	40,76	10,419	0,932

Tabel 8. Independent Sample T-Test Asal

Untuk Perguruan Tinggi

	t	df	p
<i>Cyberslacking</i>	0,843	202	0,400

Note. t = skor t-test, df = derajat kebebasan, p = signifikansi Student's t-test.

Hasil uji beda menggunakan *independent sample t-test* seperti dilihat pada Tabel 8, diperoleh $t = 0,843$ dan $p>0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku *cyberslacking* ditinjau dari asal perguruan tinggi, baik itu mahasiswa yang berasal dar PTN maupun PTS.

Penelitian ini tentunya masih memiliki keterbatasan, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur variabel *cyberslacking* yang menggunakan aspek dari skala *cyberslacking* Akbulut, dkk. (2016), yang berasal dari Turki. Skala ini memiliki perbedaan indikator perilaku pada aspek *gaming/gambling* dalam skala Akbulut, dkk. (2016), yakni pada aitem yang menunjukkan perilaku taruhan *online* kurang cocok diterapkan di Indonesia. Hal ini dikarenakan terdapat perbedaan konteks budaya antara mahasiswa Indonesia dengan mahasiswa Turki (Simanjuntak, Fajrianti, Purwono, Ardi, 2019), sehingga dibutuhkan penelitian lebih lanjut untuk menemukan perilaku-perilaku yang sesuai dengan aspek *gaming/gambling* yang lebih sesuai dengan mahasiswa di Indonesia.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa selama pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat positif, artinya semakin tinggi

tingkat stres akademik, maka akan semakin tinggi intensitas perilaku *cyberslacking*. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah stres akademik, maka akan semakin rendah pula intensitas perilaku *cyberslacking*.

Analisis tambahan yang dilakukan juga menemukan bahwa terdapat perbedaan perilaku *cyberslacking* ditinjau dari jenis kelamin. Mahasiswa berjenis kelamin laki-laki memiliki intensitas perilaku *cyberslacking* lebih tinggi dibandingkan mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan. Sementara itu, analisis tambahan berdasarkan asal perguruan tinggi mahasiswa tidak ditemukan perbedaan yang signifikan pada perilaku *cyberslacking*, baik itu mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN), maupun mahasiswa yang berasal dari Perguruan Tinggi Swasta (PTS).

DISKUSI

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hamrat, Hidayat, dan Sumantri (2019) yang menemukan korelasi positif yang signifikan antara stres akademik dengan perilaku *cyberloafing* yang selanjutnya berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone*. Peneliti lebih memilih istilah *cyberslacking* karena *cyberloafing* merupakan konsep serupa dengan *cyberslacking* namun lebih umum digunakan di lingkungan Industri dan Organisasi. Sementara *cyberslacking* lebih difokuskan ke dunia pendidikan.

Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara stres

akademik dengan *cyberslacking* mengindikasikan bahwa mahasiswa yang memiliki beban akademik yang tinggi akan cenderung melakukan tindakan *escaping* berupa perilaku *cyberslacking*. Bentuk perilaku *escaping* tersebut sebenarnya merupakan salah satu bentuk *emotion focused coping* sehingga tidak buruk untuk dilakukan. Seperti yang diungkapkan oleh Blanchard dan Henle (2008), bahwa salah satu usaha untuk mengatasi stres adalah dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau tekanan. Senada, Ragan dkk. (2014) menyatakan bahwa mahasiswa cenderung mencari kegiatan lain (*off-task*) ketika merasakan kebosanan atau berusaha untuk tetap terjaga ketika kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung.

Namun menjadi dianggap bermasalah ketika *escaping* tersebut keluar dari jalurnya, dalam konteks penelitian ini berarti menunjukkan adanya motif untuk menghindari tugas dan menjelajahi hal yang lebih disenangi di internet (Blanchard & Henle, 2008), atau disebut *cyberslacking*.

Escaping dalam bentuk *cyberslacking* ini dibedakan oleh Blanchard dan Henle (2008) menjadi dua jenis, yaitu (1) *minor cyberslacking* dan (2) *serious cyberslacking*. Bentuk perilaku dari *minor cyberslacking* yaitu mengirim atau menerima surel pribadi di kelas, melakukan *browsing*, membaca berita, dan melakukan belanja *online*. Sedangkan bentuk perilaku dari *serious cyberslacking* yaitu mengunjungi situs dewasa, mengurus situs pribadi dan berinteraksi dengan orang

lain melalui *chat*, *blog*, dan iklan personal, melakukan perjudian online, serta mengunduh lagu secara ilegal (Blanchard & Henle, 2008). Sementara bentuk *cyberslacking* yang banyak dilakukan mahasiswa dalam penelitian ini yaitu berupa pengalihan perhatian dari dosen yang sedang mengajar di kelas, dengan memainkan *handphone*, laptop, dan *gadget* lainnya ketika kegiatan belajar-mengajar sedang berlangsung untuk mengakses media sosial atau keperluan pribadi lainnya di luar perkuliahan.

Penelitian ini dilakukan pada masa pandemi covid-19, sehingga *setting* pembelajaran yang dilakukan oleh mahasiswa sepenuhnya dilakukan secara daring. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang *setting* perkuliahan masih dilakukan secara luring. Pembelajaran daring memberikan mahasiswa keleluasaan dalam menjalani perkuliahan dan mengakses internet, sehingga perilaku *cyberslacking* akan semakin mudah dilakukan. Untuk peneliti selanjutnya yang ingin mengangkat tema serupa, penulis menyarankan untuk meneliti faktor lain terkait *cyberslacking* selain stres akademik. Hal ini guna memperkaya penelitian yang sudah ada sebelumnya dan mendalami lebih jauh terkait perilaku *cyberslacking*. Dengan mencari tahu faktor lain yang berpengaruh terhadap perilaku *cyberslacking*, akan lebih memberikan gambaran yang jelas terkait perilaku *cyberslacking* mahasiswa Indonesia yang berbeda dengan perilaku *cyberslacking* di negara lainnya

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, R.H.S. (2020). *Dampak covid-19 pada pendidikan di Indonesia: Sekolah, keterampilan, dan proses pembelajaran*. *Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 7(5), 395-402.
- Akbulut, Y., Dursun, Ö.Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y.L. (2016). *In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings*. *Computers in Human Behavior*, 55, 616–625.
- Anam, K., & Prastomo, G. A. (2020). *Fenomena cyberslacking pada mahasiswa*. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(3), 202-210.
- Assen, C. S., Torsheim, T., & Pallesen, S. (2014). *Predictors of use of social network sites at work - a specific type of cyberloafing*. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 19(4), 906–921.
- Azwar, S. (2018). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baturay, M.H., & Toker, S. (2015). *An investigation of the impact of demographics on cyberloafing from an educational setting angle*. *Computers in Human Behavior*, 50(11), 358–366.
- Blanchard, A. L., & Henle, C. A. (2008). *Correlates of different forms of*
- cyberloafing: The role of norms and external locus of control*. *Computers in human behavior*, 24(3), 1067-1084.
- Dewi, W.A.F. (2020). *Dampak covid-19 terhadap implementasi pembelajaran daring di sekolah dasar*. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 55-61.
- Flaxman, S., Mishra, S., Gandy, A., Unwin, H. J. T., Coupland, H., Mellan, T. A., ... & Bhatt, S. (2020). *Estimating the number of infections and the impact of non-pharmaceutical interventions on COVID-19 in European countries: Technical description update*. *arXiv preprint arXiv:2004.11342*.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1984). *Stress, appraisal, and coping* (p. 460). New York: Springer Publishing Company.
- Geokçearslan, S., Mumcu, F.K., Haslaman, T., Çevik, Y.D. (2016). *Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, selfregulation, self-efficacy and cyberloafing in university*. *Computers in Human Behaviour*, 63, 639-649.
- Gerow, J.E., Galluch, P.S., & Thatcher, J.B. (2010). *To slack or not to slack: Internet usage in the classroom*. *Journal of Information Technology Theory and Application*, 11(3), 5–23.
- Greenberg, J. S. (2008). *Comprehensive Stress*

- Management : Tenth Edition.* New York: McGraw-Hill.
- Hamrat, N., Hidayat, D. R., & Sumantri, M. S. (2019). *Dampak stres akademik dan cyberloafing terhadap kecanduan smartphone.* *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 5(1), 13-19.
- Heflin, H., Shewmaker, J., & Nguyen, J. (2017). *Impact of mobile technology on student attitudes, engagement, and learning.* *Computers and Education*, 107, 91–99.
- Kemendikbud. (2020). SE Mendikbud: *Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19.* Retrieved from <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pembelajaran-sekara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19>.
- King, L. A. (2016). *Psikologi umum; Sebuah pandangan apresiatif Edisi 3.* Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Lim, V.K. (2002). *The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing and organizational justice.* *Journal of Organizational Behavior*, 23(5), 675-694.
- Mas, M. N. (2019). *Pengaruh pemberian pelatihan berfikir positif terhadap penurunan tingkat stres akademik mahasiswa.* Skripsi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- O'Neill, T.A., Hambley, L.A., & Chatellier, G.S. (2014). *Cyberslacking, engagement, and personality in distributed work environments.* *Computers in Human Behavior*, 40, 152-160.
- Putri, Y.V.S., & Sokang, Y.A. (2017). *Gambaran cyberslacking pada mahasiswa.* Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia (pp. 9-17). Jakarta: Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka (UHAMKA).
- Ragan, E.D., Jennings, S.R., Massey, J.D., & Doolittle, P.E. (2014). *Unregulated use of laptops over time in large lecture class.* *Computers & Education*, 78, 78- 86.
- Ravizza, S. M., Uitvlugt, M. G., & Fenn, K. M. (2017). *Logged in and zoned out: How laptop internet use relates to classroom learning.* *Psychological Science*, 28(2), 171– 180.
- Riyadi, M. (2020). *Pengaruh pemberian terapi seni dengan metode menggambar terhadap penurunan tingkat stres akademik pada mahasiswa.* Skripsi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Robotham, D. (2008). *Stres among higher educational students : Toward a research agenda.* Springer Science+Business Media.

Sarafino, E. P. (2010). *Health psychology (Biopsychosocial interaction)*. Seventh Edition. New York: Wiley.

Siahaan, M. (2020). *Dampak pandemi covid-19 terhadap dunia pendidikan*. *Jurnal Kajian Ilmiah, Edisi Khusus*(1), 1-3.

Simanjuntak, E., Purwono, U., & Ardi, R. (2019). *Skala cyberslacking pada mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 18(1), 41-54.

Sinha, U. K., Sharma, V., & Mahendra. (2010). *Development of scale for assessing academic stress : A preliminary report*. *Journal of the Institute of Medicine*.

Soh, P., & Yeik, K. (2018). *Understanding cyberloafing by students through the lens of an extended theory of planned behavior*. *First Monday*, 23(6), 1–18.

Taneja, A., Fiore, V., & Fischer, B. (2015). *Cyber-slacking in the classroom: Potential for digital distraction in the new age*. *Computers & Education*, 82, 141–151.

Yilmaz, K.F.G., Yilmaz, R., Ozturk, H.T., Sezer, B., & Karademir, T. (2015). *Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments*. *Computers in Human Behavior*.

Peran *Growth Mindset* terhadap *Grit* pada Guru Honorer di Indonesia

(*Role of Growth Mindset on Grit for Non-Permanent Teachers in Indonesia*)

MOCH. NOVALDI SYARIFUDIN¹, AULLY GRASHINTA², AISYAH SYIHAB³

Fakultas Psikologi Universitas Pancasila

Email: ¹moch.novaldi.syr@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yaitu *Growth Mindset Scale* (GMS) dari Chen, Ding, dan Liu (2021) untuk mengukur *growth mindset*, dan *Short Grit Scale* (SGS) dari Duckworth dan Quinn (2009) untuk mengukur subdimensi *Grit*. Sejumlah 83 responden pada penelitian ini diperoleh secara *online* melalui teknik sampling insidental. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *growth mindset* berpengaruh positif dan signifikan dengan nilai sig $0.000 < 0.05$ terhadap *Grit*. Besar sumbangannya terhadap *grit* sebesar 16,8%.

Kata Kunci: *growth mindset*, *grit*, guru honorer

Abstract. This study aims to determine the role of growth mindset on grit in non-permanent teachers in Indonesia. This study uses two measuring tools, namely the *Growth Mindset Scale* (GMS) from Chen, Ding, and Liu (2021) to measure the *growth mindset*, and the *Short Grit Scale* (SGS) from Duckworth and Quinn (2009) to measure the *Grit* subdimension. A total of 83 respondents in this study were obtained online through incidental sampling techniques. The results of this study indicate that the *growth mindset* has a positive and significant effect with a sig value of $0.000 < 0.05$ on *grit*. The contribution of *growth mindset* to *grit* is 16.8%.

Key word: *growth mindset*, *grit*, *non-permanent teachers*

PENDAHULUAN

Pendidikan secara sederhana merupakan proses pembentukan karakter dan pembelajaran pengetahuan, keterampilan, atau kebiasaan supaya diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan biasanya dilakukan di lingkungan pembelajaran seperti rumah, sekolah, perguruan tinggi, dan tempat kursus.

Saat ini di Indonesia akses untuk mendapatkan pendidikan mudah untuk didapatkan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2020) kelompok umur 7 tahun

hingga 18 tahun memiliki persentase terbanyak partisipasi sekolah pada kategori masih bersekolah. Pemerintah Indonesia saat ini memberikan kemudahan bagi masyarakat untuk meraih pendidikannya masing-masing sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 47 tahun 2008 melalui program wajib belajar 9 tahun yaitu dari jenjang pendidikan dasar meliputi sekolah dasar, madrasah ibtidaiyah, sekolah menengah pertama, dan madrasah tsanawiyah. Namun proses dalam menjalani pendidikan tidaklah mudah dilakukan dan prosesnya cukup lama untuk menyelesaiannya. Peserta didik juga diharuskan untuk mengikuti mata pelajaran yang diberikan oleh sekolah dan harus mendapatkan nilai di atas kriteria ketuntasan nilai supaya dapat naik kelas atau menuju jenjang yang lebih tinggi sesuai tingkatan dari sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, lalu perguruan tinggi.

Berdasarkan data dari Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (2020), sebanyak 56.1% perempuan dan 43.9% laki-laki terdaftar sebagai mahasiswa baru di jenjang Perguruan Tinggi. Kemudian sebanyak 49.4% mahasiswa baru yang terdaftar di Perguruan Tinggi Swasta dan 35.2% mahasiswa baru terdaftar di Perguruan Tinggi Negeri. Setelah mahasiswa baru terdaftar di Perguruan Tinggi, mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti mata kuliah yang ada di fakultas yang individu masuki. Selain itu mahasiswa juga dapat mengikuti ekstrakurikuler yang ada di fakultas atau kampusnya masing-masing. Mahasiswa juga dapat mengikuti organisasi seperti senat mahasiswa, badan pengawas mahasiswa, atau badan eksekutif mahasiswa yang tersedia sesuai fakultas maupun universitas masing-masing.

Proses untuk mencapai gelar sarjana tidaklah mudah untuk dilewati oleh mahasiswa. mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan mata kuliahnya terlebih

dahulu dan memenuhi sistem kredit semester hingga mencapai batas minimal untuk mengambil tugas akhir kuliah yaitu skripsi, kemudian setelah menyelesaikan skripsi mahasiswa dapat lulus dari Perguruan Tinggi. Berdasarkan data dari Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi (2019), sebanyak 1.521.834 mahasiswa yang telah lulus dari perguruan tinggi baik negeri maupun swasta dan adanya peningkatan kelulusan dari tahun 2018 ke 2019 sebesar 36.6%. Mahasiswa yang telah dinyatakan lulus dari perguruan tingginya, tentu dihadapkan dengan berbagai macam pilihan antara lain adalah melanjutkan pendidikan ke jenjang Strata-2, menikah, berwirausaha, mengambil studi Strata-1 lagi, mencari pekerjaan, dan lain-lain.

Periode dari usia 18 hingga 25 tahun dimana kaum muda menjadi lebih mandiri jauh dari orang tua dan mengeksplorasi berbagai kemungkinan dalam hidupnya sebelum membuat

komitmen yang bertahan lama, periode ini disebut *emerging adulthood* (Arnett, 2012). Namun usia 18-29 tahun dapat digunakan secara sah untuk memasukkan lebih banyak orang yang kurang persiapan dalam transisi ke masa dewasa yang mapan hingga mendekati usia 30 tahun (Arnett, 2014). Setelah meninggalkan masa remaja dan belum memasuki masa dewasa, individu di periode ini lebih sering mengeksplorasi berbagai kemungkinan arah hidup dalam urusan cinta, pandangan tentang dunia, dan pekerjaan (Arnett, 2000). Jadi dapat disimpulkan bahwa *emerging adulthood* adalah periode peralihan dari masa remaja menuju dewasa yang mana individu menjadi lebih mandiri serta lepas dari tanggung jawab orang tua dan individu mulai mengeksplorasi arah hidupnya terutama dalam urusan cinta, pandangan tentang dunia, dan pekerjaan.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2021) pekerjaan adalah pencaharian, sesuatu yang dijadikan pokok

penghidupan, dan sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah. Pekerjaan merupakan hal yang penting bagi individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Seseorang dapat mencari pekerjaan dengan cara mendapatkan informasi dari teman atau keluarga yang tahu informasi lowongan kerja di suatu tempat atau bisa mengikuti tes penerimaan pegawai dari Badan Kepegawaian Negara (BKN) seperti tes Calon Aparatur Sipil Negara (CASN). Pada situs milik BKN membuka lowongan bagi Warga Negara Indonesia untuk bekerja di suatu instansi sesuai dengan peraturan masing-masing instansi. Pada Seleksi CASN, pelamar dapat mengikuti seleksi Pegawai Pemerintah dengan Perjanjian Kontrak (PPPK) non guru, Calon Pegawai Negeri Sipil, dan PPPK guru. Seleksi PPPK guru terbuka untuk guru honorer yang masih aktif mengajar baik di sekolah negeri maupun sekolah swasta.

Guru honorer adalah individu yang ditugaskan sebagai guru bukan aparatur

sipil negara di satuan pendidikan yang diselenggarakan oleh Pemerintah Daerah (Badan Kepegawaian Negara, 2021). Berdasarkan data statistik guru dan tenaga kependidikan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2021), sebanyak 21.7% guru masih berstatus guru honor sekolah dan sebanyak 5.7% guru berstatus guru tidak tetap kabupaten/kota. Guru berstatus honorer ini tentu berharap status tersebut hanya sementara dan nantinya akan diangkat menjadi guru PNS. Berdasarkan Undang-undang No. 5 Tahun 2014 tentang Aparatur Sipil Negara menyebutkan bahwa Aparatur Sipil Negara yang selanjutnya disingkat ASN adalah profesi bagi Pegawai Negeri Sipil dan Pegawai Pemerintah dengan Perjanjian Kerja yang bekerja pada instansi pemerintah. Guru honorer yang ingin diangkat menjadi PNS, dapat mengikuti tes Seleksi CASN pada formasi Seleksi PPPK Guru. Jika guru sudah diangkat menjadi PPPK, guru PPPK yang ingin diangkat jadi PNS harus mengikuti

semua proses seleksi yang dilaksanakan bagi calon PNS.

Guru yang telah lolos seleksi PPPK guru berdasarkan Undang-undang No. 5 Tahun 2014 bahwa PPPK berhak mendapatkan gaji serta tunjangan, cuti, perlindungan, dan pengembangan kompetensi. Namun terdapat kasus guru PPPK yang lolos seleksi pada tahun 2019 berjumlah 34.954 orang, hingga awal Januari 2021 mayoritas belum kunjung mendapatkan NIP, gaji, dan SK pengangkatan (Wahyuni, 2021). Lolos seleksi PPPK tidak mudah untuk dicapai. Guru honorer perlu melalui banyak tes kompetitif, banyak yang gagal dan harus mengulang supaya lolos dari seleksi PPPK. Oleh sebab itu perlu ketekunan untuk terus mencapai apa yang diinginkan. Di Psikologi, ketekunan dalam mencapai apa yang diinginkan dinamakan *grit*.

Grit menurut Duckworth, Peterson, Matthews dan Kelly (2007) merupakan ketekunan dan semangat dalam mencapai

tujuan jangka panjang. Thaler dan Koval (2015) menjelaskan *grit* sebagai hasil dari perjuangan keras, kemauan untuk mengambil resiko, tekad yang kuat, bekerja tanpa henti untuk meraih tujuan, mengambil tantangan dengan tenang, dan memiliki semangat serta ketekunan untuk menyelesaikan hal-hal yang sulit, bahkan jika tenggelam dalam keadaan yang paling sulit. Orang-orang yang memiliki *grit* cenderung tidak sering berpindah pekerjaan, bahkan lebih memilih fokus untuk mencapai satu tujuan saja (Thaler & Koval, 2015). *Grat* memiliki dua dimensi yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort* (Duckworth, 2014). Jadi dapat disimpulkan bahwa *grit* merupakan ketekunan, semangat, perjuangan keras, tidak berpindah pekerjaan dan fokus kepada satu tujuan jangka panjang yang telah ditentukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Reraki, Celik, dan Saricam (2015) menemukan bahwa *grit* memediasi

hubungan antara motivasi akademis dengan prestasi akademik, artinya individu yang memiliki motivasi yang tinggi serta *grit* yang tinggi maka prestasi akademik juga akan tinggi. Selain itu pada penelitian Pennings, Law, Green dan Anestis (2015) yang meneliti tentang pengaruh *grit* pada hubungan antara keputusasaan dan bunuh diri menemukan bahwa *grit* merupakan faktor pelindung potensial terhadap ide bunuh diri dan menyelesaikan rencana dan persiapan bunuh diri, bahkan pada individu yang mengalami peningkatan tingkat keputusasaan.

Disabato, Goodman, dan Kashdan (2018) menemukan bahwa *perseverance of effort* yang merupakan dimensi dari *grit* memiliki korelasi yang kuat dengan *subjective well-being*, keyakinan tentang kesejahteraan, dan kekuatan kepribadian, sedangkan *consistency of interest* memiliki korelasi yang lemah. Chrisantiana dan Sembiring (2017) menemukan semakin tinggi *grit* akan semakin tinggi pula *growth*

mindset serta *growth mindset* memiliki pengaruh terhadap *grit* seseorang. Jadi, *grit* memiliki pengaruh penting dalam meningkatkan motivasi akademis seseorang untuk mendapatkan prestasi akademi yang baik. Kemudian pola pikir berkembang atau *growth mindset* ini memiliki pengaruh terhadap *grit*, artinya pola pikir yang meyakini bakat dapat diasah dengan usaha dan mampu membawa individu pada semangat dan ketekunan untuk mencapai tujuannya.

Growth mindset adalah keyakinan bahwa kualitas dasar seperti bakat atau kecerdasan merupakan hal-hal yang dapat diperoleh melalui upaya, strategi dan bantuan dari orang lain (Dweck, 2017). Individu dengan *growth mindset* ini lebih fokus pada pembelajaran, usaha dan strategi yang diperlukan untuk memperoleh pengetahuan serta berpegang teguh pada tugas-tugas sulit dan belajar dari kesalahan (Dweck, 2014). Orang yang memiliki *growth mindset* biasanya memiliki lebih

banyak *grit* (Dweck, 2014). *Growth mindset* dianggap sebagai strategi untuk menumbuhkan karakter dan kualitas dari *grit* dan *perseverance* (Chen, Ding, dan Liu, 2021). Jadi dapat disimpulkan, *growth mindset* adalah keyakinan seseorang bahwa bakat yang dimiliki itu tidak menetap dan dapat dikembangkan melalui usaha, strategi, belajar dari kesalahan dan tetap berpegang teguh.

Penelitian yang dilakukan oleh Wahidah dan Royanto (2019) menemukan adanya hubungan yang positif antara *growth mindset* dengan *grit*. Sejalan dengan penelitian Zeng, Chen, Cheung, dan Peng (2019) yang menyatakan bahwa *perseverance of effort* atau ketekunan usaha yang merupakan dimensi dari *grit* memiliki hubungan positif dengan *growth mindset*. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa memiliki *growth mindset* memprediksi tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi serta ketekunan usaha dan secara positif

mempengaruhi keterlibatan kinerja kerja guru.

Berdasarkan paparan di atas, *emerging adulthood* merupakan periode peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa yang mapan mulai dari usia 18 hingga 30 tahun. Individu dalam periode *emerging adulthood* ini mulai mengeksplorasi tentang pandangan tentang dunia, percintaan, dan pekerjaan. Bekerja sebagai guru memiliki tantangan tersendiri, terutama di Indonesia permasalahan guru salah satunya yaitu tentang status kepegawaian guru tidak tetap atau guru honorer. Guru honorer yang ingin diangkat menjadi PNS perlu mengikuti serangkaian tes seleksi yang kompetitif. Banyak gagal dan harus mengulang tes seleksi itu lagi dan lagi hingga tujuannya dicapai. Oleh sebab itu perlu adanya ketekunan dan semangat dalam mencapai apa yang menjadi tujuannya, dalam psikologi dinamakan *grit*. Orang-orang dengan *grit* cenderung untuk bekerja tanpa henti, kemauan untuk

mengambil resiko, dan semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang. Orang yang memiliki *grit* cenderung bertahan atau konsisten pada apa yang dilakukannya, seperti guru honorer yang konsisten bertahan menjadi guru honorer dan fokus pada tujuan untuk diangkat menjadi PNS. Untuk mempertahankan konsisten dan usaha dalam mencapai tujuan perlu adanya keyakinan untuk berpegang teguh pada tugas-tugas dan belajar dari kesalahan yang diperoleh dari pembelajaran, usaha, dan strategi dinamakan *growth mindset*. Dweck (2014) menyatakan individu yang memiliki *growth mindset* tinggi cenderung memiliki *grit* yang tinggi juga. Guru honorer yang memiliki *growth mindset* mungkin memiliki *grit* yang tinggi, sehingga keyakinan untuk tetap berpegang teguh pada tugas-tugas sebagai guru honorer dan berusaha untuk mencapai tujuannya semakin besar. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chrisantiana dan Sembiring (2017)

menemukan adanya pengaruh *growth mindset* terhadap *grit*, namun penelitian ini menggunakan responden bukan guru. Oleh sebab itu akan diteliti mengenai peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia.

METODE

Responden penelitian.

Karakteristik responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru honorer baik laki-laki maupun perempuan, bekerja di sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas, dan sekolah menengah kejuruan. Jumlah responden yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 83 orang. Alasan pemilihan responden penelitian ini karena untuk mengetahui peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia.

Desain penelitian. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, secara fungsional penelitian ini termasuk ke penelitian regresi sederhana.

Desain penelitian yang digunakan *non-experimental*.

Instrumen penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *short grit scale* yang mengukur variabel *grit* dan *growth mindset scale* yang mengukur variabel *growth mindset*. Jumlah item *short grit scale* sebanyak 12 item, sedangkan *growth mindset scale* sebanyak 18 item. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert dengan empat pilihan jawaban, 1 untuk “sangat tidak setuju” dan 4 untuk “sangat setuju” sedangkan untuk item *unfavourable* 1 untuk “sangat setuju” dan 4 untuk “sangat tidak setuju”.

Grit merupakan total skor dari alat ukur *short grit scale* dari Duckworth dan Quinn (2009). Jika menunjukkan total skor tinggi maka dapat dikatakan bahwa individu memiliki *grit* yang tinggi, sedangkan jika menunjukkan total skor rendah maka dapat dikatakan bahwa individu memiliki *grit* yang rendah.

Growth mindset merupakan total skor dari alat ukur growth mindset scale dari Chen, Ding, dan Liu (2021). Jika menunjukkan total skor tinggi maka dapat dikatakan bahwa individu *memiliki growth mindset* yang tinggi, sedangkan jika menunjukkan total skor rendah maka dapat dikatakan bahwa individu memiliki *growth mindset* yang rendah.

Uji reliabilitas pada skala *grit* menunjukkan koefisien sebesar 0.70 (*Alpha Cronbach*). Uji reliabilitas pada skala *growth mindset* menunjukkan koefisien sebesar 0.81 (*Alpha Cronbach*).

Prosedur penelitian. Tahapan persiapan yang dilakukan sebelum melakukan penelitian ini, pertama menentukan teori yang akan menjadi pedoman bagi peneliti dalam mencari alat ukur pada kedua variabel. Kemudian melaksanakan *expert judgement* dengan memberikan hasil adaptasi dari alat ukur kepada para ahli untuk dievaluasi. Setelah mendapatkan *feedback* dari hasil *expert*

judgement, peneliti memperbaiki item-item pada alat ukur dan kemudian melakukan *pilot study*.

Tahap selanjutnya adalah peneliti melakukan uji coba alat ukur dengan memberikan kuesioner kepada sampel penelitian dengan jumlah sampel yang lebih kecil. Tahap ini dilakukan dari tanggal 24 Juni sampai dengan 1 Juli 2021. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas. Jika sudah terbentuk menjadi alat ukur yang siap digunakan, peneliti menyebarluaskan kuesioner secara lebih luas dan lebih banyak responden lagi. Teknik yang digunakan dalam penyebarluasan kuesioner dengan cara teknik *incidental sampling* dan *snowball sampling*.

Analisis data. Data yang telah diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan teknik statistic uji normalitas, uji korelasi, uji koefisien determinasi, uji regresi sederhana dan uji beda. Kemudian hasilnya dianalisa secara lebih lanjut.

HASIL

Berdasarkan pengambilan data yang dilakukan pada tanggal 14 Juli sampai dengan 20 Juli 2021, didapatkan responden sebanyak 83 orang. Kemudian data diperoleh menggunakan bantuan *software* SPSS 23, didapatkan data demografi sebagai berikut:

Tabel 1 Data Demografi

Kategori	Frekuensi	Persentasi
Usia		
25	25	30.1 %
26	13	15.7%
27	12	14.5%
28	6	7.2%
29	11	13.3%
30	16	19.3%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	30	36.1%
Perempuan	53	63.9%
Domisili		
Banten	3	3.6%
DKI Jakarta	9	10.8%
Jawa Barat	53	63.9%
Jawa Tengah	9	10.8%
Jawa Timur	4	4.8%
Yogyakarta	1	1.2%
Kalimantan Utara	1	1.2%
Kalimantan	1	1.2%

Timur Sulawesi Selatan Sumatera Utara	1	1.2%
Jenjang Sekolah		
Mengajar SD SMP SMA SMK	31	37.3%
	17	20.5%
	17	20.5%
	18	21.7%
Lama Mengajar		
Kurang dari 1 Tahun	12	14.5%
1-2 Tahun	19	22.9%
2-3 Tahun	25	30.1%
3-4 Tahun	5	6%
4-5 Tahun	6	7.2%
Lebih dari 5 Tahun	16	19.3%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa paling banyak responden pada kategori usia 25 tahun sebanyak 25 orang sebesar 30.1%, kategori jenis kelamin perempuan sebanyak 53 orang sebesar 63.9%, kategori domisili Jawa Barat sebanyak 53 orang sebesar 63.9%, kategori jenjang sekolah mengajar SD sebanyak 31 orang sebesar 37.3%, dan kategori lama

mengajar dua sampai tiga tahun sebanyak 25 orang sebesar 30.1%.

Tabel 2 Uji Regresi Koefisien

Determinasi *Growth Mindset* dan *Grit*

Model Summary	
<i>R Square</i>	0.168
Correlations	
Growth Mindset	Grit 0.410
Coefficients	
Growth Mindset	Beta 0.410

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa besar sumbangan pengaruh *growth mindset* terhadap *grit*, yaitu sebesar $0.168 \times 100\% = 16.8\%$ besar sumbangan *growth mindset* terhadap *grit* dan sebanyak 83,2% merupakan besar pengaruh tidak langsung dari variabel yang tidak diteliti.

Tabel 3 Uji Hipotesis Regresi Linear

Sederhana *Growth Mindset* terhadap *Grit*

Model	Standardized Coefficients	Sig.
<i>Growth Mindset</i>	0.410	0.000

Pada tabel 4.15 nilai sig variabel *growth mindset* = 0.000 < 0.05 sehingga Ho ditolak, artinya *growth mindset* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *grit*. Semakin tinggi *growth mindset* maka akan semakin tinggi *grit*. Sebaliknya semakin rendah *growth mindset* maka akan semakin rendah *grit*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan pada penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat peran *growth mindset* terhadap *grit* secara signifikan dengan arah positif pada guru honorer di Indonesia. Artinya semakin tinggi *growth mindset* maka akan semakin tinggi juga *grit* pada

guru honorer di Indonesia. Sebaliknya, semakin rendah *growth mindset* maka akan semakin rendah juga *grit* pada guru honorer di Indonesia. Kontribusi *growth mindset* terhadap *grit* adalah sebesar 16.8%, artinya 83.2% dipengaruhi oleh variabel lain.

DISKUSI

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia. Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini, dapat diketahui bahwa terdapat peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia yang signifikan dengan arah positif. Artinya, semakin tinggi *growth mindset* maka akan semakin tinggi *grit* pada guru honorer di Indonesia. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Chrisantiana dan Sembiring (2017) bahwa ada pengaruh *growth mindset* terhadap *grit* yang memiliki arah positif.

Growth midset merupakan keyakinan bahwa kemampuan dasar dapat ditingkatkan melalui kerja keras, strategi dan pendampingan yang bagus (Dweck, 2014). Individu dengan *growth mindset* lebih termotivasi untuk memperoleh hasil yang lebih tinggi meskipun dalam keadaan sulit (Dweck, 2014). *Growth mindset* dapat membantu dalam pengembangan strategi coping, membantu menghadapi kemunduran, kegagalan, penolakan dan kesalahan penilaian (Cooley dan Larson, 2018). Dengan demikian, guru honorer yang memiliki *growth mindset* dapat meningkatkan motivasi untuk memperoleh hasil yang lebih memuaskan meskipun mengalami kegagalan atau kemunduran.

Grit didefinisikan sebagai semangat dan ketekunan yang dimiliki seseorang saat mereka bekerja dalam waktu jangka panjang dan ketika mereka menghadapi masalah atau rintangan yang menghambat kemajuan mereka (Duckworth, Peterson, Matthews dan Kelly, 2007). Orang yang

memiliki *grit* cenderung terus maju setelah mengalami kegagalan, terus mendorong dirinya untuk berkembang, dan menjadi lebih baik lagi dan lagi (Duckworth, 2016). Oleh karena itu, guru honorer yang memiliki *grit* cenderung semangat dan tekun dalam bekerja dari waktu ke waktu dan terus maju melewati rintangan yang menghambat proses kemajuannya.

Pada penelitian ini juga terdapat hasil yang cukup menarik yaitu terdapat perbedaan yang signifikan pada *grit* pada guru honorer berdasarkan jenjang sekolah mengajar, dimana jenjang sekolah SD lebih cenderung yang lebih tinggi dibandingkan jenjang sekolah lainnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wolomasi, Werang, dan Asmaningrum (2019) menemukan bahwa komitmen kerja memiliki pengaruh terhadap semangat kerja guru sekolah dasar. Semangat kerja merupakan perasaan kekeluargaan, antusiasme, dan loyalitas dalam melaksanakan tugas (Purwanto, 2005).

Artinya komitmen sebagai guru SD dapat meningkatkan semangat kerja serta loyal bekerja sebagai guru. Sama halnya dengan guru SD memiliki konsistensi minat yang tinggi bekerja sebagai guru sehingga dapat menyebabkan *grit* yang tinggi.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah dalam proses pengambilan data beberapa pihak sekolah yang dihubungi melalui *whatsapp* tidak memberikan jawaban ataupun menolak untuk dilakukan pengambilan data. Kemudian pengambilan data secara *offline* tidak memungkinkan karena sedang adanya pandemi Covid-19 dan adanya Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat yang ditetapkan oleh pemerintah. Selanjutnya alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel *growth mindset* memiliki dimensi *grit*. Terakhir, penelitian ini tidak menggunakan kriteria batasan usia karena penelitian ini ingin melihat secara keseluruhan peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer di Indonesia. Namun dalam kuesioner tetap

mencantumkan data demografi usia untuk melihat mana yang paling besar dan apakah terdapat perbedaan *grit* berdasarkan kriteria usia.

Penelitian tentang peran *growth mindset* terhadap *grit* menarik untuk dilakukan pengkajian selanjutnya. Penelitian yang membahas mengenai peran *growth mindset* terhadap *grit* pada guru honorer masih sedikit yang mengambil topik ini. Oleh karena itu menjadi peluang bagi peneliti selanjutnya untuk mengambil topik dari variabel ini, mengingat masih terdapat 83.2% besar pengaruh variabel yang tidak diteliti.

Adapun beberapa saran alternatif yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya mengenai peran *growth mindset* terhadap *grit*, berikut beberapa saran dibawah ini sebagai berikut:

1. Penelitian selanjutnya dapat menambahkan salah satu variabel seperti motivasi atau resilensi.

2. Penelitian selanjutnya yang sejenis dapat menggunakan alat ukur lain pada variabel *growth mindset* karena terdapat dimensi *grit* pada alat ukur tersebut.

3. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan responden yang lebih spesifik pada guru honorer di salah satu jenjang sekolah mengajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arnett, J. J. (2000). *Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties*. *American psychologist*, 55(5), 469.
- Arnett, J. J. (2012). *Adolescence and Emerging Adulthood A Cultural Approach Fifth Edition*. Pearson Education, Inc.
- Arnett, J. J. (2014). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.

- Badan Kepegawaian Negara. (2021, Juli8). *PPPK Guru – Syarat Daftar.* <https://sscasn.bkn.go.id/faq>
- Chen, S., Ding, Y., & Liu, X. (2021). *Development of the growth mindset scale: evidence of structural validity, measurement model, direct and indirect effects in Chinese samples.* *Current Psychology*, 1-15.
- Chrisantiana, T. G., & Sembiring, T. (2017). *Pengaruh growth dan fixed mindset terhadap grit pada mahasiswa fakultas psikologi universitas "X" Bandung.Humanitas (Jurnal Psikologi)*,1(2), 133-146.
- Cooley, J. H., & Larson, S. (2018). *Promoting a growth mindset in pharmacy educators and students.* *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 10(6),675-679.
- Disabato, D. J., Goodman, F. R., & Kashdan, T. B. (2019). *Is grit relevant to well-being and strengths? Evidence across the globe for separating perseverance of effort and consistency of interests.* *Journal of personality*, 87(2), 194-211.
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The power of passion and perseverance* (Vol. 234). New York, NY: Scribner.
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). *Development and validation of the Short Grit Scale(GRIT-S).* *Journal of personality assessment*, 91(2), 166-174.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). *Grit: perseverance and passion for long-term goals.* *Journal of personality and social psychology*, 92(6), 1087.
- Dweck, C. (2014). *Teachers' Mindsets: "Every Student has Something to Teach Me" Feeling overwhelmed? Where did your natural teaching talent go? Try pairing a growth mindset with reasonable goals, patience, and reflection instead. It's time to get gritty and be a better teacher.* *Educational Horizons*, 93(2), 10-15.
- Dweck, C. (2017). *Mindset-updated edition: Changing the way you think to fulfil your potential.* Hachette UK.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. (8 Juli 2021). *Pekerjaan.* <https://kbbi.kemdikbud.go.id/enti/pekerjaan>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2021, Mei 23). *Dashboard GTK.* Pusat Data dan Statistik Pendidikan Kebudayaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi. (2019). *Statistik Pendidikan Tinggi Tahun 2019.* Pusdatin Ristekdikti.
- Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi. (2020). *Statistik Pendidikan Tinggi Tahun 2020.* Pusdatin Ristekdikti.
- Pennings, S. M., Law, K. C., Green, B. A., & Anestis, M. D. (2015). The

impact of grit on the relationship between hopelessness and suicidality. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 130–142.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 47 Tahun 2008. *Wajib Belajar*. 4 Juli 2008. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 90.

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 48 Tahun 2005. *Pengangkatan Tenaga Honorer Menjadi Pegawai Negeri Sipil*. 11 Nopember 2005. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2005 Nomor 112.

Purwanto, N. (2005). *Administrasi Dan Supervisi Pendidikan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya Reraki, M., Celik, I., & Saricam, H. (2015). Grit as a mediator of the relationship between motivation and academic achievement. *Ozean Journal of Social Science*, 8(1).

Thaler, L. K., & Koval, R. (2015). *Grit to great: How perseverance, passion, and pluck take you from ordinary to extraordinary*. Crown Business, New York.

Undang-Undang Republik Indonesia

Nomor 14 Tahun 2005. *Guru dan Dosen*. 30 Desember 2005. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2005 Nomor 157.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003. *Sistem Pendidikan Nasional*. 8 Juli 2003. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4301.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 5 Tahun 2014. *Aparatur Sipil Negara*. 15 Januari 2014. Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6.

Wahidah, F. R., & Royanto, L. R. (2019). Peran Kegigihan Dalam Hubungan Growth Mindset Dan School Well-being Siswa Sekolah Menengah.. *Jurnal Psikologi Talenta*, 4(2), 133-144.

Wahyuni, N.C. (2021, Juli 8). *P2G: Pengangkatan Guru Honorer Jangan Hanya Lewat Skema Tunggal*. Berita Satu. <https://www.beritasatu.com/nasional/788545/p2g-pengangkatan-guru-honorer-jangan-hanya-lewat-skema-tunggal>

Wolomas, A. K., Werang, B. R., & Asmaningrum, H. P. (2019). *Komitmen Kerja dan Pengaruhnya terhadap Semangat dan Kepuasan*

Kerja Guru Sekolah Dasar.
Musamus Journal of Primary
Education, 13-23.

Zeng, G., Chen, X., Cheung, H. Y., &
Peng, K. (2019). *Teachers' growth*

mindset and work engagement in
the Chinese educational context:
Well-being and perseverance of
effort as mediators. Frontiers in
psychology, 10, 839.

Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Manajemen Konflik pada Siswa di SMA Bekasi

The Relationship between Emotional Intelligence and Conflict Management in Students at SMA Bekasi

CHOIRUNNISA RIZKY PRABOWO¹, SANDRA ADETYA SYARIF²

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email: ¹Choirunissa.rp3@gmail.com

Abstrak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Kecerdasan Emosi dengan Manajemen Konflik pada siswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek pada penelitian ini adalah Siswa SMA kelas X,XI dan XII dengan teknik pengambilan data menggunakan probability cluster sampling. Sampel pada penelitian ini berjumlah 170 subjek menggunakan rumus slovin. Alat ukur dalam penelitian ini berupa skala kecerdasan emosi dan skala manajemen konflik dengan menggunakan skala likert. Berdasarkan hasil analisis menggunakan korelasi pearson product moment diketahui bahwa terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan manajemen konflik pada remaja dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi antara kecerdasan emosi dengan manajemen konflik sebesar 0,504** yang berarti terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosi dengan manajemen konflik pada siswa dalam penelitian ini. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan emosi dengan manajemen konflik. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin tinggi manajemen konflik, sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin rendah manajemen konflik .

Kata Kunci: Kecerdasan Emosi, Manajemen Konflik, Remaja

Abstract. The purpose of this study was to determine the Emotional Intelligence with Conflict Management in students. This research uses correlational quantitative research methods. The subjects in this study were students of SMA class X, XI and XII with data collection techniques using probability cluster sampling. The sample in this study amounted to 170 subjects using the Slovin formula. The measuring instrument in this study is the emotional intelligence scale and the conflict management scale using the Likert scale. Based on the results of the analysis using the Pearson product moment correlation, it is known that there is a positive relationship between emotional intelligence and conflict management in adolescents with a significance level (p) of 0.000 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient value between emotional intelligence and conflict management of 0,504** which means that there is a positive relationship between emotional intelligence and conflict management in students in this study. These results indicate that there is a significant positive relationship between emotional intelligence and conflict management. The higher the emotional intelligence, the higher the conflict management, conversely, the lower the emotional intelligence, the lower the conflict management.

Keywords: Emotional Intelligence, Conflict Management, Adolescents.

PENDAHULUAN

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental. (Diananda Amita, 2018)

Menurut Paramitasari dan Alfian (2012) Masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang dapat ditandai dengan perubahan fisik, sosial, dan emosional. Batasan usia pada remaja adalah usia 12 tahun sampai 21 tahun, sedangkan batasan remaja akhir adalah usia 17 tahun sampai 21 tahun ditopang oleh sikap mental kreatif, inovatif, profesional, bertanggung jawab, serta berani menanggung resiko dalam mengelola potensi diri dan lingkungannya sebagai bekal untuk peningkatan kualitas hidupnya.

Perubahan dalam pemrosesan informasi di masa remaja terutama mencerminkan meningkatnya fungsi eksekutif, yang mencakup berkembangnya kemampuan dalam mengambil keputusan dan berpikir kritis. Meskipun demikian, mampu mengambil keputusan secara

kompeten tidak berarti mereka pada kenyataannya mampu berbuat demikian dalam kehidupan sehari-hari, dimana pengalaman yang luas turut berperan. Meningkatnya kecepatan dalam memproses, otomatisasi, dan kapasitas, maupun bertambahnya isi dan jangkauan pengetahuan serta spontanitas dalam penggunaan strategi, memungkinkan kemampuan berpikir kritis pada remaja meningkat. (Santrock, 2017)

Terdapat beberapa perubahan yang menandai perkembangan sosioemosi pada remaja. Perubahan ini mencakup meningkatnya usaha untuk memahami diri sendiri serta pencarian identitas. Perubahan-perubahan yang ada juga berlangsung di dalam konteks kehidupan remaja, disertai dengan transformasi yang berlangsung di dalam relasi dengan keluarga dan kawan sebaya di dalam konteks budaya. Di samping itu, remaja juga dapat mengembangkan masalah-masalah sosioemosi, seperti kenakalan remaja dan depresi. (Santrock, 2017) Perkembangan sosioemosi di masa remaja terdiri dari perkembangan diri, identitas, dan religi/spiritualitas pada remaja. Perubahan dalam hubungan remaja dengan orang tuanya, perubahan yang terjadi dalam relasi dengan kawan sebaya di masa remaja, budaya mempengaruhi remaja, serta masalah remaja dalam perkembangan sosioemosi dan strategi untuk membantu remaja bermasalah.

Remaja selalu ingin berusaha mengatasi masalah-masalahnya dengan berbagai cara

sesuai dengan kemampuannya. Dalam perkembangan kognitifnya, remaja tiba pada masa pengambilan keputusan. Setiap saat pengambilan keputusan kelak akan berpengaruh dalam kehidupannya dan orang lain. Pengambilan keputusan juga dilakukan dalam hal-hal kompleks seperti memilih teman, memilih calon suami atau istri, sampai dalam pemilihan karir. Banyak sekali masalah yang dihadapi remaja dalam memutuskan sesuatu (Peilouw, 2013). Ditambah lagi untuk mencapai kematangan, remaja memerlukan bimbingan karena mereka masih kurang memiliki pemahaman atau wawasan tentang diri, lingkungan, dan pengalaman dalam menentukan arah kehidupannya. Dalam proses perkembangannya tersebut, remaja tidak lepas dari konflik atau pertengangan. Konflik yang dihadapi remaja dapat terjadi dalam berbagai tingkatan baik intrapersonal, interpersonal, intragroup, intraorganisasi, maupun interorganisasi.

Suranto (Zakiyah, 2016) Hubungan interpersonal merupakan hal yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan setiap manusia, begitu pula pada masa remaja. Hubungan interpersonal adalah hubungan yang terjalin antara individu dengan individu yang lain. Hubungan interpersonal dalam arti luas didefinisikan sebagai interaksi yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dalam segala situasi dan dalam semua bidang kehidupan, sehingga menimbulkan kebahagiaan dan kepuasan hati pada kedua belah pihak. Lebih

lanjut Suranto mengungkapkan bahwa kualitas hubungan interpersonal tidak selalu berjalan baik, melainkan mengalami pasang surut. Hal tersebut terjadi ketika terdapat perasaan tidak puas dan ketidakcocokan dalam hubungan yang dijalini. Ketika perasaan tersebut tidak mampu diungkapkan dengan tepat, hal tersebut dapat memicu konflik.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007 pada remaja perempuan dan laki-laki berusia 15-19 tahun yang tidak menikah, terdapat beberapa masalah yang dihadapi remaja di Indonesia dipengaruhi faktor dari dalam maupun dari luar. Faktor yang berasal dari dalam diri individu antara lain, masalah psikologis dan sosial yang dihadapi, belum matangnya emosi, kurangnya kontrol diri, kemampuan pengambilan keputusan yang rendah, serta tidak terbiasa mempertahankan usaha untuk mencapai tujuan. Sedangkan faktor yang berasal dari luar individu antara lain, persoalan keluarga, pengaruh negatif dari teman sebaya, dan pengaruh negatif dari komunitas (Peilouw, 2013).

Dilansir dari buku Bimbingan dan Konseling di Sekolah (2016) karya Hidayah Quarisy, terdapat masalah yang dihadapi setiap manusia bukan hanya masalah yang bersifat pribadi, melainkan juga bersifat sosial. Hal ini terjadi karena individu berhubungan dengan individu lain ataupun dengan lingkungan sosial budayanya. Beberapa masalah sosial yang

terjadi, seperti: Kesulitan dalam persahabatan, Kesulitan dalam mencari teman, Merasa terasing dalam aktivitas kelompok, Kesulitan dalam menyesuaikan diri dalam kelompoknya, Kesulitan dalam mewujudkan hubungan yang harmonis dengan seluruh anggota keluarga, kesulitan dalam menghadapi situasi lingkungan sosial yang baru, kesulitan dalam melakukan sosialisasi dalam lingkungannya.

Dilansir dari Hukamnas.com, didapatkan contoh konflik yang sering terjadi di sekolah. Di lingkungan sekolah, konflik dapat diartikan sebagai suatu pertikaian maupun pertentangan antara satu individu dengan individu lainnya atau kelompok satu dengan kelompok lainnya yang terjadi di lingkungan sekolah. Konflik di sekolah sendiri memiliki contoh, yang penyebabnya timbul karena berbagai persoalan. Adapun contoh konflik di sekolah akan dijelaskan di bawah ini, antara lain yaitu (Prasetyo, 2019) :

Munculnya Kelompok atau Geng di Sekolah, Munculnya geng ini kerap dijumpai di tingkatan Sekolah Menengah Atas (SMA), mengingat siswa siswinya menginjak usia remaja dan secara psikologis serta kemampuan dalam berpikir masih dalam tahap berkembang, memperluas pergaulan (sosialisasi) se usia dan mencari teman sebaya yang lebih mengerti kondisi emosionalnya daripada orang tua. Tak heran bila di usia remaja, tak sedikit siswa SMA yang tak lagi mendengarkan masukan dari orang tua, dan menjadikan sekolah sebagai tempat

kedua setelah rumah dimana mereka tinggal. Tak jarang, para remaja ini menghabiskan sebagian waktunya di sekolah.

Tawuran Antar Pelajar, memang sering terdengar di telinga masyarakat Indonesia, dan kerap kali diberitakan oleh media masa. Pertikaian antara dua kelompok pelajar tersebut memang sangat disayangkan, mengingat tugas utama pelajar adalah belajar bukan untuk tawuran. Hal-hal yang menimbulkan tawuran umumnya diawali dari pembentukan geng-geng di lingkungan sekolah. Dari geng tersebut, kemudian memunculkan rasa persahabatan, solidaritas, serta loyalitas yang kuat sehingga menjadikan antar anggotanya merasa satu bagian tak terpisahkan. Bila mana terdapat anggota yang memperoleh masalah, seluruh anggota pun langsung turun tangan untuk membantu menyelesaikan, namun sayangnya cara yang ditempuh biasanya berupa tawuran.

Konflik antara Orang Tua Siswa dan Guru, Contoh konflik di lingkungan sekolah selanjutnya yaitu perselisihan paham antara orang tua siswa dan guru. Umumnya hal tersebut muncul karena berbagai faktor yang menjadikan orang tua tidak terima, dan berikut ini merupakan beberapa penyebab konflik ini, antara lain : Masalah pribadi, Kurangnya respon guru terhadap orang tua siswa, Cara komunikasi guru yang kurang profesional, Orang tua siswa yang langsung melaporkan guru kepada kepala sekolah atau yayasan

Berdasarkan fenomena yang ada peneliti melakukan wawancara kepada Guru Bimbingan dan Konseling di sekolah SMA pada tanggal 19 Oktober 2020 dan diperoleh keterangan bahwa dalam jangka waktu permasalahan/konflik yang terjadi pada siswa yaitu terkadang ada pada setiap hari, sekitar sebulan namun tingkatnya macam-macam ada yang beberapa hari, dan terselesaikan konflik yang dialami. Untuk siswa seperti, perkelahian, memukul, terpancing emosi dan marah, ketidakmampuan mengontrol emosi karena prasangka/salah sangka timbulnya masalah, tersinggung dan mengakibatkan perkelahian dengan sesama siswa atau senior dan memancing emosi yang padahal tidak untuk mengusik, adanya persepsi yang berbeda.

Untuk konflik interpersonal juga terjadi pada siswi perempuan seperti perkataan yang dilontarkan oleh individu terhadap siswi lainnya yang membuat sakit hati dan membuat tersinggung yang menimbulkan konflik dan menjadi tidak senang, siswi perempuan yang melakukan sindir-sindiran melalui media sosial yang menimbulkan prasangka/salah sangka. Dan juga konflik yang sering terjadi seperti geng atau antar kelompok yang tidak terselesaikan dan tidak ingin diselesaikan dari kelas 10-12 (salah satu siswi bermusuhan dengan siswi lainnya di kelompok lain, 1 kelompok tidak suka dengan kelompok siswi yang bermusuhan) dan tidak terselesaikan. Faktor dipengaruhi satu siswi untuk tidak suka dengan individu lainnya dalam lingkaran geng tersebut, dan saling membentuk kelompok atau geng.

Peneliti juga melakukan wawancara terkait fenomena yang terjadi di SMA pada tanggal 28 Oktober- 8 November 2020 untuk memperkuat data bahwa memang benar terjadi fenomena yang hendak diteliti dan didapat 16 respons diantaranya 9 siswa laki-laki dan 7 siswi perempuan di kelas 12. Diperoleh dan disimpulkan informasi dari pernyataan yang diberikan para siswa adalah konflik yang terjadi atau dialami disebabkan sesama teman/individu dan juga dengan dalam diri siswa. Faktor diantaranya seperti kesalahpahaman, komunikasi yang kurang, respon yang menyenggung ketidakmampuan mengontrol emosi pada individu/siswa, serta timbulnya prasangka, perbedaan pendapat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi konflik seperti emosi, marah, stres, agresi. Emosi mempunyai hubungan erat dengan terjadinya konflik dan proses interaksi konflik. Emosi dapat menyebabkan terjadinya konflik dan mempengaruhi proses interaksi konflik. Emosi merupakan perasaan yang kompleks, bisa berupa perasaan senang, tidak senang, atau netral (perasaan yang biasa-biasa aja). Perasaan tersebut merupakan perasaan subjektif sebagai reaksi atas suatu pengalaman yang dihadapi seseorang. Perasaan tersebut dikatakan perasaan subjektif karena dua orang yang berbeda mengalami suatu pengalaman yang sama bisa mempunyai emosi yang berbeda. (Wirawan, 2010)

Emosi berfungsi mendorong orang untuk mempelajari informasi yang akan membantunya untuk membuat respons yang tepat di masa mendatang terhadap situasi yang menyenangkan atau tidak menyenangkan. Kemarahan bersumber pada emosi yang meningkat dan tidak terkontrol. Oleh karena itu, untuk memanajemen kemarahan, pengontrolan emosi perlu dilakukan yaitu mengontrol emosi diri sendiri dan emosi lawan konflik. (Wirawan, 2010)

METODE

Variabel dan Definisi Operasional. Dalam penelitian ini yang menjadi Variabel Bebas adalah Kecerdasan Emosi dan yang menjadi Variabel Tergantung adalah Manajemen Konflik

Definisi Operasional Manajemen Konflik adalah proses atau penyelesaian dan kemampuan untuk menyusun dan mengelola konflik agar menciptakan resolusi yang diinginkan demi menghasilkan keluaran konflik yang menguntungkan dan menghasilkan ketenangan bagi pihak yang terlibat konflik. Dalam penelitian ini, skala Manajemen Konflik diukur dengan menggunakan aspek-aspek menurut Thomas (Wirawan, 2010) sebagai berikut : kompetisi, kolaborasi, kompromi, menghindar, dan akomodasi.

Sedangkan Definisi Operasional Kecerdasan Emosi adalah kemampuan individu untuk mengenali perasaan diri, orang lain,

mengelola, mengontrol, mengendalikan emosi dengan baik pada diri sendiri maupun dalam hubungan dengan orang lain. Menghargai perasaan diri dan orang lain serta menerapkan secara efektif energi emosi dalam menghadapi kehidupan sehari-hari. Dalam penelitian ini, skala Kecerdasan Emosi diukur dengan menggunakan aspek-aspek menurut Goleman (2016) terhadap kecerdasan emosi membagi kemampuan tersebut kedalam lima wilayah utama yaitu kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, empati atau mengenali emosi orang lain dan membina hubungan atau keterampilan sosial.

Responden. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 10,11, dan 12 di SMA Bekasi yang berjumlah 839 Siswa. Jumlah subjek yang akan dijadikan sampel sebanyak 172 siswa yakni 62 siswa kelas 10, 45 siswa kelas 11, dan 65 siswa kelas 12. Teknik pemilihan sampel yang akan digunakan adalah teknik non- probability dengan jenis teknik sampling kuota (Quota sampling).

Instrumen Penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi. Skala merupakan susunan pertanyaan yang disusun untuk mengungkapkan atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut (Azwar, 2016). Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel manajemen konflik dan variabel kecerdasan emosi. Masing-masing skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan jenis skala likert. Skala ini

berlaku untuk konstrak linear, terdapat dua jenis item dalam skala ini,yaitu favorable dan unfavorable. Item favorable mendukung konstrak yang hendak diungkap, sementara item unfavorable merupakan negasi dari konstrak yang hendak diungkap. (Periantalo, 2016).

Skala manajemen konflik merupakan skala yang khusus dirancang untuk mengukur manajemen konflik. Skala manajemen konflik diukur dengan menggunakan aspek-aspek manajemen konflik menurut Thomas dan Kilmann (Wirawan, 2010), yaitu sebagai berikut : kompetisi, kolaborasi, kompromi, menghindar, dan akomodasi.

Skala kecerdasan emosi merupakan skala yang khusus dirancang untuk mengukur kecerdasan emosi. Skala kecerdasan emosi diukur dengan menggunakan aspek-aspek kecerdasan emosi menurut (Goleman, 2016) utama yaitu kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, empati atau mengenali emosi orang lain dan membina hubungan atau keterampilan sosial.

Teknik uji validitas dalam penelitian ini menggunakan korelasi daya beda, daya beda adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012). Item akan dinyatakan sangat memuaskan jika memiliki korelasi item dengan skor total >

0,4, namun item sebesar 0,3 dinilai sudah cukup bagus, dan bila belum dapat terpenuhi maka peneliti boleh menoleransi sampai dengan 0,25,

jika belum bisa terpenuhi juga maka boleh ditoleransi hingga 0,2 (Periantalo, 2016). Teknik uji Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode Cronbach's Alpha. Alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila nilai reliabilitas >0,6 (Priyatno, 2012).

Hasil uji validitas skala Manajemen Konflik terdapat 11 item yang gugur dari 40 item sebelumnya, sehingga total item yang valid setelah uji coba adalah 29 item. Sedangkan hasil uji validitas skala Kecerdasan Emosi terdapat 17 item yang gugur dari 40 item sebelumnya, sehingga total item yang valid setelah uji coba adalah 23 item.

Prosedur. Tanggal 23 Oktober 2020 peneliti membuat surat pengantar penelitian ke Fakultas Psikologi, Peneliti menyerahkan surat izin kepada pihak kesiswaan SMA,,Setelah berdiskusi dengan pihak sekolah, surat izin penelitian diterima, yang artinya peneliti sudah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian

Persiapan Alat Ukur

22 Maret 2021 : melakukan try out kepada 52 siswa SMA, Peneliti menggunakan software spss untuk mengetahui validitas dan reliabilitas skala, Alat ukur yang digunakan dalam tryout menghasilkan 29 item yang valid pada variabel manajemen konflik dan 23 item yang valid pada variabel kecerdasan emosi

Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal tanggal 1 April 2021 hingga 5 April 2021 menggunakan google form, Kuesioner disebarluaskan dengan cara menghubungi langsung

masing-masing wali kelas 10,11 dan 12 untuk menyebarkan kuesioner kepada para siswa siswinya. Pada tanggal 5 april 2021 peneliti menyelesaikan penelitian & melakukan pengolahan data

HASIL

Hasil Uji Asumsi

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,200 pada kedua variabel yang diteliti. Hal ini menunjukkan bahwa $p > 0,05$. Yang artinya data dari kedua variabel dalam penelitian terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji linieritas yang telah dilakukan diperoleh nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ yang artinya hubungan dari kedua variabel bersifat linier. Uji asumsi yang terakhir adalah uji homogenitas dari kedua variabel menggunakan faktor Kategori Tingkat Kelas yaitu dengan membandingkan kelas 10,11, dan 12, hasilnya didapat nilai signifikansi (*p*) sebesar 0,226 untuk variabel Manajemen Konflik, serta 0,355 untuk variabel Kecerdasan Emosi. hasil ini menunjukkan bahwa $p > 0,05$ yang artinya data kedua variabel adalah homogen. Dengan demikian syarat uji asumsi telah terpenuhi, maka pengkategorisasian subjek serta uji korelasi dapat dilakukan.

Tabel 1. Hasil Uji Asumsi

Variabel	Normalitas	Linieritas	Homogenitas

Manajemen Konflik	0,200	0,000	0,226
Kecerdasan Emosi	0,200	0,000	0355

Hasil Uji Kategorisasi

1. Hasil kategorisasi Manajemen Konflik menunjukkan bahwa 87,8% subjek yakni sebanyak 151 orang mengalami Manajemen Konflik pada kategori sedang. Dan 12,2% subjek yaitu sebanyak 21 orang mengalami Manajemen Konflik pada kategori tinggi. Dengan demikian rata-rata skor total subjek adalah 80,23 dan rata-rata subjek berada pada kategorisasi sedang

Tabel 2. Kategorisasi Skor Manajemen Konflik

Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
Rendah	0	0
Sedang	151	87,8
Tinggi	21	12,2

Tabel 3. Kategorisasi Kecerdasan Emosi

Kategori	Jumlah Subjek	Presentase
Rendah	0	0
Sedang	111	64,5
Tinggi	61	35,5

2. Hasil Kategorisasi Kecerdasan Emosi menunjukkan bahwa 64,5% subjek yakni sebanyak 111 orang mengalami Kecerdasan Emosi pada kategori sedang.

Dan 35,5% subjek yaitu sebanyak 61 orang mengalami Kecerdasan Emosi pada kategori tinggi. Dengan demikian rata-rata skor total subjek adalah 69,04 dan rata-rata subjek berada pada kategorisasi sedang.

Hasil Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik uji korelasi Pearson Product Moment. Hasil uji Korelasi menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,504** Yang artinya sedang yaitu kemungkinan adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan manajemen konflik dengan taraf signifikansi (*p*) sebesar 0,000 (*p* < 0,05). Hal ini dapat diartikan bahwa Manajemen Konflik dengan Kecerdasan Emosi memiliki hubungan dengan kekuatan yang sedang. Nilai pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara Manajemen Konflik dan Kecerdasan Emosi sedangkan tanda 2 bintang (**) menunjukkan bahwa korelasi signifikan pada level 0,01 (Priyatno, 2012).

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson Product Moment

Variabel	Koefisien Korelasi	Signifikansi	Jumlah Subjek
Manajemen Konflik	0,504**	0,000	172
Kecerdasan Emosi			

Berdasarkan penjabaran diatas maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (*Ha*) diterima dan hipotesis nihil (*Ho*) ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat Hubungan antara Manajemen Konflik dan Kecerdasan Emosi remaja di SMA Bekasi. Hubungan yang positif menandakan semakin tinggi Kecerdasan Emosi, maka Manajemen Konflik akan semakin tinggi.

Selanjutnya peneliti melakukan uji regresi menggunakan uji regresi linier sederhana, hasil yang diperoleh dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Uji Regresi Linier Sederhana

Variabel	R Square	Signifikansi	Konstanta
Kecerdasan Emosi*	0,254	0,000	0,000
Manajemen Konflik			

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa nilai R square adalah 0,254 yang dapat diartikan bahwa Kecerdasan Emosi mempengaruhi Manajemen Konflik sebesar 25,4% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Hasil signifikansi menunjukkan nilai 0,000 artinya (*p*) < 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa Kecerdasan Emosi dan Manajemen Konflik secara bersama-sama mempengaruhi satu sama lain. Selanjutnya hasil konstanta yang diperoleh 0,000 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu

tingkat Kecerdasan Emosi akan menurunkan Manajemen Konflik sebesar 0,00% .

SIMPULAN

Dari hasil Penelitian menunjukan adanya hubungan yang signifikan antara Manajemen Konflik dengan Kecerdasan Emosi pada remaja di SMA Bekasi. Hubungan antara Manajemen Konflik dan Kecerdasan Emosi remaja di SMA Bekasi. Hubungan yang positif menandakan semakin tinggi Kecerdasan Emosi, maka Manajemen Konflik akan semakin tinggi.

DISKUSI

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan antara variabel Manajemen Konflik dan Kecerdasan Emosi dengan menggunakan teknik Pearson Product Moment di temukan koefisien korelasi sebesar 0,504** dengan nilai signifikansi 0,000 ($p<0,05$). Dengan demikian hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Manajemen Konflik pada remaja di SMA Bekasi diterima. Sedangkan hipotesis yang menyatakan tidak adanya hubungan antara Kecerdasan emosi dan Manajemen Konflik pada remaja di SMA Bekasi di tolak.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian Zakiyah Alia (2016) dengan judul Hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Manajemen Konflik pada siswa kelas XII MAN

Yogyakarta II. Dengan kesimpulan adanya hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan gaya manajemen konflik pada siswa.

Manajemen konflik terdiri dari beberapa faktor diantara lain asumsi mengenai konflik, persepsi mengenai penyebab konflik, ekpektasi atas reaksi lawan konflik, pola komunikasi dalam konflik, kekuasaan yang dimiliki, pengalaman menghadapi situasi konflik, sumber yang dihadapi, kepribadian, keterampilan berkomunikasi, jenis kelamin dan kecerdasan emosi. Dijelaskan pada faktor jenis kelamin yaitu : jenis kelamin mempengaruhi manajemen konflik yang digunakan. Banyak penelitian yang menyimpulkan bahwa manajemen konflik yang digunakan laki-laki berbeda dengan manajemen konflik yang digunakan oleh perempuan.

(Wirawan,2010)

Setiap remaja memiliki kecenderungan yang berbeda dalam memilih gaya manajemen konflik yang akan digunakan. Perbedaan pemilihan gaya manajemen konflik dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya kecerdasan emosi (Wirawan, 2010). Kecerdasan emosi diartikan sebagai kemampuan mengendalikan emosi diri dan membina hubungan interpersonal untuk mencapai kesuksesan dalam mencapai tujuan dan menjalin hubungan dengan orang lain. Remaja dengan kecerdasan emosi yang tinggi akan mampu memilih pilihan-pilihan dalam hidup yang diketahuinya benar. Sebaliknya, ketika remaja memiliki kecerdasan emosi rendah, remaja akan mengalami kesulitan

dalam membuat pilihan yang tepat baik bagi diri sendiri maupun orang lain.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pemilihan ataupun penggunaan gaya manajemen konflik pada individu, seperti yang diungkapkan dalam penelitian Ming (Wirawan, 2010), bahwa kesuksesan manajemen konflik memerlukan keterampilan yang berkaitan dengan kecerdasan emosional, yaitu kesadaran diri mengenai kecerdasan emosional, memanajemen emosi, empati, serta membina hubungan berdasarkan kecerdasan emosional.

Saran Bagi Peneliti selanjutnya diharapkan lebih mendalam atau memperhatikan pada aspek yang dikemukakan oleh tokoh Thomas dan Kilmann seperti kompetisi, kolaborasi, kompromi, menghindar, dan akomodasi

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang memiliki hubungan dengan Manajemen Konflik seperti faktor Jenis Kelamin dan faktor Keterampilan Berkommunikasi, ataupun faktor Manajemen Konflik yang lainnya.

Peneliti selanjutnya agar memperhatikan kriteria subjek penelitian agar skala yang diberikan mengukur apa yang seharusnya diukur diberikan kepada subjek yang benar yang pernah mengalami konflik jika variabel yang digunakan adalah variabel manajemen konflik

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas. Pustaka Belajar.*
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan Skala Psikologi (2nd ed.).* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Diananda Amita. (2018). "Psikologi Remaja Dan Permasalahannya". Istighna. 1(1). P-ISSN 1979-2824
- Goleman. (2016). *Emotional Intelligence.* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka.
- Hidayah. (2016). *Masalah Sosial di Lingkungan Sosial.* Kompas.com. Retrieved from <https://www.kompas.com/skola/read/2021/01/18/180709069/masalah-sosial-di-lingkungan-sekolah?page=all>
- Paramitasari, Radhitia, and Ilham Nur Alfian. (2012). "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Meminta Maafkan Pada Remaja Akhir". Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan 1(02): 1–7.
- Periantalo, Jelpa. 2016. *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Prasetyo. (2019). 3 Contoh Konflik Di Sekolah yang Sering Terjadi. Hukamnas.com. <https://hukamnas.com/contoh-konflik-di-sekolah>
- Florence J Peilouw. (2013). "Hubungan Antara Pengambilan Keputusan Dengan

- Kematangan Emosi Dan".* Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan 01: 1–6.
- Santrock, J. W. (2017). *Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup) (13th ed.).* Jakarta: Erlangga.
- Wirawan. (2010). *Konflik dan Manajemen Konflik (Teori, Aplikasi, dan Penelitian).* Jakarta: Penerbit Salemba Humanika
- Zakiyah Alia. 2016. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Manajemen Konflik Pada Siswa Kelas Xii Man Yogyakarta II."

Pembelajaran Daring atau School From Home Berdampak Pada Kesehatan Mental

Online Learning or School From Home Can Impact Mental Health

RISA NUR AMELIA¹, EKA HERTISYAH RANI²,

Magister Profesi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

Email: ekhertisyahrani@gmail.com

Asbtrak. Pandemi COVID-19 yang terjadi di awal tahun 2020 membawa beberapa perubahan kepada masyarakat, terutama di Indonesia. Banyaknya aktivitas, pekerjaan, perkuliahan dan sekolah yang harus dilakukan dirumah membuat masyarakat banyak menggunakan internet, dan media sosial untuk mempermudah hal tersebut, namun ternyata penggunaan internet dan media sosial yang berlebihan memiliki dampak negatif juga. Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk melihat bagaimana efek mahasiswa serta siswa sekolah dalam melakukan perkuliahan dan sekolah via *online* atau dikenal dengan *school from home* pada kesehatan mental selama pandemik Covid-19. Permasalahan yang banyak dialami beberapa mahasiswa serta siswa sekolah seperti mengalami kelelahan akademik (*academic burnout*), serta kecemasan, gangguan tidur dan menjadi kelelahan secara fisik.

Kata Kunci: *School from home*, Pandemi Covid-19, *Burnout*.

Abstract. The Covid-19 pandemic that occurred in early 2020 brought several changes to society, especially in Indonesia. The number of activities, work, college and school that must be done at home makes people use the internet and social media to make it easier, but it turns out that excessive use of the internet and social media also has a negative impact. The purpose of this study was to see how the influence of students and school students in carrying out lectures and schools online or known as school from home on mental health during the Covid-19 pandemic. Problems that many students and school students experience include experiencing academic fatigue, anxiety, sleep disturbances, and physical exhaustion.

Keywords: *School from home*, *Covid-19 Pandemic*, *Burnout*.

PENDAHULUAN

Terjadinya pandemi COVID-19 di Indonesia yang dimulai sejak Maret 2020 hingga sekarang dipenghujung tahun 2020 membuat seluruh masyarakat tetap harus mengikuti protokol kesehatan untuk memutus penyebaran virus COVID-19 itu sendiri. Salah satu protokol kesehatan yang harus dilakukan yaitu menjaga jarak, dan diberlakukannya *work from home* dan *stay at home*. Banyak aktivitas yang biasanya dilakukan diluar rumah, terpaksa semuanya dijalankan dari rumah, hal ini merupakan sesuatu yang baru untuk masyarakat. Semakin banyak masyarakat yang memiliki aktivitas dirumah mengharuskan mereka untuk berkegiatan secara daring atau *online* setiap harinya. Meningkatnya aktivitas yang dilakukan dirumah, mengharuskan beberapa masyarakat harus kehilangan pekerjaannya, dan beberapa harus dirumahkan untuk melakukan pekerjaan dari rumah.

Selain itu juga dampak dari pandemik ini juga dirasakan di dunia pendidikan dan mahasiswa pun melakukan proses pembelajaran mereka secara *daring*. Sesuai dengan Surat Edaran Nomor 2 Tahun 2020 tentang Pencegahan dan Penanganan COVID-19 Pada Stauan Pendidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) bersama Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19, daerah yang berada di Zona kuning, oranye, dan merah dilarang melakukan pembelajaran tatap muka dan harus tetap

melanjutkan kegiatan belajar dari rumah (Kemendikbud, 2020). Salah satu jenjang pendidikan yang paling merasakan dampak dari penangguhan sekolah adalah jenjang pendidikan Sekolah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal ini karena sebagai kelompok rentan, remaja sedang mengalami masa transisi yang sulit (Guessoum et all, 2020).

Pada masa transisi, remaja sedang berada pada tahap pencarian identitas diri melalui teman-teman, komunitas sosial, kegiatan keagamaan, atau berbagai kegiatan kelompok lainnya dibandingkan di rumah bersama keluarganya (Marotz & Allen, 2013). Interaksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya dapat memberikan kesempatan bagi remaja untuk mencoba berbagai peran sampai menemukan peran yang cocok sebagai identitas dirinya (Miller, 2011). Remaja dipilih karena berdasarkan teori perkembangan Psikososial Erikson, tugas perkembangan remaja berelasi dan berorientasi pada teman. Pembatasan sosial akibat pandemi COVID-19 ini meningkatkan risiko munculnya distres psikologis yang lebih berat dan bertahan lama sehingga dampaknya hingga dewasa menjadi lebih parah (Wang, Zhang, Zhao, Zhang, & Jiang, 2020). Meskipun langkah pemerintah untuk melaksanakan sekolah dari rumah merupakan tindakan yang tepat guna mencegah penyebaran virus COVID-19 di sektor anak, tetapi terganggunya rutinitas sehari-hari anak seperti terbatasnya kegiatan di luar ruangan dan

terhambatnya interaksi dengan teman seusianya selama wabah meningkatkan risiko distress psikologis pada remaja (Lee, 2020; Leung, Lam, & Cheng, 2020; Wang, Zhang, Zhao, Zhang, & Jiang, 2020). Selain itu ternyata belajar secara daring tentu bukan hal yang mudah bagi siswa (Gillett-Swan, 2017). Pembelajaran daring dirasakan kurang efektif. Adanya perubahan pola pembelajaran ini memberikan permasalahan tersendiri bagi siswa. Studi Du Plessis (2019) telah menegaskan munculnya tekanan dan stres pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh. Dikutip dari tirto.id (Hidayat, 2020) yang menyebutkan bahwa pembelajaran online juga menyebabkan pelajar merasakan stress, *burnout*, dan jemu. Survei yang dilakukan Komisi Perlindungan Anak menunjukkan bahwa 73,2% pelajar terbebani tugas dan sebesar 77,8% merasa terbebani tugas yang banyak dalam waktu yang singkat. Selain itu, pembelajaran yang kurang efektif dapat menyebabkan penyampaian materi menjadi lebih sulit dipahami. Dampak negatif ini muncul karena remaja harus menghabiskan sebagian besar waktunya dengan beraktivitas secara online dan memiliki sedikit waktu untuk berkegiatan di luar ruangan seperti olahraga, kegiatan ekstrakurikuler, atau berkumpul dengan teman sebaya.

Kesehatan merupakan hal yang penting karena kesehatan berperan dalam keberfungsiannya semua aspek kehidupan bagi seluruh masyarakat. Undang-undang kesehatan

No. 23 tahun 1992 menyatakan: kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pengertian kesehatan menurut WHO (World Health Organization, 2003) merupakan kondisi kesejahteraan fisik, mental, dan sosial, dan bukan hanya ketiadaan penyakit atau kecatatan. Berdasarkan definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa mental merupakan salah satu penunjang kesehatan sehingga kesehatan mental tidak dapat diabaikan begitu saja.

Kesehatan mental merupakan hal yang mulai dibicarakan dan diperhatikan secara serius oleh masyarakat Indonesia pada saat ini. Masalah kesehatan mental di Indonesia pada masa ini tergolong sangat tinggi, terutama pada kalangan remaja karena mereka masih memiliki emosi yang tidak stabil dan belum memiliki kemampuan yang baik untuk memecahkan masalah yang ada. Masa remaja merupakan masa dimana mereka sering mengalami stress terutama pada peristiwa-peristiwa tertentu dalam hidup mereka (Yayan, Yuniarrahmah, & Anward, 2017). Remaja dianggap sebagai golongan yang rentan untuk mengalami gangguan mental. Oleh karena itu, remaja perlu untuk mendapatkan perhatian lebih karena remaja merupakan aset negara dan generasi penerus bangsa (Yuniarrahmah & Rachmah, 2016).

Kesehatan mental pada siswa dan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu faktor genetika,

keluarga, pertemanan, gaya hidup, sosial, dan berbagai faktor lainnya. Faktor-faktor tersebut dapat mempengaruhi siswa secara positif maupun negatif. Akan tetapi, masih banyak siswa yang tidak menyadari dampak positif dan negatif yang ditimbulkan dari faktor-faktor tersebut sehingga mereka lupa akan kesehatan mental mereka. Mereka lupa untuk berfokus pada kesehatan mental mereka karena mereka hanya berfokus pada tugas, organisasi, jadwal kuliah, serta tuntutan-tuntutan yang ia terima dari orang-orang di sekitarnya.

Regulasi diri dalam belajar yang baik akan membantu mahasiswa untuk memenuhi tuntutan-tuntutan yang dihadapinya (Rachmah, Mayangsari, & Akbar, 2015). Regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kontrol terhadap emosi dan perilakunya di situasi apapun secara mandiri. Mahasiswa dan siswa dianjurkan untuk bisa melakukan regulasi diri karena regulasi diri berkaitan terhadap kesehatan mental mahasiswa. Tanpa adanya regulasi diri, siswa dan mahasiswa akan kesulitan untuk mengontrol dan mengatur emosi, perilaku, dan tingkahlakunya. Ketidakmampuan siswa dan mahasiswa untuk melakukan regulasi diri akan mengakibatkan mentalnya terganggu karena tidak bisa mengontrol diri di situasi tertentu.

Berawal dari pembelajaran via daring, kita dapat melihat bagaimana dampak yang ditimbulkan terhadap para siswa dan mahasiswa melalui pembelajaran via daring tersebut, terutama pada siswa baru dan

mahasiswa baru. Seharusnya, masa perkuliahan awal dan masa orientasi siswa merupakan kesempatan bagi siswa dan mahasiswa baru untuk mencari relasi, mengembangkan diri, serta belajar untuk menjadi lebih mandiri. Akan tetapi, sekarang hal itu menjadi lebih sulit untuk dilakukan karena ketidakmampuan siswa dan mahasiswa baru untuk melakukan interaksi secara langsung sehingga hal-hal yang seharusnya menjadi kesempatan emas bagi siswa dan mahasiswa baru pun hilang. Kesehatan mental memiliki peranan yang sangat penting bagi mahasiswa baru untuk beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan yang baru. Tentunya kehidupan di lingkungan kampus dan sekolah jauh berbeda. Mahasiswa baru akan menemukan berbagai macam pergaulan yang sangat beragam serta akan menemukan metode pembelajaran yang berbeda dibanding masa sekolah. Oleh karena itu, secara tidak langsung mahasiswa baru dituntut untuk bisa beradaptasi terhadap lingkungan barunya.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana stress mahasiswa serta siswa dalam melakukan perkuliahan dan sekolah via *online* atau dikenal dengan *school from home* pada kesehatan mental selama pandemik COVID-19.

METODE

Responden penelitian

Subjek penelitian ini yaitu 10 siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dan 10 mahasiswa yang melakukan sekolah daring atau *school from home*.

Desain penelitian

Peneliti menggunakan penelitian kualitatif dengan metode pendekatan fenomenologi yaitu memahami suatu fenomena yang dialami subjek dalam kondisi tertentu.

Metode pengumpulan data penelitian

Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur. Sugiyono (2017) menyebutkan bahwa wawancara semi terstruktur termasuk dalam jenis wawancara dikategori *in-depth interview*. Pelaksanaan wawancaranya lebih bebas jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur. Tujuannya adalah untuk menemukan permasalahan lebih terbuka, dimana informan diminta untuk berpendapat. Peneliti juga melakukan *probing* jika dirasa jawaban informan masih kurang jelas. Sedangkan instrumen dalam penelitian kualitatif adalah peneliti itu sendiri (*human instrument*). Tidak hanya wawancara, penelitian ini juga melakukan observasi, *study document*, serta pemberian skala *General self-efficacy* untuk mengukur tingkatan *self efficacy* yang dimiliki para subjek dalam penelitian ini.

Prosedur penelitian

Penelitian dilakukan selama satu bulan

dengan tahapan penelitian yaitu merancang penelitian serta metode yang digunakan, mencari dan melakukan pengumpulan data, serta melakukan analisis data.

Analisis data

Analisis data, peneliti menggunakan metode pendekatan fenomenologi yaitu metode yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan memberikan gambaran makna dari pengalaman hidup yang dialami oleh individu tentang konsep atau fenomena tertentu yang sudah ditentukan sebelumnya (Neubauer et all, 2019).

HASIL

1. Dampak Pembelajaran Daring Bagi Siswa dan Mahasiswa

Sebagian besar subjek dalam penelitian ini merasa bahwa kuliah online selama pandemi tidak efektif, seperti yang disampaikan oleh subjek sebagai berikut :

"Menurut pengalaman saya selama kuliah online dua semester ini sih secara keseluruhan saya simpulkan tidak efektif. Ada banyak faktor yang menyebabkan ketidakefektifan itu, mungkin saya lebih masukinya ke negatifnya kuliah online. Enaknya kuliah online itu disatu bulan pertama aja, karena deadline tugas masih jelas, tapi makin kesini kok makin banyak gak enaknya. Tugas semakin banyak, tapi materi aja belum disampaikan. Kadang suruh cari materi sendiri, kalau gak gitu cuma dikasih power point tapi gak dijelasin,

cuma suruh baca terus tanya jawab. Apalagi waktu kuliah juga semakin berkurang dan dibatasi, semakin gak paham deh kak. Kalau kuliah offline misal gak paham bisa langsung tanya ke dosen, ke perpustakaan cari referensi, nanya ke temen. Kalau sekarang serba terbatas (RMP)"

Hal tersebut dikarenakan kurangnya pemahaman mahasiswa terkait dengan materi yang disampaikan oleh dosen. Keterbatasan waktu dan minimnya penjelasan dosen juga menjadi salah satu penyebab dari ketidakefektifan tersebut. Selain itu, kendala terkait jaringan, sinyal dapat menghambat dalam proses perkuliahan online.

Adapun hal lain yang dirasakan dari beberapa subjek yaitu, "*banyak gak pahamnya dan tingkat stres, jenuh sama tugas lebih tinggi. Karena sudah sering di rumah aja, tugas banyak dan gak paham semua materi. Badan juga lebih cepat capek karena belajar dan mengerjakan tugas setiap hari didepan laptop dan terlalu lama duduknya. Jadi lebih sensi ketika banyak tugas, emosi gak stabil. Kalau udah males, ngerjainnya mepet deadline. Minus jadi nambah, punggung sering sakit terus emosian alias sensi. (RDA)*"

Hal tersebut dapat disebut para mahasiswa dan siswa mengalami kelelahan dalam akademik atau biasa disebut sebagai *academic burnout* dimana kondisi ini merupakan suatu fenomena psikologis yang

sering terjadi dikalangan pelajar dan mahasiswa. *Academic burnout* didefinisikan sebagai kelelahan emosional karena tuntutan tugas yang dapat memunculkan perasaan tidak kompeten sebagai pelajar, sehingga individu merasa malas untuk melakukan aktifitas belajar karena tidak yakin dengan kemampuannya (Maslach et all, 2015).

Selama masa *lockdown* dan diberlakukannya *school from home* bagi anak-anak dan remaja di rumah dikaitkan dengan ketidakpastian dan kecemasan yang disebabkan oleh gangguan dalam pendidikan, aktivitas fisik, dan peluang sosialisasi mereka (Jiao et all, 2020). Tidak adanya tatanan sekolah yang terstruktur dalam jangka waktu yang lama mengakibatkan terganggunya rutinitas, kebosanan dan kurangnya ide-ide inovatif untuk terlibat dalam berbagai kegiatan akademik dan ekstrakurikuler. Beberapa anak menunjukkan tingkat afek yang lebih rendah karena tidak bisa bermain di luar ruangan, tidak bertemu teman dan tidak terlibat dalam kegiatan sekolah secara langsung (Lee, 2020; Liu et al., 2020; Zhai dan Du, 2020). Anak-anak ini menjadi lebih lekat, mencari perhatian dan lebih tergantung pada orang tua mereka karena perubahan jangka panjang dalam rutinitas mereka.

2. Permasalahan Mental yang Dialami Siswa dan Mahasiswa Selama Melakukan Pembelajaran Daring

Sebagian subjek dan mahasiswa dari penelitian ini merasakan kekhawatiran dan kecemasan akan pembelajaran yang dilakukan selama daring. Dari sebagian besar mereka merasa, pembelajaran daring yang selama ini mereka jalankan membuat mereka memikirkan sampai kapan akan selalu diberlakukan *online* dan bagaimana harus mendapatkan penjelasan secara langsung, keterbatasan informasi dan pengajaran dari guru sehingga membuat mereka merasa kebingungan. Salah satu subjek berpendapat,

“. . . saya sempat berpikir sampai kapan harus sekolah melalui daring, ketika ada informasi sekolah akan dilakukan offline kembali saya sudah sempat senang karena saya dapat mendapatkan penjelasan langsung lagi dan mengejar ketinggalan saya langsung kepada guru, namun ternyata masih belum ada kejelasan dan kepastian kapan sekolah akan dilakukan offline kembali sehingga membuat saya memikirkan hal tersebut. Saya sudah lelah dengan keterbatasan informasi dan penjelasan yang diberikan melalui online”

Subjek lainnya mengatakan, “. . . saya sempat merasa dan memikirkan angkatan diatas saya sangat nyaman tidak merasakan kuliah daring seperti ini. Kadang ketika semuanya serba online seperti ini membuat saya khawatir, kadang saya cemas ketika tidak dapat mengejar dan mendapatkan informasi secara langsung. Setiap hari

hanya tugas-tugas saya diminta mengerjakan dari halaman sekian sampai sekian, penjelasan dan pemahaman terkadang diminta untuk mencari sendiri. Berada didepan laptop berjam-jam pun membuat saya lelah, terutama mata saya. Saya juga terkadang memikirkan, bagaimana nantinya saya ujian apakah harus online sampai kelulusan, saya merasa tidak mengenal teman-teman saya” Hasil ini didukung penelitian lain yang dilakukan oleh Fatimah (2020), mengatakan bahwa proses pembelajaran *e-learning* atau pembelajaran daring yang dilakukan terus menerus diekspektasikan dapat menurunkan kesehatan mental siswa, siswa banyaknya mengalami kecemasan, memiliki rasa khawatir yang berlebihan. Selain itu sering merasa tertekan akibat banyaknya tugas-tugas yang diberikan oleh guru/dosen yang juga menyebabkan mereka kekurangan waktu untuk istirahat.

Hasil penelitian lainnya, menyebutkan beberapa faktor lain yang mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan anak-anak dan remaja yaitu terkait kekhawatiran dan kekhawatiran seputar pendidikan mereka (semua usia), bolos sekolah (semua usia), transisi dan jauh dari sekolah. (usia sekolah dasar), tekanan akademik (usia sekolah menengah), karir mereka (dewasa muda), dan ketidakpastian tentang masa depan secara lebih umum (dewasa muda) (Parlianment, 2020; Waite, 2020). Demikian

pula, yang dirasakan anak-anak dan remaja yang menjalankan *school from home* banyak mengalami kebosanan, tidak dapat bersekolah, kekhawatiran keuangan dan ketidakpastian umum tentang masa depan adalah faktor kunci. mempengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan (Nolan, 2020).

3. Upaya Siswa dan Mahasiswa untuk Menangani Permasalahan Mental Dirinya

Sebagian besar siswa dan mahasiswa dalam penelitian ini mengalami stress selama melakukan pembelajaran via *online* yang berdampak pada kesehatan mental ada yang baik dan kurang baik, diukur melalui *self efficacy* dalam upaya untuk menangani permasalahan yang sedang mereka alami dengan cara menerima dan menyelesaikan tuntutan-tuntutan yang ada selama pembelajaran *daring* berlangsung. Niu (2010) menyebutkan *self efficacy* merupakan hasil dari interaksi lingkungan eksternal dengan mekanisme penyesuaian diri serta kemampuan personal dalam diri individu mengenai pengalaman maupun pendidikan yang dilaluinya. *Self efficacy* memang tidak hadir tanpa sebuah pengalaman, sehingga seseorang akan memiliki *self efficacy* jika sering berinteraksi dengan lingkungan dan pengalaman yang dilaluinya. Rachmah (2013) menyatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang ia miliki.

Sebagian besar siswa dan mahasiswa

dalam penelitian ini memiliki *self efficacy* tinggi dan rendah. Dapat terlihat dari hasil pemberian skala *general self-efficacy* (GSE) yang berisikan 10 aitem pernyataan. Hasil skoring dari pemberian skala GSE terdapat 4 siswa dan 5 mahasiswa memiliki *self efficacy* tinggi, sedangkan sisanya yaitu 6 siswa dan 5 mahasiswa memiliki *self efficacy* rendah. Dapat terlihat dari siswa dan mahasiswa yang memiliki *self efficacy* tinggi, maka mereka akan berusaha untuk meningkatkan kemampuannya agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya seperti menghadapi tugas belajar dengan keinginan besar, seperti yang disampaikan oleh subjek sebagai berikut :

“.... saya belajar dari pengalaman semester kemaren karena saya cenderung pasif saat pembelajaran berlangsung, sehingga nilai saya menurun dikarenakan kurang paham dengan materi yang dijelaskan oleh dosen serta tugas-tugas yang diberikan tidak maksimal saya kerjakan dikarenakan tidak paham dan mencoba mencari bantuan. Sekarang saya lebih aktif saat pembelajaran berlangsung, apabila ada materi yang kurang saya pahami saya akan mengajukan pertanyaan, begitu juga saat pemberian tugas. Apabila saya tidak paham dengan tugas yang diberikan maka saya tidak segan menanyakan langsung kepada dosen via chat ataupun bertanya kepada teman sekelas yang memahami tugas tersebut via chat WA grup kelas. (AMS)”

Subjek lainnya mengatakan “..... syukur alhamdulillah kak saya ikut ruang guru. Jadi kalau ada pelajaran dari guru yang saya tidak pahami dan kadang respon guru saya agak lama kalau saya tanyakan terkait tugas-tugasnya saya bisa tanyakan permasalahan tugas di aplikasi ruang guru karena disana ada ruang obrol bersama kakak tutor jadi sangat membantu saya. Terus itu saya juga tidak menunda terus itu mengatur waktu juga dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan guru jadi tidak keteteran kalau kerjakan tugasnya. Awal-awal sekolah daring ini kalau ada tugas saya terkadang nunda kerjanya kyak nanti aja nunggu teman yang lain yang sudah kerjakan tugasnya. Tapi karna pengalaman kebanyakan tugas-tugas jadi keteteran saya bingung sendiri dan bikin saya stress karna kepepet ngerjain tugasnya hasilnya jadi tidak maksimal dan berpengaruh dengan nilai dari guru, jadi saya tidak mau kejadian yang sama kejadian lagi kak. (TS)”

Sedangkan siswa dan mahasiswa memiliki *self efficacy* yang rendah mereka cenderung akan menghindari masalah yang dihadapinya sehingga hal ini akan menghambat perkembangan selanjutnya. Siswa dan mahasiswa yang memiliki *self efficacy* yang rendah hanya akan pasif dan menunggu pandemic ini akan segera selesai dan tidak berusaha untuk meningkatkan kemampuannya untuk beradaptasi terhadap perubahan proses pembelajaran yang terjadi.

Seperti yang disampaikan oleh subjek berikut:

“sekarang lebih ke pasrah aja ngerjain tugas-tugas kuliah, soalnya udah capek banget kuliah modelan begini. Ngga ada efektifnya sama sekali. Banyak kendala pokoknya selama perkuliahan online ini, belum lagi kalau sementara zoom perkuliahan tiba-tiba jaringan ngga bagus. Terus itu saya ini tipikal yang belajar harus tatap muka baru pahamnya. Kalau online gini biar berapa kalipun dijelasin saya tetep ngga ngerti kak. Belum pula tugas-tugas yang dikasih tuh kadang ngga jelas, kalau kita nanya ke dosesnya malah kena marah dibilangnya lah ngga merhatiin selama zoom kelas tuh... itu juga kalau ada tugas dibagi perkelompokkan gitu bikin saya stress kak, yah gimana gitu terbatas semua kalau mau ngerjain, jadi ngga maksimal kadang suka ada salah paham. Kita kuliah ngga online aja dulu kalau tugas kelompokkan ada salah paham enak diselesaikannya, nah ini kuliah daring kalau salah paham dikit atau apalah gitu kadang temen kelompok ada yang rese ngga nyantumin nama di tugas, ya kalau udah kyak gitu saya pasrah aja. Asli kak capek kuliah modelan gini terus ngga ada kemajuan sama sekali. (MAR)”

Hasil penelitian Septiana (2020) dalam penelitiannya terkait survey efikasi diri mahasiswa Prodi Akuntansi adalah baik dimana hasilnya menunjukkan bahwa

mahasiswa mempunyai keyakinan dapat mempelajari semua materi kuliah dengan usaha keras walaupun materi sulit. Mahasiswa mempunyai sikap positif terhadap kuliah. Mahasiswa yakin dengan berjalanannya waktu akan semakin mampu mempelajari materi kuliah. Mahasiswa yakin dapat terus belajar walaupun terganggu di dalam kelas dan dapat mencapai tujuan akademik yang diinginkan dengan berusaha keras. Mahasiswa yakin mampu mengembangkan cara-cara kreatif untuk mengatasi stres yang terjadi di kuliah dan tetap termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam kuliah. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kesempatan untuk belajar mandiri dengan adanya pembelajaran jarak jauh ini. Mahasiswa dapat meningkatkan motivasi dan *self efficacy* nya agar hasil belajarnya dapat meningkat.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang didapatkan dan telah dijelaskan sebelumnya, didapatkan kesimpulan beberapa dampak dari *school from home* pada sebagian siswa dan mahasiswa yaitu seperti *academic burnout*, memiliki tingkat afek yang lebih rendah akibat tidak adanya sosialisasi dilingkungan sekitar. Sementara dampak pada kesehatan mental seperti banyaknya siswa dan mahasiswa mengalami kecemasan, kekhawatiran akan masa depan,

sering merasa tertekan akan tugas yang banyak.

Untuk mengatasi hal tersebut sebagian subjek melakukan *self-efficacy* dengan cara menerima dan menyelesaikan tuntutan-tuntutan yang ada selama pembelajaran daring berlangsung.

DISKUSI

Dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan fenomena yang muncul terkait kesehatan mental yang dialami oleh siswa dan mahasiswa dalam penelitian yaitu mengalami stress selama melakukan perkuliahan dan sekolah via *online* atau dikenal dengan *school from home*. Untuk melihat kesehatan mental siswa dan mahasiswa, peneliti menggunakan *self efficacy* sebagai alat ukur untuk melihat sejauh mana kesehatan mental yang dialami oleh siswa dan mahasiswa tersebut. Terdapat 11 subjek yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung menghindari banyaknya tugas dan pembelajaran yang mereka rasa sulit atau tidak mereka pahami, mereka juga merasa tidak memiliki keyakinan dapat menyelesaikan tugas tersebut dan cenderung menghindarinya. Sedangkan 9 subjek dalam penelitian yang *self efficacy* tinggi dalam penelitian ini cenderung menghadapi tugas-tugas dan pembelajaran dengan keinginan besar dan lebih tekun berusaha mencari tahu terkait pembelajaran ataupun tugas yang mereka tidak pahami.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Yana, dan Wulandari (2021) terkait pengaruh *self*

efficacy dan motivasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa MTs Al-Khairiyah Mampang Prapatan di masa pandemic COVID-19 menyatakan analisis data penelitian tersebut memberikan hasil *self efficacy* dan motivasi dalam belajar berpengaruh positif terhadap hasil pembelajaran matematika. Siswa dengan *self efficacy* yang tinggi dalam belajar akan lebih menunjukkan kegigihan dalam mempelajari materi pelajaran meskipun dalam kondisi pandemi yang membuat siswa lebih banyak belajar melalui daring. Dari keyakinan diri yang tinggi akan menimbulkan motivasi belajar tinggi pula. Saat menghadapi soal matematika yang lebih menantang, siswa dengan *self efficacy* dan motivasi yang cukup tinggi akan gigih dan pantang menyerah dalam memecahkan masalah tersebut, bila dibandingkan dengan siswa yang *self efficacy* dan motivasi belajarnya rendah. Tentunya akan berpengaruh kepada hasil dari proses belajar matematika siswa tersebut.

Hasil penelitian lainnya Sucitno, Sumarna, dan Silondae (2020) menyatakan bahwa terdapat pengaruh *self efficacy* secara signifikan terhadap motivasi belajar siswa SMA Negeri 1 Wawotobi, dan *self efficacy* memberikan sumbangan efektif terhadap motivasi belajar siswa SMA Negeri 1 Wawotobi sebesar 20% dalam penelitian terkait pengaruh *self efficacy* terhadap motivasi belajar pada siswa. Zega (2020) dalam penelitiannya terkait hubungan *self efficacy* terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran matematika menyatakan bahwa ada hubungan antara *self efficacy* terhadap

motivasi belajar siswa dalam pembelajaran matematika. Penelitian ini menyatakan bahwa hasil *self efficacy* memiliki hubungan yang sedang dalam keberhasilan siswa dalam pembelajaran, ditambah dengan motivasi yang tinggi maka keyakinan siswa dalam menyelesaikan tugas-tugas mata pelajaran matematika akan memperoleh hasil yang semaksimal mungkin.

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi kedepannya bagi tenaga pengajar dan orangtua untuk dapat lebih memperhatikan peserta didiknya. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah diharapkan peneliti lain lebih memperhatikan indicator lainnya yang timbul terkait keseharian mental siswa dan mahasiswa selama pembelajaran daring berlangsung tidak hanya stress dan meneliti lebih dalam mengenai kesehatan mental yang dialami dan dirasakan oleh peserta didik dalam menjalankan *school from home*.

DAFTAR PUSTAKA

- Du Plessis, M. (2019). *Coping with occupational stress in an open distance learning university in South Africa*. *Journal of Psychology in Africa*, 29(6), 570–575.
- Fatimah, S., & Mahmudah. U. (2020). *How E-Learning Affects Students Mental Health During covid-19 Pandemic: An Empirical Study*. *Jurnal Riset Pedagogik*, 4(1), 114–124.

- Guessoum, S. B., Lachal. J., Radjack. R., Carretier. E., Manissian. S., Benoit. L., & Moro. R, M. (2020). *Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown*. *Psychiatry Research*, 291, 1-6.
- Jiao, W.Y., Wang, L.N., Liu, J., Fang, S.F., Jiao, F.Y., Pettoello-Mantovani, M., Somekh, E., (2020). *Behavioral and emotional disorders in children during the COVID-19 epidemic*. *J. Pediatr*, 221, 264-266.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *SIARAN PERS Nomor: 137/sipres/A6/VI/2020*. Retrieved from [Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan » Republik Indonesia \(kemdikbud.go.id\)](http://Kementerian%20Pendidikan%20dan%20Kebudayaan%20»%20Republik%20Indonesia%20(kemdikbud.go.id))
- Lee, J. (2020). *Mental health effect of school closures during COVID-19*. *Lancet Child Adolescent Health*, 395(4), 912-20.
- Leung, C.C., Lam, T.H., & Cheng, K.K. (2020). *Mass masking in the COVID-19 Epidemic: People need guidance*. *The Lancet*, 395(10228), 945-947.
- Liu, J.J., Bao, Y., Huang, X., Shi, J., Lu, L., (2020). *Mental health considerations for children quarantined because of COVID-19*. *Lancet. Child Adolesc. Health* 4(5), 347–349.
- Marotz, L.R. & Ellen, K.E. (2013). *Developmental profiles: Pre-Birth through adolescence* (7th ed). California: Wadsworth.
- Maslach, C. (2015). *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences* (2nd Editio; J. D. Wright, Ed.). Elsevier Ltd.
- Miller, P.H. (2011). *Theories of developmental psychology* (5th ed). New York: Worth Publishers.
- Niu, H. J. (2010). *Investigating the effects of self-efficacy on foodservice industry employees' career commitment*. *International Journal of Hospitality Management*, 29(4), 743-750.
- Rachmah, D. N. (2013). *Hubungan self eficiecy, coping stress, dan prestasi akademik*. *Jurnal Ecopsy*, 1(1), 1-2.
- Rachmah, D. N., Mayangsari, M. D., & Akbar, S. N. (2015). *Motivasi belajar sebagai mediator hubungan kecerdasan adversitas dan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang aktif berorganisasi*. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 34(2), 211-221.
- Sari, D. P., Yana., & Wulandari, A. (2021). *Pengaruh self efficacy dan motivasi belajar terhadap hasil belajar matematika siswa*

- MTs Al-Khairiyah Mampang Prapatan di masa pandemi covid-19. Jurnal Ilmu Pendidikan (JIP) STKIP Kusuma Negara, 13(1), 1-11.*
- Septiana. Y. (2020). *Survey Efikasi Diri Mahasiswa Prodi Pendidikan Akutansi Pada Masa Pembelajaran Jarak Jauh. Jurnal Ekonomi dan Pendidikan, 17(2),* 83-97.
- Sucitno, F., Sumarna, N., & Silondea, D. P. (2020). *Pengaruh self efficacy terhadap motivasi belajar pada siswa. Jurnal SUBLIMAPSI, 1(3),* 114-119.
- The Scottish Youth Parliament YouthLink Scotland Young Scot. (2020). *Lockdown Lowdown - what young people in Scotland are thinking about COVID-19.* Retrieved from <https://static1.squarespace.com/static/5cee5bd0687a1500015b5a9f/t/5ea073984d99ec29cbb88ff3/1587573666737/LockdownLowdown+Topline+Results.pdf>
- Waite P, Moltrecht B, McElroy E, Creswell C. (2020). *Report 02: Covid-19 worries, parent/carer stress and support needs, but child special educational needs and parent/carer work status.* Oxford
- Wang, G., Zhang, Y., Zhao, J., Zhang, J., & Jiang, F. (2020). *Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. The Lancet, 395(10228),* 945-947.
- Wang, S., Wen, X., Dong, Y., Liu, B., & Cui, M. (2020). *Psychological influence of coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic on the general public, medical workers, and patients with mental disorders and its countermeasures. Psychosomatics, 61(6),* 616-624.
- World Health Organization. (2003). *Kesehatan Mental dalam Kedaruratan.* Retrieved from Aspek Mental dan Sosial Kesehatan Masyarakat yang Terpapar Stresor yang Ekstrem. Retrieved from https://www.who.int/mental_health/resources/mental_health_in_emergencies_bahasa.pdf
- Yayan, M., Yuniarrahmah, E., & Anward, H. H. (2017). *Gambaran regulasi diri dan perilaku kenakalan seksual pada remaja di Batulicin. Jurnal Ecopsy, 3(2),* 82-87.
- Yuniarrahmah, E., & Rachmah, D. N. (2016). *Pola asuh dan penalaran moral pada remaja yang sekolah di madrasah dan sekolah umum di Banjarmasin. Jurnal Ecopsy, 1(2),* 43-50.
- Zega, Y. (2020). *Hubungan self efficacy terhadap motivasi belajar dalam pembelajaran matematika. Jurnal Ilmiah*

DIDAKTIK IKIP Gunungsitoli, 14(1), 2410-2416.

Zhai, Y., Du, X., (2020). Mental health care for

international Chinese students affected by the COVID-19 outbreak. *Lancet Psychiatry* 7(4), 22.

PENGARUH KONFIGURASI RUANG TERHADAP RASA AMAN PENGHUNI PADA RUSUNAWA PENJARINGAN JAKARTA UTARA

***IMPACTS OF SPACE CONFIGURATION ON THE SECURITY OF
RESIDENTS IN RUSUNAWA PENJARINGAN, JAKARTA UTARA***

ILMAN BASTHIAN S¹

Fakultas Teknik Sipil dan Perencanaan, Universitas Trisakti

Email: ¹ilmanbs@gmail.com

Abstrak. Rumah susun sederhana sewa (rusunawa) merupakan bangunan dengan fungsi hunian yang dirancang untuk Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR) yang dianggap rentan secara ekonomi sehingga memerlukan dukungan lebih dari pemerintah dalam hal pemenuhan kebutuhan pokok berupa tempat tinggal yang layak. Penulisan ini bertujuan untuk menggali tentang proses terbentuknya persepsi rasa aman penghuni terhadap unit huniannya pada rusunawa dan menemukan faktor-faktor desain arsitektur yang berpengaruh terhadap rasa aman penghuni terhadap unit huniannya pada rusunawa, hingga dapat ditentukannya kriteria desain arsitektur yang optimal dalam perwujudan rasa aman penghuni terhadap unit huniannya pada rusunawa. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif interpretatif. Deskriptif terkait dengan penyajian temuan data-data kualitatif agar mudah dipahami, kemudian dilakukan interpretasi untuk menemukan pemahaman baru. Lebih lanjut, ditemukan bahwa diperlukan perbaikan terhadap konfigurasi elemen ruang dan jalur pergerakan terkait dengan keamanan dan diperlukan beberapa upaya yang untuk perbaikan kondisi keamanan pada Rusunawa Penjaringan.

Kata Kunci: konfigurasi ruang, rasa aman, rusunawa, perilaku.

Abstract. Simple rental flats (rusunawa) are buildings with residential functions designed for Low-Income People (MBR) who are considered economically vulnerable so that they require more support from the government in terms of meeting basic needs in the form of decent housing. This writing aims to explore the process of forming the perception of a sense of security for residents against their residential units in Rusunawa and find architectural design factors that affect the sense of security of residents against their residential units in Rusunawa, so that optimal architectural design criteria can be determined in the realization of a sense of security of residents against the residential unit is in the Rusunawa. The method used in this research is a descriptive qualitative interpretive method. The descriptive is related to the presentation of the findings of qualitative data so that they are easy to understand, then interpretation is carried out to find new understanding. Furthermore, it was found that it was necessary to improve the configuration of space elements and movement paths related to security and that several efforts were needed to improve security conditions at Penjaringan Flats.

Key words: space configuration, sense of security, social housing, behavior.

PENDAHULUAN

Rumah susun sederhana sewa (rusunawa) merupakan bangunan dengan fungsi hunian yang dirancang agar terjangkau untuk Masyarakat Berpenghasilan Rendah (MBR) yang dianggap rentan secara ekonomi sehingga memerlukan dukungan lebih dari pemerintah dalam hal pemenuhan kebutuhan pokok, dalam hal ini penyediaan papan atau tempat tinggal yang layak (Rambe, 2008).

Rusunawa Penjaringan di Jakarta Utara adalah salah satu rusunawa yang diperuntukkan bagi MBR. Rusunawa Penjaringan dihuni oleh 378 kepala keluarga dari 396 unit hunian yang ada. Menurut pengelola Rusunawa Penjaringan, kini yang tersisa hanya 210 unit. Dari hasil penelusuran pada laman internet dengan kata kunci rumah susun Penjaringan Jakarta Utara, didapat pemberitaan tentang hal-hal negatif yang terjadi disana, antara lain seperti tidak tersisinya sebagian unit hunian, kawasan lingkungan yang terlantar dan tidak terpelihara, praktik prostitusi terselubung, penggerebekan sarang narkoba, kerusuhan dan penjarahan, terakhir kali terjadi pada 4 November 2016².

MBR adalah rumah tangga (di dalamnya termasuk suami-istri) yang memiliki tingkat penghasilan Rp. 3.500.000,- s/d Rp. 5.500.000,- per bulan³. MBR dengan penghasilan tersebut pada umumnya lebih

fokus pada pemenuhan kebutuhan pokok, dan belum berkemampuan secara swadaya untuk mengadakan peralatan keamanan berbiaya mahal. Menurut keterangan dari Unit Pengelola Rumah Susun (UPRS) setempat, sebagai rusunawa MBR, Rusunawa Penjaringan tidak memiliki sistem keamanan menggunakan peralatan canggih seperti instalasi CCTV, dikarenakan alokasi biaya operasional pengelolaan yang sangat terbatas, sekedar mempekerjakan beberapa orang penjaga keamanan (petugas *security*) untuk keseluruhan blok yang ada.

Penghuni Rusunawa Penjaringan sering mengeluhkan tingginya frekuensi tindak kriminalitas, yang berdampak pada kondisi lingkungan hunian rusun yang tidak aman, sementara Siskamling yang dicanangkan oleh pihak RT/RW setempat pun tidak berjalan dengan lancar karena padatnya kesibukan warga dengan pekerjaanya. Sementara menurut Ariyanti, 2018, seharusnya masyarakat berpenghasilan rendah juga berhak memiliki kondisi lingkungan tempat tinggal yang nyaman, aman dan layak. Rusunawa sebagai hunian vertikal karena keterbatasan lahan di perkotaan, merupakan upaya agar rumah tangga MBR dapat tetap menempati hunian dengan jaminan aspek keamanan, kenyamanan, kelayakan dan keberlanjutan.

Menurut Abraham Maslow, dalam Rambe,

2008; ada 5 (lima) tingkatan dari kebutuhan manusia yang dimulai dari kebutuhan yaitu fisiologis, rasa aman, sosial, ke-aku-an (*ego needs*), dan perwujudan diri (*self-actualization needs*). Jika kebutuhan pada tingkat yang lebih rendah belum terpenuhi secara pantas, maka biasanya akan sukar untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan di atasnya dengan baik. Terlepas dari aspek fisik bangunan, Norberg-Schulz dalam “*Intention in Architecture*” (1966) menerangkan bahwa fungsi dari suatu bangunan dapat dilihat dari 4 (empat) parameter, yaitu kontrol fisik, kerangka aktivitas, *social milieu*, dan simbolisasi kultural, dimana arsitektur dapat dipandang sebagai objek instrumen budaya yang berkaitan erat dengan ideologi, nilai agama, nilai moral, dan nilai ekonomi penghuni/masyarakat. Karena hal tersebut, maka selain untuk memenuhi kebutuhan fisik, unit rusun juga berfungsi memenuhi kebutuhan aktivitas sosial dan rasa aman manusia.

Penulisan ini bertujuan untuk menggali tentang proses terbentuknya persepsi rasa aman penghuni terhadap unit huniannya di rusunawa. Secara lebih lanjut, penulisan ini bermaksud menemukan faktor-faktor desain arsitektur yang berpengaruh terhadap rasa aman penghuni di rusunawa, sehingga dapat ditemukan kriteria desain arsitektur yang optimal dalam membangun persepsi rasa aman penghuni terhadap unit huniannya di

rusunawa.

¹ Unit Pengelola Rusun Penjaringan, 2016.

² www.tempo.co.id (8 Desember 2016).

³ Permenpera No. 27 Tahun 2012 dan Permenpera No. 28 Tahun 2012.

METODE

Menurut Poerwandari (2005), penelitian kualitatif mengolah dan menghasilkan data yang sifatnya deskriptif, seperti wawancara dan observasi. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif interpretatif. Metode deskriptif digunakan karena terkait dengan penyajian temuan data-data melalui cara yang lebih mudah dipahami, yaitu salah satunya dengan cara deskripsi/penggambaran. Sedangkan metode kualitatif digunakan terkait dengan data fisik dan non fisik yang didapatkan dari hasil observasi lapangan berupa gambaran secara kualitatif. Interpretasi atau penafsiran digunakan sebagai analisis tahap akhir untuk mengaitkan antara analisis fisik tipologi berdasarkan elemen bangunan, dengan analisis non fisik berupa kegiatan penghuni di rumah susun. Sehingga metode deskriptif kualitatif interpretatif dipilih karena sesuai dengan bentuk data dan tujuan yang diharapkan dari penelitian ini.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi pengamatan langsung terhadap blok

Rusunawa Penjaringan meliputi komponen ruang unit hunian dan komponen ruang pada beberapa area publik yang kemungkinan dirasakan tidak aman.

Analisis data dilakukan pada beberapa komponen, yaitu melalui studi Evaluasi Purna Huni (EPH) atau *Post Occupancy Evaluation (POE)* terhadap beberapa komponen ruang pada Rusunawa Penjaringan. Studi EPH dipilih karena dianggap memungkinkan, sehubungan penemuan yang ingin diperoleh adalah penilaian atas hasil penggunaan sebuah desain ruang, untuk menjadi input pada proses desain selanjutnya atau untuk pembangunan kembali (Indra, 2001). Studi EPH yang dilakukan meliputi 2 hal pokok, yaitu elemen fisik bangunan dan aktivitas kegiatan fungsional. Dari 3 tipe rusunawa tersebut ditemukan elemen fisik dan aktivitas fungsi yang sama dan berbeda pada unit hunian, pintu masuk utama, pintu masuk samping, teras, lobi, tangga darurat, lorong, tangga utama, dan depan pintu masuk, yang merupakan komponen ruang yang kemungkinan dirasakan tidak aman.

Kriteria konfigurasi ruang yang dapat memberikan rasa aman mencakup (Suriansyah, 2012):

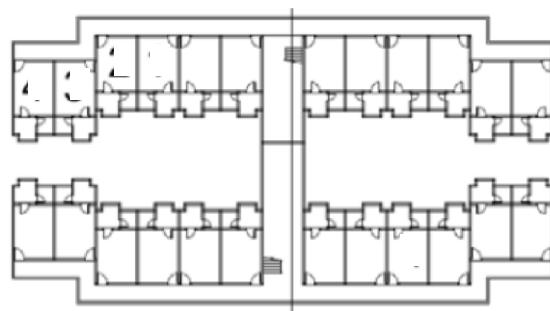
- (1) Keterpantauan dari luar atau dari dalam bangunan
- (2) Kejelasan pendefinisian antara zona publik dan privat
- (3) Batas fisik untuk zona publik dan

privat

(4) Batas akses publik ke zona privat.

(5) Batas pelayanan jumlah unit.

Beberapa kriteria tersebut sangat terkait dengan bagaimana penghuni dapat mengawasi dan memantau secara visual berbagai aktivitas yang terjadi dalam ruang-ruang dalam bangunan, ataupun melalui mekanisme kontrol sosial, yang implikasi lebih jauhnya adalah terhadap kehadiran atau persepsi rasa aman yang muncul atas ruang-ruang tersebut oleh penghuni rusunawa.



Gambar 1. Konfigurasi unit hunian pada lantai tipikal

Berdasarkan kriteria tersebut, peneliti melakukan observasi pengamatan langsung di lokasi Rusunawa Penjaringan pada titik lokasi unit hunian, pintu masuk utama, pintu masuk samping, teras, lobi, tangga darurat, lorong, tangga utama, dan depan pintu masuk, dengan frekuensi pengamatan 2 kali sehari, selama beberapa hari dalam satu bulan untuk mencatat data-data temuan dan memperoleh gambaran secara deskriptif hasil wawancara mengenai rasa aman penghuni terhadap konfigurasi ruang di Rusunawa Penjaringan.

HASIL

Berdasarkan hasil observasi pengamatan pada beberapa titik lokasi ruang di Rusunawa Penjaringan, didapatkan beberapa hasil, yaitu pintu masuk utama sangat mudah dipantau dari jalan luar kompleks karena letaknya bersinggungan dengan area luar, namun karena bangunan Rusunawa Penjaringan ini terletak di jalan lingkungan, tidak langsung bersinggungan dengan jalan kota, maka visibilitasnya tidak terlalu signifikan. Adapun pintu masuk samping, karena letaknya yang hampir tegak lurus terhadap Jalan Tanah Pasir, maka tidak sepenuhnya sesuai dengan kriteria pengamatan. Pada area timur berbatasan dengan jalan yang seberangnya terdapat bangunan permukiman tetangga yang orientasinya ke jalan sebelah tersebut, jadi pada bagian timur bangunan rusunawa visibilitas dari jalan cukup terbuka terhadap permukiman tetangga.

Teras di lantai satu dapat diakses langsung dari pintu masuk utama bangunan, visibilitasnya sama dengan pintu masuk utama, terlihat namun hanya pada area sekitaran dalam kompleks. Perlu dicatat bahwa pada lantai dasar dan halaman, terdapat bangunan semi permanen berupa warung dan semacam saung/gazebo yang digunakan untuk duduk-duduk warga sambil mengobrol. Bangunan tersebut relatif berhadapan dengan area pintu masuk utama,

teras dan lobi, sehingga dari tempat itu orang dapat mengamati siapa yang datang dan pergi serta lalu-lalang di sekitarnya. Semua orang dapat masuk pada area ini, tanpa ada kontrol. Sedangkan pada lantai dasar, untuk masuk ke area ini, terlebih dahulu akan melalui pos jaga untuk diperiksa. Setiap orang yang akan masuk, bila dianggap sebagai orang yang tidak dikenal, maka oleh petugas akan ditanya terlebih dahulu.

Sering kali terjadi, ada orang yang dengan bebas masuk menggunakan tangga sampai ke lobi di lantai 5, namun pasti akan ditanya terlebih dahulu keperluannya jika berpapasan dengan salah seorang penghuni. Dapat disimpulkan bahwa, *defensible space* berlangsung pada Rusunawa Penjaringan. Konsep *defensible space* ialah upaya mengelompokkan unit tempat tinggal dengan cara tertentu, dengan membatasi jalur pergerakan, mendefinisikan batas area kegiatan dan hubungannya dengan area lain, menyediakan pengawasan visual untuk memisahkan mana penghuni dan yang bukan, pengaturan fungsi ruang dan pengguna yang telah ditentukan sebelumnya, untuk menciptakan keamanan mandiri dalam bangunan (Newman, 1973). Hal tersebut juga nampak pada bagian lorong lantai satu yang diblokade dengan dipasang pagar teralis berpintu yang selalu dalam keadaan terkunci. Adapun lorong lantai dua sampai dengan lima dibiarkan dalam keadaan terbuka.

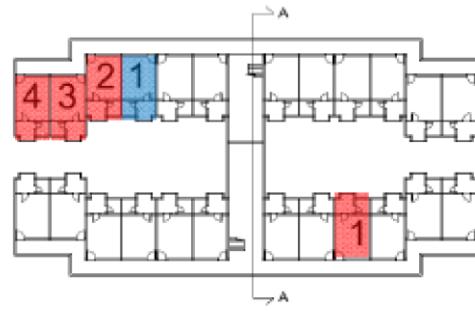
Tangga utama bersinggungan langsung dengan lobi, sehingga tangga dan teras dapat terpantau dari luar, namun tangga utamanya sendiri terletak agak masuk ke arah dalam, sehingga agak sulit terlihat dari luar, bahkan tidak terlihat dari arah lorong atau dari unit hunian. Pintu masuk dan tangga darurat pada bagian lorong yang semi terbuka menyebabkan dapat terlihat dari area luar dan dari unit hunian.

Jumlah unit hunian per lantai yaitu berjumlah 12 unit, sehingga, masih memungkinkan bagi penghuni untuk saling mengenal satu sama lain. Hampir setiap ruang bersama yang ada dapat terpantau kegiatan sehari-hari disana oleh warga. Ada kebiasaan warga untuk duduk-duduk di depan pintu unit hunian, dan di lorong/selasar yang menghubungkan antara dua blok. Ruang publik tersebut dapat dengan mudah diakses oleh orang luar, walaupun secara spontan penghuni biasanya menanyakan maksud dan tujuannya bila terlihat ada orang luar yang masuk.

Secara lebih rinci, untuk masing-masing komponen ruang, dapat diuraikan sebagai berikut. Pada blok warga, pintu masuk utama (PPU01), pintu masuk samping (PPS01), teras (STR-01), lobi (SLO01), dan tangga darurat (PTD01), merupakan komponen ruang yang kemungkinan dirasakan tidak aman. Adapun lorong (SLR01), tangga utama (PTU01), dan depan pintu masuk (PDP01) merupakan komponen ruang yang dirasakan aman oleh

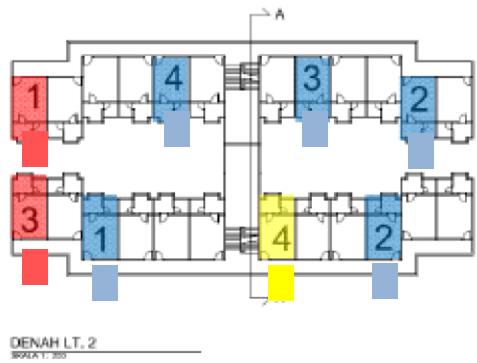
penghuninya.

Perasaan aman tersebut dimungkinkan terkait dengan lamanya tinggal dan kontrol/akses visual terhadap komponen ruang tersebut. Penghuni kebanyakan sudah tinggal disana sejak rusunawa tersebut dibangun (kurang lebih 27 tahun). Banyak terdapat unit hunian yang kosong dan sudah tidak berpenghuni yang berakibat pada peningkatan rasa tidak aman pada area tersebut, kemungkinan akibat minimnya kontrol sosial di sana. Beberapa aspek yang sifatnya non-spasial dapat mempengaruhi rasa aman para penghuni. Secara spasial PPU01, PPS01, TER, SLO01, dan PTD01 merupakan tempat yang sangat mudah diakses publik bila dibandingkan dengan SLR01, PTU01, dan PDP01.

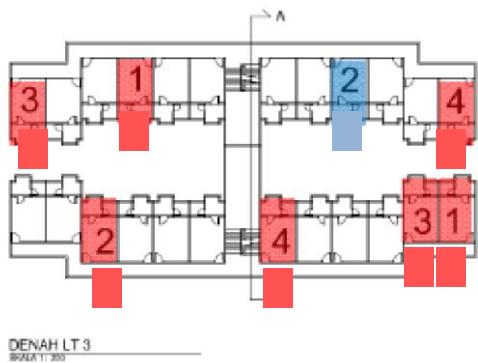


DENAH LT. DASAR (1)

Gambar 2. Konfigurasi unit hunian yang kosong pada lantai dasar (1).



Gambar 3. Konfigurasi unit hunian yang kosong pada lantai 2.



Gambar 4. Konfigurasi unit hunian yang kosong pada lantai 3.

Dari semua yang diamati, urutan komponen ruang yang kemungkinan dirasa aman hingga tidak aman yaitu tangga utama, pintu masuk utama, depan pintu masuk, lorong, lobi, teras dan terakhir yang paling dirasa tidak aman adalah pintu masuk samping dan tangga darurat, dengan kualitas yang bermiripan.

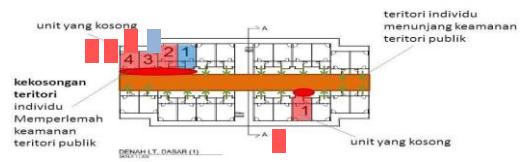
Adapun lokasi unit yang dirasa tidak aman pada terdapat pada lantai 1 area dekat ujung, di lantai 2 serta 3 pada area tengah dan pada lantai 4 pada area dekat ujung.

Posisi unit dekat ujung memang dekat dengan

tangga darurat dan pintu masuk samping, yang pada lantai dasar langsung terhubung dengan luar unit bangunan termasuk kategori tidak aman. Ruang tidur merupakan area dalam unit yang paling dianggap aman. Itu menunjukan bahwa makin privat sifat sebuah ruang, makin dapat dipersepsi memberi rasa terlindungi. Demikian pula sebaliknya, makin publik sifat sebuah ruang, makin dipersepsi kurang memberikan rasa aman. Sebagai penjelasan tambahan, bahwa terdapat unit ujung pada lantai 1 yang dianggap aman, hal itu merupakan pengecualian, karena pada lantai tersebut ujung lorong dipasang pagar teralis berpintu yang selalu dalam keadaan terkunci. Ini sekaligus menjadi catatan bahwa pagar teralis secara psikologis dapat memberikan persepsi rasa aman.

Dalam area unit hunian, ruang tidur dan ruang tamu merupakan ruang yang kemungkinan paling dipersepsi paling aman bagi penghuninya; pada urutan selanjutnya ruang duduk dan toilet. Kemudian balkon dan tempat jemur merupakan ruang yang paling dipersepsi tidak aman.

KAJIAN TEORI



Studi Kasus : Rusun Dukuh Semer ,Cirebon

Gambar 5. Analisis Teritorial Space pada Konfigurasi unit hunian yang kosong.

Pada area ujung dan dekat ujung kemungkinan lebih banyak yang merasa tidak aman jika diperbandingkan dengan responden yang tinggal pada area tengah. Hal ini dimungkinkan terjadi karena pada beberapa unit hunian yang kosong tidak terdapat kontrol oleh lingkungan sekitarnya, sehingga berpengaruh terhadap keamanan area publik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis fisik elemen bangunan melalui pengamatan langsung dan pemahaman denah *layout* lantai rusunawa, serta analisis non fisik kegiatan penghuni di rumah susun melalui wawancara kepada responden tentang konfigurasi ruang dan jalur sirkulasi yang mendukung hadirnya persepsi rasa aman oleh penghuni rusunawa, dapat dipahami bahwa zona yang kemungkinan lebih memunculkan rasa aman adalah zona yang makin penuh terisi penghuninya. Dapat disimpulkan pula bahwa kadar keterisian dan kekosongan hunian berbanding lurus dengan persepsi rasa aman penghuni. Makin tinggi tingkat kekosongan hunian pada satu lantai, maka makin dipersepsikan rasa tidak aman. Makin tinggi tingkat keterisian hunian, maka makin dirasa lebih aman.

Urutan komponen ruang publik di dalam bangunan rusunawa berdasarkan

kemungkinan persepsi rasa aman sampai dengan tidak aman yaitu peringkat pertama tangga utama (PTU01), pintu masuk utama (PPU01), depan pintu masuk (PDP01), lorong (SLR01); peringkat kedua adalah kelompok teras (STR01) dan lobi (SLO01), dan peringkat ketiga adalah tangga darurat (PTD01), dan pintu masuk samping (PPS01). Komponen ruang lebih banyak yang dirasakan tidak aman oleh penghuninya dibanding dengan pada jalur sirkulasi. Hal itu menggambarkan kembali bahwa jalur sirkulasi merupakan zona publik yang lebih terpantau oleh kegiatan sehari-hari penghuni, dibanding dengan komponen ruang berupa titik-titik yang bersifat lebih privat (semi publik).

Pada ruang bersama dalam rusunawa pun demikian, jalur sirkulasi akan lebih dipersepsikan lebih aman bagi penghuni. Pada unit hunian, tempat jemur merupakan ruang yang sangat bersinggungan dengan area luar, sehingga memiliki alasan kuat bila ruang tersebut dianggap kurang dapat memberi persepsi rasa aman.

Pada area ujung dan dekat ujung kemungkinan lebih banyak yang mempersepsikan tidak aman, dibanding dengan responden yang tinggal pada area tengah. Hal ini dimungkinkan terjadi karena terdapat beberapa unit hunian yang tak berpenghuni sehingga tak terkontrol oleh lingkungan sekitar, hal ini berpengaruh

terhadap persepsi rasa aman area publik.

DISKUSI

Upaya yang dapat dilakukan untuk perbaikan kondisi keamanan pada Rusunawa Penjaringan, pada ruang publik dalam bangunan di antaranya dengan:

1. Lubang tangga darurat dapat dibatasi hanya boleh digunakan oleh penghuni saja, terutama yang menempati unit hunian pada area ujung.
2. Pegangan *railing* pada lorong dibuat transparan, sehingga lobi dapat terpantau dari luar.
3. Pada lobi, perlu ditempatkan cermin yang dapat memantulkan bayangan bila ada kegiatan di area tersebut, dan dapat terpantau oleh penghuni yang sedang duduk-duduk di lorong.
4. Jika terdapat rencana rehab total bangunan, disarankan didesain ulang dengan menggunakan konfigurasi ruang yang memungkinkan kontrol sosial bisa tetap berjalan optimal walaupun ada terdapat kekosongan pada beberapa unit hunian.

Adapun pada unit hunian, perbaikan kondisi dapat dilakukan dengan:

1. Tempat jemur yang kurang terpantau dari dalam unit hunian, lebih bagus jika dibuat agar lebih dapat terpantau dari dalam unit hunian.
2. Cermin perlu dipasang pada beberapa

tempat yang memungkinkan penghuni dapat memantau kegiatan yang berlangsung untuk meningkatkan kontrol sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Norberg-Schulz, *Intention in Architecture*. MIT Press: 1966.
- Rambe, Armaini, Hartoyo, Emmy S Karsin. (2008). Analisis Alokasi Pengeluaran Dan Tingkat Kesejahteraan Keluarga. *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen Institut Pertanian Bogor*, 1(1), 16-28.
- Atkitson, Rita L. (1983). Pengantar Psikologi Jilid I, Jakarta: Erlangga.
- Bell, Paul A., Fisher, Jeffrey D., Loomis, Ross J. (2001). *Environmental Psychology*, Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Poerwandari, E.K. (2005). Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia. Depok: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran Dan Pendidikan Psikologi (LPSP3).
- Purwantini, Julianti. (1988). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kebetahan Penghuni Rumah Susun Sewa Harian*. Tesis Magister Sains Ilmu Lingkungan (Tidak dipublikasi). Jakarta: Fakultas Pascasarjana Universitas Indonesia.
- Indra C, R.D. (2001). *Evaluasi Pasca Huni Rumah Susun Sederhana Kota Baru*

- Bandar Kemayoran (Ditinjau dari Aspek Arsitektur, Lingkungan dan Perilaku).* Tesis Magister Sains Ilmu Lingkungan (Tidak dipublikasi). Jakarta: Universitas Indonesia.
- Altman, Irwin, Joachim F. Wohlwill. (1980). *Environment and Culture, Human Behavior and Environment* Vol. 4. Springer Science & Business Media.
- Newman, Oscar. (1972). *Defensible Space and Design in the Violent City*, London: The Architectural Press.
- MacSai, John. (1980). *Housing*. Hoboken: Wiley Publisher.
- Suriansyah, Yasmin (2012). *Konfigurasi elemen fisik spatial di rumah susun Dukuh Semar Cirebon*. Bandung: Universitas Katolik Parahyangan.
- Newman, Oscar (1973). *Defensible Space: Crime Prevention Through Urban Design*. New York: Collier Books.
- Ariyanti, Gea Feroza. (2018). *Penilaian Livability Rumah Susun Sederhana Sewa di Rusunawa Dandangan, Kota Kediri*. Diss. Institut Teknologi Sepuluh Nopember.
- Sumber: Unit Pengelola Rusun Penjaringan (2016). diolah oleh penulis.

Pendekatan *Healing Environment* Dalam Arsitektur Terhadap Dampak Psikologis di Era Pandemi

The Healing Environment Approach in Architecture Against Psychological Impact in the Pandemic Era

HIDAYAT HI. MUHAMMAD¹, GREIS MATUALAGE²

Fakultas Magister Arsitektur, Universitas Sam Ratulangi

Email: ¹muhammadbidox@gmail.com

Abstrak. Pandemi COVID-19 melanda indonesia dan dunia, mengakibatkan berbagai dampak pada lapisan masyarakat, selain berdampak pada kesehatan fisik, permasalahan turunan yang timbul akibat pandemi turut serta mempengaruhi kondisi psikologis masyarakat. *Healing Environment* merupakan sebuah pendekatan konsep dalam menciptakan sebuah lingkungan binaan untuk mendukung proses penyembuhan yang awalnya difokuskan pada lingkungan tempat pelayanan kesehatan. Penelitian ini merupakan pendekatan interdisipliner dengan menggunakan metode penelitian studi pustaka, melalui kegiatan telaah pustaka (*Literature review*), kajian teori serta tinjauan teoritis. Penelitian ini mengemukakan tentang *Healing Environment* dalam arsitektur melalui pembentukan lingkungan binaan seperti ruang luar maupun ruang dalam serta penerapannya tidak hanya dibatasi pada fasilitas pelayanan kesehatan tetapi dapat diterapkan pada ruang publik dan ruang-ruang keluarga seperti rumah tinggal. *Healing Environment* dengan pendekatan tiga unsur terhadap proses penyembuhan yaitu Lingkungan alam untuk energi positif, unsur Psikologi sebagai sugesti positif terhadap kesehatan psikis serta unsur Panca indra manusia melalui konsep material yang mengindikasikan warna dan tekstur serta pencahayaan yang menghidupkan suasana dapat menekan dampak buruk psikologis di era pandemi COVID-19.

Kata Kunci : *Healing Environment*, Arsitektur, Psikologis, Pandemi

Abstract. The COVID-19 pandemic has hit Indonesia and the world, resulting in various impacts on society. In addition to having an impact on physical health, derivative problems that arise due to the pandemic also affect the psychological condition of the community. *Healing Environment* is a conceptual approach in creating a built environment to support the healing process, which was initially focused on the healthcare environment. This research is an interdisciplinary approach using literature study research methods, through literature review activities, theoretical studies and theoretical reviews. This study proposes the *Healing Environment* in architecture through the formation of the built environment such as outdoor and indoor spaces and its application is not only limited to health care facilities but can be applied to public spaces and family rooms such as residences. *Healing Environment* with an element approach to the healing process, namely the

Natural Environment for positive energy in health, Psychological elements as positive suggestions for psychological health and elements of the Human Senses, through material concepts that indicate color and texture as well as lighting that enlivens the atmosphere can reduce the negative impact of psychology in the era of the COVID-19 pandemic.

Key word : *Healing Environment, Architecture, Psychological, Pandemic*

PENDAHULUAN

Pandemi merupakan bencana epidemi yang skala penyebarannya meliputi batas-batas internasional serta berdampak dan mempengaruhi banyak manusia yang bersumber pada sebuah penyakit menular (Dumar, 2009). Pada tahun 2019, Indonesia serta dunia internasional diperhadapkan dengan situasi krisis kesehatan dengan menyebarnya infeksi *coronavirus-2019*. Infeksi ini mengakibatkan timbulnya penyakit Syndrom-Coronavirus 2 (SARS-COV-2) yang kemudian menyebar dan menjadi sebuah pandemi yang disebut dengan pandemi COVID-19 (Chui dkk, 2019).

Dalam merespon bencana pandemi COVID-19, berbagai di usaha dikerahkan, salah satunya melalui berbagai tinjauan interdisipliner dalam menghadapi pandemi Covid-19 yang sampai dengan saat ini masih dialami indonesia dan dunia. Seperti yang didorong oleh Ditjen Dikti tentang perlunya kolaborasi ilmu pengetahuan dalam menghadapi pandemi COVID-19 (Nizam.

13 April 2020). Pandemi COVID-19 memberikan pengaruh tidak hanya pada wilayah kesehatan fisik, namun ikut serta berdampak pada kondisi psikologi yaitu kesehatan mental, permasalahan turunan yang terjadi akibat pandemi Covid-19, dianggap menjadi sumber stress yang baru pada masyarakat (Fiorillo, 2020).

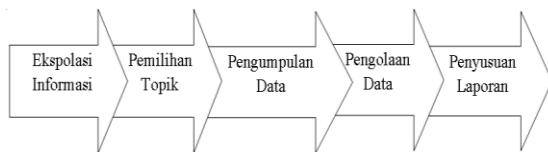
Pendekatan *Healing Environment* dalam arsitektur merupakan konsep pembentukan sebuah lingkungan binaan yang berfokuskan dan mendukung suatu proses penyembuhan. Menurut Jones & Debra (2012) dalam Kurniawati (2007) mengemukakan bahwa dalam suatu proses penyembuhan, lingkungan merupakan faktor penting dan memiliki peran besar, yaitu 40 %, disusul faktor medis 10%, genetis 20 % serta faktor lainnya dengan persentase 30%.

Dampak psikologis di era pandemi merupakan wacana yang berkembang dan membutuhkan tijauan lebih lanjut mengenai penanganannya dalam berbagai aspek. *Healing Environment* adalah pendekatan untuk menciptakan sebuah lingkungan pemulihan, sehingga pada penelitian ini mencoba mengangkat masalah pada

penelitian, yaitu bagaimana pendekatan *Healing Environment* dalam arsitektur terhadap dampak psikologis di era pandemi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka, melalui kegiatan telaah pustaka (*Literature Review*), kajian teori serta tinjauan teoritis pada sumber data seperti buku, jurnal penelitian, dan juga dokumen yang relevansi sebagai sumber data berkaitan dengan masalah pada penelitian yaitu bagaimana pendekatan *Healing Environment* dalam arsitektur terhadap dampak psikologi di era pandemi.



Gambar 1. Alur Penelitian

HASIL

Healing Environment

Healing Environment merupakan sebuah pendekatan konsep yang berkembang dari penelitian Robert Ulrich dari A&M University di tahun 1980,. Penelitian tersebut menekankan pada kebutuhan pengguna, yaitu pasien pada lingkungan pelayanan kesehatan, dalam penelitian ilmiah tersebut Ulrich mengemukakan bahwa lingkungan pada sebuah fasilitas pelayanan kesehatan yang

mempunyai akses ke alam dan tidak memiliki perbedaan mencolok terhadap kualitas sebuah proses penyembuhan (Maddock, 6 mei 2019).

Dalam Nugrahaini (2019) *Healing Environment* merupakan konsep yang memuat 3 unsur terhadap sebuah proses penyembuhan:

1. unsur lingkungan alam, Lingkungan alam dianggap mampu menghasilkan energi positif terhadap psikologi manusia, yaitu kenyamanan serta relaksasi terhadap pikiran.
2. Unsur psikologi, Konsep *Healing Environment* dalam penerapannya mampu menghasilkan sugesti positif terhadap kesehatan psikis dan hal tersebut mampu membangkitkan rasa optimisme untuk dapat kembali pulih.
3. Unsur panca indra manusia, Konsep *Healing Environment* dalam unsur ini bertujuan memberikan rangsangan pada panca indera manusia melalui seperti suara, penglihatan, aroma, serta tekstur yang terwujudkan dari sumber elemen alam.



Gambar 2. Optimal Healing Environments.

Dampak

Menurut Badan Pusat Pengembangan dan penembangan Bahasa (n.d), “dampak ialah suatu benturan ; pengaruh kuat yang mendatangkan akibat (baik negatif maupun positif)”. Dalam pengertian dampak pada perspektif negatif, dampak negatif ialah pengaruh kuat yang mendatangkan pengaruh negatif/buruk. Sedangkan dampak positif ialah pengaruh kuat yang mendatangkan pengaruh positif (Kamus Besar Bahasa Indonesia).

Psikologis

Kata Psikologis berasal dari dasar kata Psikologi. Psikologi berasal dari kata Yunani yaitu *psychology* yang merupakan gabungan dari kata *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti jiwa dan *logos* berarti ilmu (Saleh, 2018:2). Sedangkan kata psikologis, Menurut Badan Pusat Pengembangan dan penembangan Bahasa (n.d), psikologis merupakan kata yang berkenaan dengan psikologi dan bersifat kejiwaan. Dalam hal

ini, mengarah pada kejiwaan seseorang (Kamus Besar Bahasa Indonesia).

Dampak Psikologis

Dampak psikologis ialah pengaruh berhubungan dengan stimulus serta respon dalam mendorong seseorang untuk bertingkah laku, dampak psikologis dapat dipandang sebagai hasil dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri seseorang menurut (Wiaswiyanti, 2008). Pada tinjauan lainnya, Nathalia (2013) mengemukakan bahwa dampak psikologis ialah reaksi ataupun respon pengalaman-pengalaman yang sifatnya mengguncangkan, seperti reaksi psikologi terhadap konflik yang dapat menciptakan perasaan cemas, stress serta memicu korban bereaksi.

Dampak Psikologis di Era Pandemi

Pandemi Covid- 19 tidak hanya memberi akibat pada kesehatan tubuh, namun pula mempengaruhi kepada kesehatan psikis seorang. permasalahan yang terjadi dari COVID- 19 ini dinilai menjadi sumber stress baru untuk masyarakat. dampak psikologis semacam kecemasan yang memunculkan stress bisa mencuat seperti kekhawatiran yang berlebih pada keadaan kesehatan orang- orang terdekat (paling utama untuk para lanjut usia dan orang penderita penyakit bawaan) dan kecemasan lainya semacam ketidakpastian menyangkut dengan hal- hal yang hendak terjalin kedepannya yang bisa tingkatkan

ketakutan serta kendala lain semacam tekanan mental. (Ridlo, 2020; Talevi, dkk .2020;).

Aspek lain yang dapat memicu dampak buruk psikologi ialah stigmatisasi serta diskriminasi pada orang yang terinfeksi dan tenaga kesehatan. Indonesia sendiri, dinamika seperti ini banyak ditemui dan merupakan isu yang masif dalam pemberitaan media-media massa, seperti diusir dari tempat tinggal, menghindar dan menutup pintu saat saat didatangi tenaga kesehatan, dilarang menggunakan fasilitas umum dan lain sebagainnya yang mempengaruhi hubungan sosial antar masyarakat (Fiorillo & Gorwood, 2020).

Aspek lainnya yang turut serta memberikan dampak buruk terhadap kondisi Psikologis masyarakat ialah aspek ekonomi, Winurini (2020) mengemukakan tentang resesi ekonomi memungkinkan meningkatnya angka bunuh diri. Di Indonesia, Kementerian Ketenagakerjaan mencatat ada 2,14 juta tenaga kerja formal dan informal terdampak pandemi Covid-19. Banyak pakar menilai kemungkinan Indonesia masuk ke jurang resesi pada Kuartal III 2020 (Juli-September 2020) dengan melihat pertumbuhan ekonomi Indonesia yang menurun drastis hingga minus 5,32% pada Kuartal II 2020 (April-Juni 2020) berdasarkan data dari BPS (kompas.com).

Tingginya pengangguran Akibat

Maraknya kasus PHK menimbulkan tekanan ekonomi pada masyarakat. Rasa tidak memiliki kepastian hidup dan tidak berharga memicu orang lain untuk melakukan tindakan bunuh diri. Gangguan terhadap kesehatan mental yang masif terjadi di masa pandemi COVID-19 mulai dari ringan sampai dengan berat, yakni seperti cemas yang berlebihan, stress, gangguan stress pada situasi pasca trauma, *xenophobia*, depresi, (ketakutan terhadap orang dari negara lain yang mereka nilai dapat membahayakan keselamatannya), serta permasalahan kesehatan mental lainnya (Departemen Advokasi dan Kajian Strategis BEM KM FKG UGM, 2020).

Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) melakukan survei mengenai kesehatan mental melalui swaperiksa yang dilakukan secara daring. Pemeriksaan dilakukan terhadap 1.552 responden berkenaan dengan tiga masalah psikologis yaitu cemas, depresi, dan trauma. Responden paling banyak adalah perempuan (76,1%) dengan usia minimal 14 tahun dan maksimal 71 tahun. Responden paling banyak berasal dari Jawa Barat 23,4%, DKI Jakarta 16,9%, Jawa Tengah 15,5%, dan Jawa Timur 12,8% (pdskji.org, 23 April 2020).

Tabel 1. Hasil Swaeriksa 1

Hasil Swaeriksa 1

Cemas	63%
Depresi	66%
Trauma	80%

PDSKJI pada bulan berikutnya juga melakukan swaperiksa dengan jumlah responden yang ditingkatkan menjadi 2.363 responden dengan cakupan 34 provinsi di indonesia. pada hasil swaperiksa yang kedua PDSKJI merilis hasil yang tidak jauh berbeda dengan hasil pada swaperiksa pertama.

Tabel 1. Hasil Swaeriksa 2

Hasil Swaeriksa 2	
Cemas	68%
Depresi	67%
Trauma	77%

Vibriyanti (2020) mengemukakan bahwa kategori kelompok yang banyak merasakan dampak psikologis dari pandemi COVID-19 ialah kelompok Lansia, perempuan, anak dan remaja. Dimulai dengan kecemasan yang merupakan respon terhadap situasi yang mengancam dan biasa terjadi. Dalam hal ini Jenis kecemasan dibagi menjadi dua, yaitu reaksi yang bersifat sementara serta reaksi kecemasan yang sifatnya permanen. kecemasan seperti khawatir berlebihan dikarenakan takut terpapar virus, rasa cemas terhadap pekerjaan yang terbengkalai, serta rasa kecemasan terhadap keselamatan keluarga.

Dalam serangkaian dampak negatif

terhadap psikologi di era pandemi, seperti stress, depresi serta kecemasan berlebihan dapat berakibat lebih buruk lagi seperti kecenderungan psikosomatis. Dalam Yusfrani (2021) mengemukakan tentang psikosomatis akan banyak menyerang masyarakat Indonesia akibat kurangnya pengetahuan terhadap COVID-19 sehingga menimbulkan kecemasan. Pendapat tersebut diperkuat oleh pendapat Prawiharjo (1973) yang mengemukakan tentang salah satu jenis dari psikosomatis ialah *system respiratory* atau psikosomatis yang sering menyerang pernapasan. Hal ini berhubungan dengan COVID-19 yang juga menyerang pernapasan.

Healing Environment dalam Arsitektur

Healing Environment dalam Arsitektur dapat diartikan selaku pengobatan yang dijalani dengan elemen arsitektur yang dalam pelaksanaannya dikaitkan dengan pemberian warna serta elemen alam ke dalam bangunan maupun elemen ruang luar yang lain semacam konsep *Healing Garden*. Dalam Haryadi & Setyawan (2017) *Healing Garden* memiliki tujuan meredakan gejala, merendahkan tingkatan stress melalui upaya menghidupkan suasana yang nyaman untuk meningkatkan perasaan bahagia.

Kriteria *Healing Garden* menurut (Ulrich, 1999) yaitu : *Opportunity to move and exercise, Make choices & seek privacy,*

*Positive distractions from nature, Visibility,
Accessibility, Familiarity, Quietness,
Comfort, and Unambiguously positive art.*

Ulrich (2002) tentang efek pengurangan stres dari melihat tanaman dan alam, mengemukakan dalam penelitiannya yang berfokus pada kelompok non pasien dan kelompok pasien, bahwa dengan melihat lingkungan yang didominasi tanaman hijau, bunga, air, secara signifikan lebih efektif untuk mendukung sebuah pemulihan atau pemulihian dari stress.

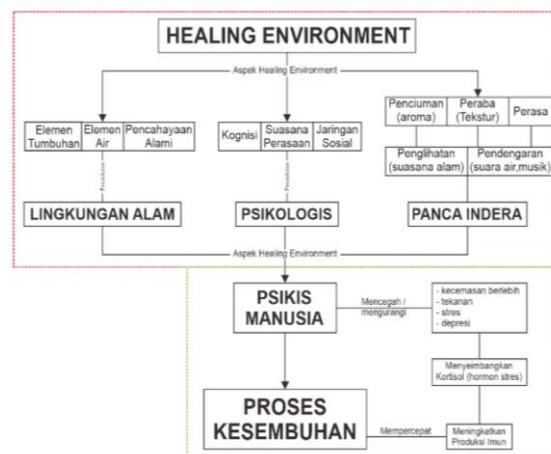
Prinsip konsep Healing Environment pada pengimplementasiannya tidak terbatas pada desain pembentukan ruang luar, namun meliputi bagian lainnya yaitu ruang dalam pada bangunan. Kaidah dasar dari konsep Healing Environment dalam arsitektur ialah menciptakan suasana dengan menyesuaikan semua elemen pada desain sebuah lingkungan ialah untuk menghasilkan rangsangan yang positif terhadap aspek panca indera manusia.

Pendekatan-pendekatan pada penerapan konsep *Healing Environment* dalam arsitektur tersebut yang dimuat dalam Kurniawati (2007) ialah sebagai berikut :

1. Pengimplementasiannya harus mampu mendukung proses pemulihan baik fisik maupun psikis seseorang.
 2. Akses ke alam, Adanya kegiatan-kegiatan outdoor yang berhubungan langsung dengan alam.

3. Desainnya diarahkan pada penciptaan kualitas ruang sehingga suasana terasa aman, nyaman, tidak menimbulkan stress.

Dalam tinjauan lainnya menyatakan mengenai selama berabad-abad dalam lintas budaya, suatu komponen lainnya dikatakan mampu mempengaruhi penyembuhan terhadap individu dan komunitas. Komponen berikut dapat digabungkan untuk menciptakan lingkungan Penyembuhan yang Optimal yaitu niat penyembuhan, hubungan penyembuhan, keutuhan pribadi, perawatan kesehatan integratif, organisasi penyembuhan, gaya hidup sehat, ruang penyembuhan, serta keberlanjutan ekologis.



Gambar 2. Alur Healing Environment terhadap proses penyembuhan.

Implementasi konsep *Healing Environments* pada Arsitektur

Haryani & Setyawan (2017) menyatakan bahwa penerapan *Healing Architecture* merupakan salah satu konsep pembentukan lingkungan yang memadukan aspek fisik serta psikologis.

di dalamnya bertujuan untuk mempercepat proses pemulihan dampak psikologi yaitu :

1. Konsep vegetasi : Penggunaan elemen alami vegetasi memiliki peran yang cukup penting dalam objek sebagai salah satu pendukung proses *Healing*. Peran-peran tersebut diantaranya adalah sebagai berikut: Pereduksi polutan, penghasil oksigen, Control visual, dan Pembentuk karakter suasana, penghasil aroma.
2. Konsep material : Material yang digunakan bernuansa alam yang memiliki warna yang tidak mencolok.
3. Mewadahi aktivitas : Berdasarkan olahan konsep ruang terbuka menyediakan beberapa fasilitas yang mewadahi aktivitas yaitu : plaza, tempat duduk, taman-taman *Healing* (akses ke alam)



Gambar 3. Layout healing Garden pada Reading Healthplex.



Gambar 3. Green Garden pada ruang publik.

Dukungan lingkungan fisik yang baik yaitu menciptakan ruang fisik yang memfasilitasi penyembuhan dan kualitas hidup yang lebih baik, membina kelestarian ekologi dengan menciptakan lingkungan sehat untuk generasi mendatang.

Penerapan konsep *Healing* dalam Arsitektur dengan menerapkan prinsip-prinsip yaitu :

Tabel 3. Konsep *Healing* dalam Arsitektur

A. Natural light (Sinar Matahari),

Nature view (akses ke Alam)

Art (Seni),

Flower/Vegetasi

B. Ornamen-ornamen,

Furniture yang mengandung interaksi

C. Lingkungan bersih

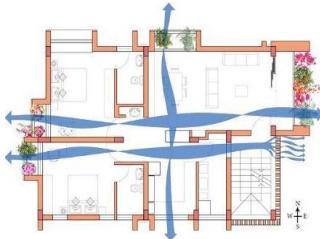
Ruang yang tenang

(Sumber : Jonas dkk., 2003)



Gambar 4. Vertical garden pada bangunan hunian.

Dalam ranah tata ruang dalam, Alhor dkk., (2016) mengemukakan tentang Ada dua strategi umum dalam membangun desain yang digunakan untuk menangani kualitas lingkungan dalam ruangan. Yang pertama adalah meningkatkan kualitas udara dalam ruangan, kualitas dengan meningkatkan laju ventilasi, yang pada gilirannya mengurangi polutan udara. Yang kedua adalah dengan mengurangi sumber pencemaran baik di dalam dan di luar gedung untuk mengurangi masuknya pencemar udara di dalam ruangan.



Gambar 5. Sirkulasi udara pada Hunian.

Perwujudan hunian seperti rumah pada pertimbangan psikologis penghuni, Kearns (2000) mengungkapkan bahwa rumah yang dianggap aman dan intim ternyata memberikan manfaat psikologis yang besar, yaitu perlindungan dari dunia

luar. Kearns melanjutkan, hal ini memungkinkan pengembangan rasa identitas dan keterikatan - sebagai individu atau sebagai bagian dari keluarga, dan menyediakan ruang untuk menjadi diri sendiri. Setiap gangguan faktor eksternal atau pemicu stres sangat membatasi perasaan aman ini, keintiman, dan kontrol, sehingga mengurangi fungsi mental dan sosial dari rumah.

Bertolak dari dua teori sebelumnya yang berfokus pada setting ruang dalam khususnya hunian. keduanya memfokuskan pada pembentukan hunian yang dapat mewadahi keterwakilan identitas penghuni, serta rasa aman dari dunia luar dan juga aspek keselamatan terhadap penggunaan furniture serta aspek kesehatan melalui manajemen sirkulasi udara yang baik. Hal ini dikatakan secara langsung dapat mempengaruhi psikologis pada pengguna atau penghuni.

KESIMPULAN

Dampak buruk pandemi terhadap psikologis dialami oleh berbagai lapisan masyarakat baik pelajar maupun orang dewasa, seperti stress, kecemasan berlebihan serta dampak negatif terhadap psikologi lainnya seperti obsesif kompulsif dan depresi. Hal ini bersumber dari permasalahan turunan dari Pandemi COVID-19 yaitu faktor kesehatan dan faktor ekonomi.

Pendekatan *Healing Environment* dalam arsitektur terhadap dinamika dampak psikologis yang dialami berbagai lapisan masyarakat, merupakan sebuah alternatif solusi melalui pembentukan lingkungan yang berwawasan *healing*. Unsur Lingkungan alam, Unsur Psikologi dan unsur Panca Indra pada *Healing Environment* pada pengimplementasian arsitektur berupa ruang terbuka hijau yang memfokuskan pada akses ke alam, serta konsep material yang menciptakan warna dan seni (unsur panca indra) dapat menciptakan stimulus terhadap energi positif mampu menghasilkan perasaan nyaman serta relaksasi pada pikiran, sehingga dapat menekan tingkat stress, kecemasan, resiko depresi dan dampak psikologis lainnya di era pandemi.

DISKUSI

Kajian tentang *Healing Environment* dan dampak psikologi merupakan respon dari dinamika dampak psikologi di era pandemi COVID-19. Konsep *Healing* dalam arsitektur menjadi satu aspek penting untuk yang dapat dikembangkan. Dalam hal ini, *Healing Environment* harus difokuskan pada sebuah lingkungan yang lebih luas dan tidak terbatas hanya pada fasilitas pelayanan kesehatan seperti rumah sakit, dengan tujuan membentuk sebuah “gelombang pemulihan” yang masif terhadap dampak psikologis

akibat pandemi pada berbagai lapisan masyarakat.

Pada pengimplementasian *Healing Environment*, seperti konsep *Green Garden*, implementasi yang nantinya diterapkan, perlu memuat tinjauan lebih lanjut mengenai aturan protokol kesehatan yang diberlakukan selama pandemi COVID-19, seperti aturan jaga jarak yang efektif tanpa harus mengurai tujuan *Green Garden* sebagai wadah *Healing* masyarakat. Melalui pendekatan desain pada arsitektur yang memfokuskan pada kebutuhan pengguna, dalam hal ini yaitu kelompok masyarakat yang terdampak secara psikologis oleh Pandemi COVID-19.

Pada tinjauan tata Ruang Dalam pada konsep *Healing Environment* dalam arsitektur, diperlukan tinjauan faktor efisiensi fungsional pada furniture dan komponen lainnya, untuk mendungkung hadirnya perasaan nyaman pada ruang dalam itu sendiri. aspek lainnya pada tata ruang dalam yaitu privasi pengguna serta aspek kesehatan, seperti manajemen sirkulasi udara untuk mendukung kualitas lingkungan pada Ruang Dalam.

Berikut merupakan poin-poin implikasi terhadap kajian *Healing Environment* terhadap dampak psikologi di era pandemi, serta respon dan eksistensi *Healing Environment* dalam arsitektur terhadap dampak psikologis COVID-19:

1. *Healing Environment* merupakan sebuah studi yang pada mulanya

- dikembangkan di lingkungan pelayanan kesehatan. Prinsip dasarnya yaitu memfokuskan pembentukan lingkungan yang berwawasan *Healing*. Bertolak dari prinsip dasar tersebut, pembentukan lingkungan berwawasan *Healing* secara pengaplikasian berhubungan langsung dengan tinjauan arsitektur sebagai ilmu terapan pada sebuah lingkungan binaan, sehingga dari perspektif tersebut, konsep *Healing Environment* menjadi relevan untuk diimplementasikan pada ruang-ruang keluarga, seperti hunian, ruang luar maupun ruang dalam.
2. Sebagai sebuah permasalahan yang timbul dari sub-sub permasalahan pandemi COVID-19, dampak buruk psikologis pada tataran masyarakat membutuhkan respon terhadap pemulihannya dan yang menjadi faktor utama proses pemulihan sebuah kondisi kesehatan mental (maupun kesehatan fisik) seperti yang dikatakan Jones dalam bukunya *Health and Human Behavior* bahwa lingkunganlah yang menjadi faktor yang dominan dalam proses pemulihan/penyembuhan.
 3. Dengan maraknya dampak psikologi di era pandemi tersebut, tentu dalam menghadapi hal tersebut banyak aspek yang dapat ditinjau pada proses penanganan pemulihannya. pendekatan *Healing Environment* pada perancangan arsitektur seperti pada implementasi ruang luar dan ruang dalam yang menitik beratkan pada pembentukan lingkungan yang berfokus pada lingkungan alam, Psikologi, dan Panca indra, serta tidak hanya membatasi pada lingkungan pelayanan kesehatan, namun pada ruang-ruang publik dan ruang-ruang keluarga dengan tetap mempertimbangkan aspek penting seperti *Physical Distancing* dan aspek yang berkembang lainnya dapat menekan dampak buruk psikologi di era pandemi.
 4. Implementasi healing environment terhadap dampak psikologi di era pandemi perlu menyelaraskan penerapannya dengan isu pandemic itu sendiri, seperti ketentuan jaga jarak yang efektif pada sebuah *Green Garden*, melalui penataan sirkulasi, pengelompokan pengguna, serta penggunaan penggunaan material yang aman, tanpa harus mengurangi tujuan *Green Garden* sebagai wadah *Healing*.
 5. Dalam membentuk kualitas lingkungan Ruang Dalam pada Konsep *Healing Environment* dalam

- arsitektur, tinjauan penting lain yang perlu dipertimbangkan ialah manajemen sirkulasi udara, serta aspek efisiensi fungsional furnitur.
6. Konsep *Healing Environment* dalam arsitektur memiliki dampak langsung terhadap psikis manusia, melalui pendekatan aspek lingkungan alam, psikologis, dan panca indra. Sehingga pengimplementasiannya dapat menekan dampak psikologis di era pandemi.

DAFTAR PUSTAKA

- Jones, Ken. Debra, Creedy. (2012). *Health and Human Behavior Third Edition*. United Kingdom : Oxford University Press:
- Saleh, A, Adnan. (2018). *Pengantar Psikologi*. Makassar: Penerbit Angkasa Timur
- Ulrich, R. S. (1999). *Effects of gardens on health outcomes: Theory and research*. In C. Cooper-Marcus & M. Barnes (Eds.), *Healing Gardens: Therapeutic Benefits and Design Recommendations*. New York: John Wiley
- (2002). Health Benefits of Gardens in Hospitals. *Plants for People International Exhibition 2002*. Retrieved from www.researchgate.net
- Dumar. (2009). *Swine Flu: What You Need to Know*. Rockville: Wildside Press LLC.
- Jonas et al. (2003). *Investigating The Impact of Optimal Healing Environment*. *Alternative Therapies*, 9(6), 36-40.
- Cui, J., Li, F., & Shi, Z.-L. (2019). *Origin and Evolution of Pathogenic Coronaviruses*. *Nature Reviews Microbiology*, 17(3), 181–192
- Hafidz., Nugrahaini. (2019). *Konsep Healing Environment untuk Mendukung Proses Penyembuhan Pasien Rumah Sakit*. *Sinekta Jurnal Arsitektur*, 16(2), 94-100
- Kurniawati, F. (2007). Peran Healing Environment terhadap Proses Kesembuhan. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada
- Aulia, Farah. (2015). *Aplikasi psikologi positif dalam konteks sekolah*. *Psychology Forum UMM*. 120-124
- Retriever from <https://mpsi.umm.ac.id/>

- Fiorillo, A., Gorwood, P., (2020). *The Consequences of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Implications for Clinical Practice.* European Psychiatry, 63(1). Retrieved from <https://www.cambridge.org>
- <https://berkas.dpr.go.id/>
- Ridlo, I.A., (2020). *Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia.* INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 5(2): 162-171. Retrieved from <https://e-journal.unair.ac.id>
- Talevi, dkk. (2020). Mental health outcomes of the CoViD-19 pandemic. *Rivista di psichiatria*, 55(3): 137-144. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov>
- Vibriyanti, D.(2020). *Kesehatan Mental Masyarakat: Mengelola Kecemasan di Tengah Pandemi COVID-19,* Jurnal Kependudukan Indonesia. 1(1): 69-74. Retrieved from <https://ejurnal.kependudukan.lipi.go.id>
- Winurini, Sulis. (2020). *Permasalahan Kesehatan Mental Akibat Pandemi Covid-19.* Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI. Bidang Kesejahteraan Sosial. INFO Singkat. Retrieved from <https://berkas.dpr.go.id/>
- Yusfarani, Delia. (2021) *Hubungan kecemasan dengan Kecenderungan Psikosomatis Remaja pada Pandemi Covid-19 di Kota Palembang.* Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi (JIUBJ), 21(1), 295-298.
- Prawiharjo, Soejono, (1973). *Klasifikasi Penyakit Jiwa dan Aspek-Aspek Pengobatannya.* Yogyakarta: Penerbit Yogya
- Alhorr, Y., Arif, M., Katafygiotou, M., Mazroei, A., Kaushik, A., & Elsarrag, E. (2016). *Impact of indoor environmental quality on occupant well-being and comfort.* International Journal of Sustainable Built Environment. 5(1), 1-11 Retrieved from www.sciencedirect.com
- Jonas, B, Wayne, dkk,. (2003). *Investigating The Impact of Optimal Healing Environments.* Samueli Institute. Altern Ther Health Med. 9(1), 58-64. Retrieved from <https://www.samueli.org/>
- Haryadi dan Setyawan. (2017) *Healing Architecture pada ruang public sebagai Pereda stress masyarakat Jakarta.* Jurnal Sains dan Seni POMITS. 6(2), 63-66.

Nathalia, S. (2013). *Psikologi Pembelajaran dan Pengajaran*. Bandung: Yayasan Bhakti Winaya.

Wiaswiyanti. (2008). *Media Pembelajaran Bandung*. Surabaya: CV Wacana Prima.

Grahn. Patrik and Ulrika A.Stigsdotter. (2003). *Landscape planning and stress*. Journal *Urban Forestry & Urban Greening*. 2, 1-18. Retrieved from <http://jardinessanadores.cl>

Departemen Advokasi dan Kajian Strategis. (2020). *Pandemi dan Mental Health : Meringkas Isu Kesehatan Mental Selama Satu Tahun di Era Pandemi*. BEM KM FKG, Universitas Gadjah Mada. Kabinet selaras Asa. Retrieved from <https://bem.fkg.ugm.ac.id>

Badan Pusat Pengembangan Dan Pembinaan Bahasa (n.d). *Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (kbbi) Online*. Diakses 6 Agustus 2021. Melalui <https://kbbi.web.id/>.

Maddok Jay (6 Mei 2019). *Some Doctors Are Prescribing a Day In The Park Or a Walk On The Beach For Good Health*. Health & Environment. TEXAS A&M TODAY. Retrieved from

<https://today.tamu.edu/2019/05/06/some-doctors-are-prescribing-a-day-in-the-park-or-a-walk-on-the-beach-for-good-health/>

Nizam, (13 April 2020). *Ditjen Dikti Dorong Sinergi Berbagai Disiplin Ilmu Bersama Perangi Covid-19*. Kabar-Direktorat Jenderal pendidikan tinggi, Kementerian pendidikan, kebudayaan, riset dan Teknologi. Retrieved from <https://dikti.kemdikbud.go.id>

Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI). *Masalah Psikologis di Era Covid-19*, Retrieved from <http://pdskji.org/>

Kompas.com. (11 Agustus 2020). Indonesia Menuju Resesi. Retrieved from <https://www.kompas.com/>

Ballinger. (15 Juli 2021). *Reading Healthplex for Advanced Surgical and Patient Care*. Retrieved from <https://www.greenroofs.com/projects/reading-healthplex-for-advanced-surgical-and-patient-care>

Sunmedia. (n.d). *Inilah 7 Tips Menghadirkan Sirkulasi Udara yang Baik bagi Rumah Tinggal!*. Retrieved from

<https://jasaarsitekjakarta.com/tips-tips-menghadirkan-sirkulasi-udara-yang-baik-bagi-rumah-tinggal/>

Paul Louis Duranton. (15 Juli 2021).
Creation of indoor planted landscapes and vertical garden.
retrieved from Sumber :<https://www.ecosculpture.com>.

**THE TRUTH : KEBENARAN BERITA BERITA PLATFORM
TWITTER MENCEGAH BERITA HOAX**

**THE TRUTH : THE TRUTH OF NEWS THE TWITTER PLATFORM
PREVENTS HOAX NEWS**

ABIGAIL ELIA MEILANI¹

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Email: ¹abigaile.meilani03@gmail.com

Abstrak. Dunia digital dan manusia merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Berbagai aspek kehidupan manusia telah dipengaruhi oleh kemajuan digital, salah satu contohnya adalah teknologi informasi. Penggunaan internet sebagai media untuk berkomunikasi menimbulkan banjirnya informasi yang tak jarang ditemukan berupa berita *hoax*. Pemberitaan *hoax* (Rahadi,2017) bertujuan untuk membuat opini publik, menggiring opini publik, membentuk persepsi juga untuk kesenangan semata yang menguji kecerdasan dan kecermatan bagi pengguna internet dan media sosial. Dalam penulisan ilmiah ini dikhususkan bagi pengguna twitter dimana menurut data bahwa cukup banyak penduduk Indonesia yang menggunakan twitter sebanyak 23,34 juta orang ((*databoks.katadata.co.id*, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Mastel (2017) menyebutkan bahwa saluran yang banyak digunakan dalam penyebaran *hoax* adalah situs web, sebesar 34,90%, aplikasi chatting (Whatsapp, Line, Telegram) sebesar 62,80%, dan melalui media sosial (Facebook, Twitter, Instagram, dan Path) yang merupakan media terbanyak digunakan yaitu mencapai 92,40%. Berdasarkan data tersebut maka peneliti menyatakan perlu adanya membentuk tim *The Truth*. Tim ini memiliki tugas untuk menganalisis kebenaran berita atau twit-twitt yang sedang dibicarakan atau sedang *trending* di twitter, melakukan perancangan ulasan sehingga menarik dan tidak membosankan, lalu seminggu sekali dilakukan penguploadan pada akun twitter *The Truth* yang bekerja sama atau di *repost* oleh akun-akun milik pemerintah seperti kominfo, kepolisian dan beberapa *influencer* sehingga berita-berita yang *trending* segera diketahui kebenarannya dan akun-akun penyebar berita *hoax* dapat ditindaklanjuti pihak kepolisian, pada akhirnya calon-calon pelaku jera. Gagasan ini diharapakan dapat membantu masyarakat terlebih pengguna media sosial dalam menemukan kebenaran sebuah berita serta mencegah kecemasan masyarakat akibat berita yang salah.

Kata kunci: *hoax*, media sosial, *the truth*.

Abstract. *The digital world and humans are inseparable. Various aspects of human life have been influenced by digital advances, one example is information technology. The use of the internet as a medium to communicate causes a flood of information that is often found in the form of hoax news. Hoax reporting (Rahadi, 2017) aims to create public opinion, lead public opinion, form perceptions as well as for sheer pleasure that tests intelligence and accuracy for internet and*

social media users. In scientific writing, this is devoted to twitter users where according to data, there are quite a number of Indonesians who use twitter as many as 23.34 million people ((databoks.katadata.co.id, 2016). Research conducted by Mastel (2017) states that widely used in the spread of hoaxes are websites, at 34.90%, chat applications (Whatsapp, Line, Telegram) at 62.80%, and through social media (Facebook, Twitter, Instagram, and Path) which are the most used media, namely reached 92.40%. Based on these data, the researcher stated the need to form a The Truth team. This team has the task of analyzing the truth of the news or tweets that are being discussed or trending on twitter, designing reviews so that they are interesting and not boring, then once a week uploads are made to The Truth's twitter account in collaboration with or reposted by government-owned accounts such as kominfo, police and n several influencers so that the trending news is immediately known and the accounts of hoax news spreaders can be followed up by the police, in the end the potential perpetrators are deterred. This idea is expected to help the public, especially social media users, in finding the truth of a news story and preventing public anxiety due to false news.

Key words: *hoax, social media, the truth*

PENDAHULUAN

Dunia digital dan manusia merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Berbagai aspek kehidupan manusia telah dipengaruhi oleh kemajuan digital, salah satu contohnya adalah teknologi informasi. Perubahan ini terlihat dari data yang ditunjukkan oleh *Hootsuite* (dalam Riyanto, 2020) yang menyatakan bahwa masyarakat di Indonesia pada tahun 2020 menggunakan 7-8 jam waktunya untuk menggunakan internet. Hal ini berarti masyarakat Indonesia menghabiskan sebagian besar waktunya untuk saling terhubung satu dengan yang lain menggunakan internet.

Penggunaan internet sebagai media untuk berkomunikasi menimbulkan banjirnya informasi yang tak jarang ditemukan berupa berita *hoax*. Ditambah lagi adanya fakta bahwa Indonesia merupakan negara dengan aktivitas jejaring sosial tertinggi di Asia dimana hal tersebut membuat bahwa masyarakat Indonesia rentan menerima berita *hoax* atau bahkan mengirimkan berita *hoax* (Hendra, R., et all., 2020). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (2016), *hoax* mengandung arti informasi bohong. Bohong dapat dimaknai sebagai segala sesuatu yang tidak benar, salah, dan tidak dapat dipertanggung jawabkan. Informasi bohong bisa didefinisikan dengan informasi yang kebenarannya diragukan dan perlu

ditanyakan. Dikutip dari *Mastel.id* (2017), *hoax* yang banyak ditemukan di masyarakat adalah berita bohong yang disengaja sebanyak 90.30%, berita menghasut sebanyak 61.60%, berita yang tidak akurat sebanyak 50%. Survei yang juga dilakukan oleh *Mastel.id* Tahun 2019, muncul jenis baru dari *hoax* yaitu berita yang isinya menjelaskan orang lain sebanyak 31%. Selama jangka waktu 2 tahun angka dari survei *hoax* tidak menurun tetapi malah memunculkan jenis *hoax* terbaru dan terus berlanjut. Bahkan menurut Juliswara (2017) menyatakan bahwa banyaknya karena persebaran *hoax* membuat kaum terpelajar sekalipun terkadang tidak dapat membedakan mana yang berita aktual dan mana yang *hoax*.

Tahun 2019 pandemi COVID-19 melanda Indonesia, selama masa ini berlangsung berbagai berita merebak di media social termasuk berita *hoax*, teori konspirasi mulai, dan tuduh menuduh. Dilansir oleh *Kompas.com*, Kementerian Komunikasi dan Informatika mendeteksi adanya 1.016 kasus *hoax* terkait COVID-19 yang tersebar ke berbagai *platform* media. Dilansir dari *health.detik.com* (2020), setidaknya ada 4 informasi yang bisa dibuktikan *hoax* seputar covid-19 seperti, jika makan bawang putih bisa mencegah terpaparnya virus covid-19, minum air putih tiap 15 menit dapat membasmikan virus yang ada di mulut, *thermo gun* yang diarahkan di

kepala dipercaya dapat merusak otak, mandi air panas bisa membunuh virus. Tidak hanya terkait dengan kesehatan berita politik juga yang kebenarannya perlu dipertanyakan, seperti berita terkait ratna sarumpaet yang berakhir didakwa dan mendapat vonis penjara (*news.detik.com*, 2019), dan banyak lagi berita terkait pilpres di berbagai media. dampak nya sangat beragam bagi masyarakat. Di satu sisi tidak bisa mengetahui berita yang benar benar terjadi, dan malah terjerumus pada informasi yang salah dan membingungkan, tidak hanya itu berkaitan dengan *covid-19* juga menjadi perhatian lebih karena akan memperlambat penanganan dalam memutus rantai penyebaran jika informasi yang tersebar luar masih diragukan kebenarannya.

Jika ditelusuri lebih jauh, survei yang dilakukan oleh *mastel.id* (2017), berbagai media yang mungkin menjadi sasaran para pelaku penyebar *hoax* seperti, *social media* (*facebook*, *twitter*, *instagram*, *path*) sebanyak 92.40%, aplikasi *chatting* (*Whatsapp*, *line*, *telegram*) sebanyak 62.80%, dan berbagai media lainnya. Sedangkan bentuk *hoax* paling banyak diterima berupa tulisan sebanyak 62.10%, gambar 37.50%, video 0.40% (*mastel.id*, 2017). Angka tersebut terus naik dan di puncaknya tetap berupa tulisan sebanyak 70.7% di tahun 2019 (*mastel.id*, 2019). melihat kondisi ini peneliti menyimpulkan

banyak *hoax* paling banyak berupa tulisan yang tersebar di berbagai media sosial seperti *facebook & twitter*. hal ini sejalan dengan pengguna *twitter* yang cukup banyak di indonesia yaitu sebanyak 24,34 juta pengguna (*databoks.katadata.co.id*, 2016). Kondisi yang lain, orang orang di indonesia enggan memeriksa adanya suatu berita yang bertebaran karena tidak mau repot sebanyak 37,7% dengan indikasi bahwa belum merasa sebagai tanggung jawabnya untuk memeriksa kebenaran tersebut tetapi juga karena tidak tahu dan merasa sulit dalam memeriksa kebenaran berita yang diterimanya (*mastel.id*, 2019). Aufderheide (1992 dalam Juliswara, 2017) menyatakan bahwa literasi media sangat penting guna mengakses, mengevaluasi dan mengkomunikasikan pesan dalam berbagai bentuk dalam hal ini melalui pesan di akun *twitter*. Juliswara (2017) pun menambahkan bahwa konsep literasi media memfasilitasi pengguna media untuk berbudaya dalam memanfaatkan media social yang dalam hal ini tidak mengedarkan berta *hoax*.

Kondisi yang terjadi mendorong peneliti untuk membahas fenomena kurangnya wadah bagi masyarakat untuk mendapatkan sumber berita yang relevan dan terjamin kebenarannya terkhusus pada media platform *twitter*, mengingat banyaknya pengguna dan jenis *hoaks* yang beredar merupakan tulisan atau yang dikenal sebagai *twit*. Peneliti juga melihat belum

banyak media yang bisa dijadikan sebagai sumber berita terpercaya khususnya *twitter*. Oleh karena itu, peneliti memberikan ide *the truth* untuk sebagai solusi.

METODE

The Truth merupakan akun *twitter* yang menyajikan kebenaran berita-berita yang sedang dibicarakan, sehingga masyarakat dapat mengetahui kebenaran sebuah berita dan menekan kecemasan terhadap sebuah berita yang tidak diketahui kebenarannya. Pada pelaksanaanya yang dilakukan tim *The Truth* adalah tim pertama mengumpulkan berita-berita atau twit-twit yang sedang *trending*, tim kedua melakukan penyelidikan kebenarannya berita-berita tersebut dengan bukti yang dapat dipertanggung jawabkan, setelah mengetahui kebenarannya berita-berita di kelompokkan menjadi 2 yaitu berita asli dan berita palsu atau *hoax*, selanjutnya tim ketiga melakukan perancangan ulasan yang akan di *upload* sehingga lebih menarik dan yang terakhir tim keempat melakukan *mengupload* dan meminta pihak penyalur melakukan *repost*. Adanya *The Truth* dapat meminimalisir berita-berita pada platform *twitter* dan juga membantu pihak-pihak terkait seperti kominfo dan kepolisian agar segera ditindaklanjuti menurut hukum yang ada.

Pihak-pihak yang membantu dalam

mengimplementasikan rancangan yang dibuat adalah :

1. Tim *The Truth*

Peran tim adalah melakukan rapat dengan pihak pemerintahan dan juga beberapa *influencer* untuk meminta persetujuan dan kerja sama dalam penyampaian ulasan, menemukan berita-berita, melakukan penyaringan, merancang ulasan sehingga menarik dan tidak membosankan dan ulasan di *upload* pada akun *twitter* *The Truth*.

2. Pihak penyalur

Pihak penyalur disini adalah kepolisian dan *influencer* dengan akun *twitter* milik mereka. Tugas mereka adalah melakukan *repost* atau meneruskan kiriman *The Truth* kepada akun-akun pengikutnya.

Langkah strategi yang dilakukan untuk mengimplementasikan gagasan agar terealisasi dengan baik, yaitu :

Tahap 1 : Membentuk tim dengan keahlian yang dibutuhkan.

Tahap 2 : Memberitahukan ide gagasan kepada anggota tim dan pihak-pihak yang dilibatkan dalam penyaluran hasil ulasan kepada masyarakat.

Tahap 3 : Mengembangkan ide yang ada bersama tim dan menambahkan masukkan dari pihak penyalur, sehingga tim mencegah kegagalan dan tujuan yang ingin dicapai dapat

terlaksana.

Tahap 4 : Melakukan perwujudan ide yang telah dibahas bersama tim dan pihak penyalur

Tahap 5 : Memonitoring dan mengevaluasi hasil dari ide ini, sehingga kedepannya dapat menciptakan ide-ide baru yang dapat menekan bahkan menghilangkan berita *hoax* pada media sosial.

HASIL

The Truth merupakan akun twitter yang menyajikan kebenaran berita- berita yang sedang dibicarakan, sehingga masyarakat dapat mengetahui kebenaran sebuah berita dan menekan kecemasan terhadap sebuah berita yang tidak diketahui kebenarannya. Pada pelaksanaanya yang dilakukan tim *The Truth* adalah tim pertama mengumpulkan berita-berita atau twit-twitt yang sedang *trending*, tim kedua melakukan penyelidikan kebenarannya berita-berita tersebut dengan bukti yang dapat dipertanggung jawabkan, setelah mengetahui kebenarannya berita-berita di kelompokkan menjadi 2 yaitu berita asli dan berita palsu atau *hoax*, selanjutnya tim ketiga melakukan perancangan ulasan yang akan di *upload* sehingga lebih menarik dan yang terakhir tim keempat melakukan *mengupload* dan meminta pihak penyalur

melakukan *repost*. Adanya *The Truth* dapat meminimalisir berita-berita pada platform twitter dan juga membantu pihak-pihak terkait seperti kominfo dan kepolisian agar segera ditindak lanjuti menurut hukum yang ada.

SIMPULAN

Perancangan konseptual ini memerlukan kerjasama antara pihak yang dapat mewujudkan *The Truth* yaitu dengan mengikutsertakan kepemilikan akun-akun twitter dari pihak penyalur seperti kominfo, kepolisian, dan *influencer* yang dipilih sehingga apa yang sudah dirancang dan di *publish* dapat tersampaikan kepada masyarakat dengan skala yang lebih besar.

DISKUSI

Apabila gagasan dapat diimplementasikan maka diprediksi bahwa gagasan dapat :

1. *The Truth* dapat memberi informasi benar di media sosial twitter
2. Mengurangi dampak psikologis seperti kecemasan kepada masyarakat yang terpapar berita di twitter yang belum diketahui kebenarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzani, F. (7 Desember 2020). *Dampak hoax pada kesehatan mental ternyata sangat buruk, ini penjelasan ilmiahnya*. Retrieved from <https://www.sehatq.com/artikel/dampak-buruk-berita-hoax-pada-kesehatan-mental>.
- Alam, O. S. (19 Februari 2021). *4 Hoax seputar covid-19 yang banyak beredar*. Retrieved from <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5103418/4-hoax-seputar-covid-19-yang-banyak-beredar>.
- Anonim. (7 Desember 2020). *Arti kata cyber drone 9*. retrieved from *peran, fungsi dan cara kerja cyber drone 9, Polisi Internet Indonesia*. Retrieved from <https://www.ekasulistiyana.web.id/teknologi-informasi/peran-fungsidan-cara-kerja-cyber-drone-9-polisi-internet-indonesia/>.
- Halim, D. (17 Februari 2021). *6 bulan pandemi Covid-19: hoaks dan teori konspirasi yang memperparah penanganan*. Retrieved from <https://nasional.kompas.com/read/2020/09/05/09090921/6-bulan-pandemi-covid-19-hoaks-dan-teori-konspirasi-yang-memperparah?page=all>.
- Hendra, A., Guntara B., Dadang, Sianipar, F., A., Syaifullah. (2020). *Sosialisasi Dampak dan Bahaya dari Berita Bohong (Hoax) Bagi Generasi Milenial Indonesia*. *JAMAIKA (Jurnal Abdi Masyarakat)*. 1(3).
- Juditha, C. (2018). *Hoax communication interactivity in social media and anticipation (Interaksi komunikasi hoax di media sosial serta antisipasinya)*. *Journal Pekommas*. 3(1):31.
- Juliwara, V., (2017). *Mengembangkan Model Literasi Media yang Berkebhinnekaan dalam Menganalisis Informasi Berita Palsu (Hoax) di Media Sosial*. *Jurnal Pemikiran Sosiologi*. 4(2).
- Kamus Besar Bahasa Indonesia [online] Retrieved from <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/hoaks>

- Mastel. (2 Desember 2020). *Hasil survey MASTEL tentang wabah hoax nasional*. Retrieved from <https://mastel.id/hasil-survey-wabah-hoax-nasional-2017/>.
- Mastel. (19 Februari 2021). *Hasil survey wabah hoax nasional masyarakat telematika Indonesia 2019*. Retrieved from <https://mastel.id/hasil-survey-wabah-hoax-nasional-2019/>.
- Medistiara, Y. (19 Februari 2021). *Ratna Sarumpaet didakwa bikin onar dengan hoax penganiayaan*. URL: <https://news.detik.com/berita/d-4447564/ratna-sarumpaet-didakwa-bikin-onar-dengan-hoax-penganiayaan>.
- Riyanto, A. D. (17 Februari 2021). *Hootsuite (we are social): Indonesian digital report 2020*. Retrieved from <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2020/>.
- Statistika. (19 Februari 2021). *Indonesia pengguna twitter terbesar ketiga di dunia*. Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/dapublish/2016/11/22/indonesia-pengguna-twitter-terbesar-ketigadi-dunia>.
- Tugas Badan Siber dan Sandi Negara. (2018). Retrieved from *Tugas dan Fungsi BSSN*. bssn.go.id.
- Umah, A. (7 Desember 2020). *Kominfo : ada 554 hoax soal covid-19 dengan 89 tersangka*. Retrieved from <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20200418175206-37-152897/kominfo-ada-554-hoax-soal-covid-19-dengan-89-tersangka>.
- Yuliani, A. (7 Desember 2020). *Kenalan dengan cyber drone-9, polisi internet Indonesia*. Retrieved from https://www.kominfo.go.id/conten/detail/_12292/kenalan-dengan-cyber-drone-9-polisi-internet-indonesia/0/sorotan_media.

Studi Perilaku Kepatuhan Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan Di Masa Pandemi

A Behavioral Study of Health Protocols Obedience During the Pandemic Era

DENI IRVANI¹, ASEP SAEFUDDIN², ERFIANI³, KUSMAN SADIK⁴

Pascasarjana Universitas Institut Pertanian Bogor

Email: ¹deniirvani2906@gmail.com

Abstrak. Dalam rangka menekan penyebaran COVID-19, Pemerintah Indonesia mengimbau warga untuk menjalankan protokol kesehatan. Penelitian ini dilakukan untuk memahami faktor-faktor yang terkait dengan perilaku warga dalam menjalankan protokol kesehatan selama masa pandemi. Data yang digunakan adalah hasil survei nasional yang dilakukan pada masa pandemi (28 Februari-8 Maret 2021) dengan total sampel 1.064 responden, dan data kasus terkonfirmasi dari Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. Hasil model campuran linear menunjukkan bahwa kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan berhubungan positif dan signifikan dengan jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19. Kepatuhan warga tersebut juga berhubungan signifikan dengan jenis kelamin, pendidikan, suku-bangsa, intensitas penggunaan media sosial, dan perasaan khawatir tertular. Sedangkan latar belakang agama, pendapatan, dan status pekerjaan tidak berpengaruh signifikan. Edukasi masyarakat tentang COVID-19 dan pentingnya protokol kesehatan perlu ditingkatkan, terutama bagi warga laki-laki, usia muda, dan berpendidikan rendah. Pengaruh acak kabupaten/kota memiliki dugaan ragam yang signifikan. Masyarakat yang tinggal di kabupaten/kota yang menerapkan protokol kesehatan lebih ketat mungkin lebih patuh dalam menjalankan aturan. Penegakan protokol kesehatan oleh setiap pemerintah daerah sangat diperlukan untuk menekan penyebaran penyakit ini.

Kata Kunci: COVID-19, protokol kesehatan, psikologi siber, model campuran linear.

Abstract. In order to suppress the spread of COVID-19, the Indonesian Government urges people to implement health protocols. This study was conducted to understand factors associated with people's behavior in carrying out health protocols during the pandemic. The data used in this study was the result of a national survey conducted within the pandemic era (February 28-March 8, 2021) with a total sample of 1,064 respondents, and the cumulative confirmed COVID-19 cases data from COVID-19 Handling and National Economic Recovery Committee. The result of a linear mixed model shows that obedience to health protocols was positively and significantly associated with the number of confirmed cases of COVID-19. The obedience was also significantly related to gender, education, ethnicity, intensity of using social media, and fear of being infected. Meanwhile, religious background, income, and work status did not have a significant effect. Public education on COVID-19 and the importance of people's obedience to health protocols needs to be improved, especially for male, young, and people with lower

education. Random effects for districts/municipalities had a significant estimate of variance. People who lived in districts/municipalities that applied more stringent health protocols might be more obedient in carrying out the rule. Health protocols enforcement by each local government is urgently needed to reduce the spread of the disease.

Key words: COVID-19, health protocols, cyberpsychology, linear mixed model.

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 belum menunjukkan tanda akan segera berakhir. Hingga akhir Juli 2021, total kasus terkonfirmasi COVID-19 di Indonesia telah mencapai 3,4 juta, dan rata-rata kasus harian melonjak dari 4.949 kasus/hari pada Mei 2021 menjadi 39.722 kasus/hari selama Juli 2021. Tingkat kematian di Indonesia akibat penyakit ini mencapai 344 jiwa per sejuta penduduk, tertinggi di Asia Tenggara (Richie et al., 2020). Kondisi ini menunjukkan bahwa COVID-19 adalah ancaman yang serius bagi kehidupan masyarakat.

Dalam rangka menekan penyebaran COVID-19, Pemerintah Indonesia mengimbau warga untuk menjalankan protokol kesehatan. Protokol kesehatan merupakan sejumlah aturan atau pedoman yang dibuat pemerintah untuk memberikan perlindungan kesehatan kepada warga. Selama masa pandemi warga diharapkan dapat beradaptasi dengan sejumlah kebiasaan baru, di antaranya mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menggunakan masker, serta menjaga jarak

fisik ketika berada di tempat umum (Republik Indonesia, 2020a). Kebiasaan-kebiasaan baru tersebut merupakan cara yang efektif untuk mengurangi transmisi penyakit ini (Alzyood et al., 2020; Chu et al., 2020, McGrailID et al., 2020).

Dalam perspektif ilmu kesehatan, perilaku warga adalah faktor sebab sedangkan risiko terjangkit suatu penyakit adalah akibat. Semakin baik perilaku kesehatan warga, semakin rendah risiko ia terpapar penyakit (Zaninotto et al., 2020). Sejalan dengan itu, maka dalam jangka panjang kita dapat berharap bahwa prevalensi kasus COVID-19 akan lebih rendah pada wilayah-wilayah yang warganya lebih taat dalam menjalankan protokol kesehatan.

Namun demikian, perilaku kesehatan warga selama masa pandemi dapat berubah-ubah karena berbagai faktor. Warga dapat mengubah perilaku sosialnya secara spontan sebagai respon atas adanya ancaman pandemi (Bauch et al., 2013). Warga yang pada awalnya berperilaku abai bisa berubah menjadi taat terhadap protokol

kesehatan setelah mengetahui kasus COVID-19 di wilayahnya semakin besar dan semakin mengancam. Sebaliknya, warga yang semula taat bisa berubah menjadi tidak taat jika ia menilai COVID-19 bukan ancaman di wilayahnya. Di era sekarang ini dinamika perilaku kesehatan warga turut difasilitasi oleh teknologi komunikasi yang semakin canggih (Bauch et al., 2013; Ginsberg et al., 2009).

Informasi perkembangan kasus COVID-19 yang dapat diakses dengan cepat melalui internet dapat memiliki implikasi psikologis bagi warga. Kajian tentang fenomena semacam ini dikenal sebagai psikologi siber (*cyberpsychology*) (Takwin, 2020). Dalam konteks pandemi ini, psikologi siber memberikan perspektif yang berbeda dari ilmu kesehatan dalam memahami relasi antara prevalensi kasus COVID-19 dan perilaku warga.

Dengan perspektif psikologi siber, informasi tentang perkembangan prevalensi penyakit yang dapat diperoleh diperoleh dengan cepat di dunia maya merupakan faktor sebab yang dapat menentukan perilaku warga. Informasi tentang meningkatnya jumlah kasus positif COVID-19 di suatu wilayah dapat meningkatkan kepatuhan warga di wilayah bersangkutan dalam menjalankan protokol kesehatan. Oleh sebab itu, kita mungkin akan melihat fenomena bahwa prevalensi kasus COVID-19 relatif lebih tinggi pada wilayah-wilayah

yang warganya lebih taat dalam menjalankan protokol kesehatan.

Relasi antara prevalensi penyakit dan perilaku kesehatan warga bisa juga dimediasi oleh kebijakan pemerintah. Data perkembangan COVID-19, selain berfungsi sebagai sistem peringatan dini bagi warga, merupakan acuan bagi pemerintah dalam merumuskan berbagai kebijakan terkait COVID-19. Salah satu di antaranya adalah kebijakan pembatasan sosial yang pada umumnya diterapkan pada wilayah-wilayah dengan jumlah kasus yang tinggi (Republik Indonesia, 2020). Dalam situasi ini, prevalensi COVID-19 mendorong kebijakan pemerintah dan pada gilirannya mempengaruhi perilaku kesehatan warga (Nafian, 2020).

Perilaku kesehatan warga merupakan gejala yang kompleks yang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Studi yang dilakukan oleh Riyadi dan Larasaty (2020) menunjukkan bahwa ketiaatan warga terhadap protokol kesehatan dipengaruhi oleh sejumlah faktor demografis dan psikologis. Bersandar pada suatu model linear, studi tersebut di antaranya menemukan bahwa warga laki-laki, usia lebih muda, dan berpendidikan rendah cenderung kurang taat terhadap protokol kesehatan. Di samping itu, ketiaatan terhadap protokol kesehatan juga dipengaruhi oleh rasa khawatir terhadap COVID-19.

Sejalan dengan penelitian yang

dilakukan Riyadi dan Larasaty (2020), penelitian ini dilakukan untuk menjelaskan perilaku warga dalam menjalankan protokol kesehatan. Namun demikian, berbeda dengan penelitian Riyadi dan Larasaty (2020), studi ini turut memberikan perhatian pada pola hubungan antara prevalensi COVID-19 dan perilaku kesehatan warga. Peubah penting lain yang juga menjadi perhatian adalah intensitas penggunaan media sosial. Kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan dalam studi ini dijelaskan melalui model campuran linear.

Model campuran linear merupakan perluasan dari model linear untuk mengakomodasi data dengan pengamatan yang tidak saling bebas (Jiang, 2007). Berbeda dengan model linear yang mengasumsikan pengamatan-pengamatan saling bebas, dalam model campuran linear korelasi antar pengamatan diperhitungkan sebagai pengaruh acak. Bentuk umum model campuran linear adalah $y = X\beta + Zu + \varepsilon$, di mana y adalah vektor pengamatan, β adalah vektor pengaruh tetap, u adalah vektor pengaruh acak, X adalah matriks kovariat yang berkaitan dengan pengaruh tetap β , Z adalah matriks kovariat yang berkaitan dengan pengaruh acak u , dan ε adalah vektor galat yang bersifat acak. Dengan bertumpu pada model campuran linear, studi ini diharapkan dapat membawa manfaat bagi pengembangan keilmuan maupun secara praktis sebagai bahan

masukan untuk pemangku kebijakan.

METODE

Data yang digunakan dalam penelitian ini sebagian besar bersumber dari hasil survei nasional yang dilakukan Saiful Mujani Research & Consulting (SMRC) pada 28 Februari - 8 Maret 2021 dengan sampel sebanyak 1.064 responden. Populasi survei ini adalah seluruh warga negara Indonesia yang berusia 17 tahun ke atas atau sudah menikah ketika survei diadakan. Sampel dipilih secara acak dari populasi tersebut dengan metode *stratified multistage random sampling*.

Prosedur pemilihan sampel dalam survei tersebut adalah sebagai berikut. Pertama, populasi distratifikasi menurut provinsi dan status wilayah pedesaan-perkotaan. Selanjutnya, sampel di masing-masing stratum (irisan provinsi dan pedesaan-perkotaan) dipilih secara bertahap. Tahap-1: desa/kelurahan di setiap stratum dipilih secara acak dengan prinsip *probability proportional to size*. Tahap-2: di setiap desa/kelurahan terpilih dipilih lima rukun tetangga (RT)/satuan lingkungan terkecil secara acak. Stage-3: di setiap RT terpilih dipilih dua keluarga secara acak. Tahap-4: di setiap keluarga terpilih dipilih secara acak satu orang anggota keluarga yang punya hak pilih untuk diwawancara sebagai responden.

Total sampel yang berhasil

diwawancara secara valid sebanyak 1.060 dari 1.200 responden yang direncanakan (*response rate* 88%). Seluruh responden terpilih diwawancara secara tatap muka oleh pewawancara yang telah dilatih dengan menggunakan kuesioner terstruktur. Protokol kesehatan diterapkan selama proses wawancara.

Di samping data hasil survei yang dijelaskan di atas, penelitian ini juga menggunakan data total kasus terkonfirmasi COVID-19 kumulatif per provinsi hingga 28 Februari 2021 yang bersumber dari Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional. Data tersebut diolah dengan cara membagi jumlah kasus tiap provinsi dengan jumlah penduduknya dan dikalikan dengan satu juta sehingga menghasilkan peubah prevalensi COVID-19 per satu juta penduduk menurut provinsi. Data jumlah penduduk per provinsi bersumber dari hasil sensus 2020 oleh Badan Pusat Statistik.

Peubah penelitian. Peubah respon dalam penelitian ini adalah kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan, yang merupakan skor gabungan tiga item: memakai masker, menjaga jarak fisik, dan mencuci tangan dengan sabun dan dengan air mengalir. Adapun peubah-peubah penjelas adalah jumlah kasus per sejuta penduduk di tingkat provinsi, intensitas penggunaan media sosial, sikap khawatir tertular COVID-19, dan peubah-peubah

demografi (gender, usia, pendidikan, pendapatan, suku-bangsa, agama, dan status bekerja). Deskripsi peubah-peubah tersebut disajikan secara lengkap pada Lampiran 1.

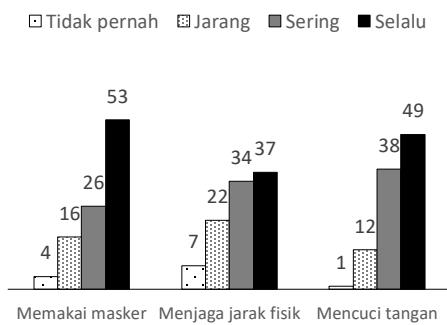
Analisis data. Analisis data dilakukan melalui metode-metode berikut:

- a. Analisis deskriptif untuk memahami beberapa informasi pokok dari data.
- b. Analisis *bivariate* untuk mengungkap pola hubungan antara kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan dengan tingkat prevalensi COVID-19 dan akses pada media sosial.
- c. Pemodelan campuran linear untuk menelaah faktor-faktor yang berhubungan signifikan dengan ketiaatan warga terhadap protokol kesehatan.

Spesifikasi model. Model campuran linear dalam penelitian ini adalah $y_{ij} = x_{ij}^T \beta + u_i + \varepsilon_{ij}$, di mana y_{ij} adalah skor kepatuhan terhadap protokol kesehatan pada individu j di kabupaten/kota i , u_i adalah pengaruh acak kabupaten/kota i dan diasumsikan $u_i \sim N(0, \sigma_u^2)$, $\beta = (\beta_0, \beta_1 \dots, \beta_p)^T$ adalah vektor pengaruh tetap, $x_{ij} = (1, x_{ij1}, \dots, x_{ijp})^T$ adalah vektor nilai-nilai peubah penjelas untuk individu i di kabupaten/kota j , dan ε_{ij} adalah galat yang diasumsikan $\varepsilon_{ij} \sim N(0, \sigma_\varepsilon^2)$. Estimasi model dilakukan dengan bantuan perangkat lunak R paket lme4 (Bates et al., 2015).

HASIL

Data hasil survei menunjukkan bahwa kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan bervariasi. Di antara tiga item protokol kesehatan, yang paling banyak dipatuhi warga adalah mencuci tangan dengan sabun dan dengan air mengalir (sekitar 87% warga menyatakan selalu atau sering melakukannya), selanjutnya memakai masker ketika berada di luar rumah (79%). Sementara protokol kesehatan yang paling sedikit dipatuhi adalah menjaga jarak fisik dalam pergaulan atau tempat bekerja (71%) (Gambar 1).

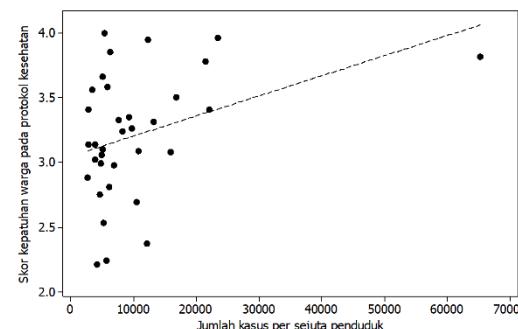


Gambar 1. Kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan (%).

Dalam skala 1-4, rata-rata skor kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan adalah 3,21 yang berarti warga pada umumnya cukup patuh (Lampiran 2). Namun demikian, bagaimanapun masih cukup banyak warga yang sama sekali tidak

mematuhi protokol kesehatan. Ada sekitar 7% warga yang tidak pernah menjaga jarak fisik dan ada sekitar 4% yang tidak pernah menggunakan masker. Perilaku kelompok warga yang sama sekali mengabaikan protokol kesehatan tersebut bisa menjadi sumber penularan virus bagi warga di sekitarnya.

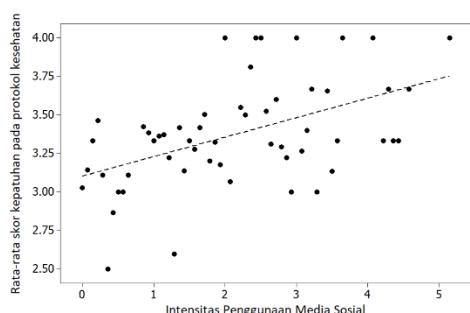
Gambar 2 menunjukkan bahwa kepatuhan terhadap protokol kesehatan berkorelasi positif ($r = 0,365$) dengan prevalensi COVID-19. Hubungan ini signifikan pada tingkat kepercayaan 95%. Wilayah provinsi yang warganya lebih taat menjalankan protokol kesehatan cenderung memiliki prevalensi COVID-19 yang lebih tinggi di banding wilayah yang kurang taat menjalankan protokol kesehatan.



Gambar 2. Kepatuhan Terhadap Protokol Kesehatan vs. Total Kasus COVID-19 per sejuta penduduk (unit analisis: provinsi).

Sementara itu Gambar 3 menunjukkan hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial dan kepatuhan warga terhadap protokol

kesehatan. Semakin sering seorang warga mengakses media sosial, semakin patuh ia terhadap protokol kesehatan. Temuan-temuan ini tampak selaras dengan teori psikologi siber. Ekspos informasi tentang perkembangan prevalensi COVID-19 yang diperoleh warga melalui internet atau media sosial merupakan faktor yang dapat mempengaruhi perilaku warga dalam menjalankan protokol kesehatan. Analisis model campuran linear berikut akan menjelaskan kekuatan pengaruh media sosial dan prevalensi COVID-19 ini terhadap ketiaatan warga pada protokol kesehatan.



Gambar 3. Rata-rata Skor Kepatuhan Pada Protokol Kesehatan Menurut Intensitas Penggunaan Media Sosial

Hasil analisis model campuran linear menunjukkan bahwa prevalensi kasus COVID-19 di sekitar warga dan akses terhadap media sosial berdampak signifikan terhadap kepatuhan mereka dalam menjalankan protokol kesehatan (Lampiran 3). Lepas dari kondisi faktor-faktor lainnya,

warga yang tinggal di provinsi dengan prevalensi COVID-19 yang lebih tinggi serta warga yang lebih sering mengakses media sosial cenderung lebih taat menjalankan protokol kesehatan. Kasus COVID-19 yang terjadi di sekitar warga dan informasi perkembangan COVID-19 yang diperoleh lewat media sosial kemungkinan meningkatkan kesadaran warga pada ancaman penyakit ini sehingga mereka pada akhirnya menjadi lebih patuh terhadap protokol kesehatan.

Faktor lain yang juga berhubungan signifikan dengan kepatuhan terhadap protokol kesehatan adalah gender, umur, pendidikan, etnisitas, dan rasa khawatir tertular COVID-19. Warga pada kelompok perempuan, berusia lebih tua, berpendidikan lebih tinggi, dan berlatar belakang etnis Jawa cenderung lebih taat menjalankan protokol kesehatan dibanding kelompok warga lainnya. Semakin khawatir warga tertular COVID-19, semakin tinggi pula kepatuhan mereka terhadap protokol kesehatan. Temuan ini mengkonfirmasi hasil studi sebelumnya yang dilakukan Riyadi dan Larasaty (2020).

Pengaruh-pengaruh acak kabupaten/kota memiliki dugaan ragam yang signifikan. Ini berarti kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan bervariasi antar wilayah kabupaten/kota. Warga yang tinggal di kabupaten/kota yang sama cenderung memiliki perilaku yang lebih mirip

dibanding warga yang tinggal di kabupaten/kota lain. Hal ini kemungkinan terkait dengan adanya variasi jumlah kasus COVID di setiap kabupaten/kota, dan/atau karena perbedaan implementasi protokol kesehatan oleh masing-masing pemerintah daerah. Warga yang tinggal di kab/kota yang menegakkan aturan atau protokol kesehatan secara lebih ketat kemungkinan lebih patuh terhadap protokol kesehatan. Jika hal ini benar, maka pemerintah daerah memiliki peran yang sangat penting untuk menekan penyebaran COVID-19.

SIMPULAN

Hasil model linear mixed menunjukkan bahwa kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan berhubungan positif dan signifikan dengan jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19. Kepatuhan warga tersebut juga berhubungan signifikan dengan jenis kelamin, pendidikan, suku-bangsa, intensitas penggunaan media sosial, dan perasaan khawatir tertular. Sedangkan latar belakang agama, pendapatan, dan status pekerjaan tidak berpengaruh signifikan. Edukasi masyarakat tentang COVID-19 dan pentingnya protokol kesehatan perlu ditingkatkan, terutama bagi warga laki-laki, usia muda, dan berpendidikan rendah.

Pengaruh acak kabupaten/kota memiliki dugaan ragam yang signifikan.

Masyarakat yang tinggal di kabupaten/kota yang menerapkan protokol kesehatan lebih ketat mungkin lebih patuh dalam menjalankan aturan. Penegakan protokol kesehatan oleh masing-masing pemerintah daerah sangat diperlukan untuk menekan penyebaran penyakit ini.

DISKUSI

Hubungan yang positif antara kepatuhan warga terhadap protokol kesehatan dengan prevalensi COVID-19 dan akses media sosial menunjukkan bahwa psikologi siber merupakan pendekatan yang relevan dalam menjelaskan perilaku warga di masa pandemi. Informasi tentang COVID-19 bertindak sebagai sinyal (alarm) untuk membenahi keadaan agar tidak terjadi lonjakan morbiditas.

Kebijakan 3M (memakai masker, menjaga jarak, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir) dibuat oleh pemerintah untuk mengurangi COVID-19 *positivity rate* (prevalensi morbiditas). Namun perilaku manusia belum tentu semuanya memenuhi kebijakan 3M tersebut. Begitu juga kebijakan 5M (3M + menjauhi kerumunan + mengurangi mobilitas), 3T (*testing, tracing, treatment*) dan V (vaksinasi) tidak otomatis diikuti oleh masyarakat.

Hasil riset SMRC (2021) menunjukkan ada sekitar 29% masyarakat

secara nasional yang tidak mau divaksin. Hasil yang konsisten ditemukan dalam survei LSI (2021) di mana 36% dari 83% warga yang belum divaksin menyatakan tidak bersedia melakukan vaksinasi. Belum lagi kepatuhan atas 5M dan 3T, di tengah kemunculan berbagai virus Corona varian baru. Sehingga COVID-19 sulit turun seperti yang diharapkan akan terjadi pada akhir Juli 2021 (Juhaeri, 2021). Karena persyaratan model epidemiologi itu adalah terpenuhinya 5M, 3T dan V.

Relasi antara media sosial dan perilaku warga terkait COVID-19 perlu dielaborasi lebih lanjut dengan memberi perhatian pada jenis-jenis informasi yang diperoleh warga, termasuk disinformasi (*hoax*) tentang COVID-19. Survei LSI (2021) menemukan cukup banyak warga yang memiliki pemahaman keliru tentang COVID-19: ada sekitar 25% warga yang tidak percaya dengan keberadaan virus Corona; ada 34% warga yang percaya bahwa pengobatan tradisional dapat mencegah COVID-19; dan sekitar 45% warga menilai bahwa otoritas kesehatan melebih-lebihkan bahaya COVID-19. Sikap-sikap seperti ini sebagian mungkin bersumber dari disinformasi yang beredar di media sosial dan pada gilirannya dapat berpengaruh negatif terhadap kepatuhan terhadap kebijakan pemerintah terkait COVID-19 (5M+3T+V). Kajian lebih lanjut tentang pengaruh disinformasi tersebut perlu

dilakukan dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Alzyood, M., Jackson, D., Aveyard, H., & Brooke, J. (2020). *Reinforces the importance of handwashing*. *J Clin Nurs.* 29(15–16), 2760–2761.
- Bates, D., Maechler, M., Bolker, B., & Walker S. (2015). *Fitting Linear Mixed-Effects Models Using lme4*. *Journal of Statistical Software*, 67(1), 1-48.
- Bauch, C., D'Onofrio, A., & Manfredi, P. (2013). *Behavioral epidemiology of infectious diseases: An overview*. In *Modeling the Interplay Between Human Behavior and the Spread of Infectious Diseases* (pp. 1-19). Springer New York.
- Chu, D. K., Akl, E. A., Duda, S., Solo, K., Yaacoub, S., & Schünemann, H. J. (2020). Physical distancing, face masks, and eye protection to prevent person-to-person transmission of SARS-CoV-2 and COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Lancet*, 395(10242), 1973-1987.
- Nafian, M. I. (1 October 2020). *Pemprov DKI Jakarta klaim mobilitas warga*

turun saat PSBB. [detik.com](https://news.detik.com/berita/d-5196189/pemprov-dki-jakarta-klaim-mobilitas-warga-turun-saat-psbb). Retrieved from <https://news.detik.com/berita/d-5196189/pemprov-dki-jakarta-klaim-mobilitas-warga-turun-saat-psbb>.

Ginsberg, J., Mohebbi, M. H., Patel, R. S., Brammer, L., & Smolinski, M. S., & Brilliant, L. (2009). *Detecting influenza epidemics using search engine query data*. *Nature*, 2009, 457:1012.

Jiang, J. (2007). *Linear and Generalized Linear Mixed Models and Their Applications*. Springer New York, New York, USA.

Juhaeri J. (1 Agustus 2021). *COVID-19: the past, the present, and the future*. Dalam Webinar Epidemiologi "Perkembangan Covid-19 Kini dan Masa Depan: Bahaya dan Penanggulangannya". Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Retrieved from https://www.youtube.com/watch?v=jQ_nDB_KsXE.

LSI. (3 Agustus 2021). *Rilis Hasil Survei Nasional: Sikap Publik Terhadap Vaksin dan Program Vaksin Pemerintah*. Temuan Survei 20-25 Juni 2021. *Laporan Survei*. http://www.lsi.or.id/file_download/187.

McGrail, D. J., Dai, J., McAndrews, K. M., & Kalluri R. (2020). *Enacting national*

social distancing policies corresponds with dramatic reduction in COVID19 infection rates. *PLoS ONE*, 15(7).

Ritchie, H., Ortiz-Ospina, E., Beltekian, D., Mathieu, E., Hasell, J., Macdonald, B., et al. (2020). *"Coronavirus Pandemic (COVID-19)"*. Published online at OurWorldInData.org. Retrieved from: 'https://ourworldindata.org/coronavirus'

Riyadi & Larasati, P. (2020). *Faktor yang Berpengaruh terhadap Kepatuhan Masyarakat pada Protokol Kesehatan dalam Mencegah Penyebaran COVID-19*. Prosiding dari Seminar Nasional Official Statistics 2020 dengan Tema *Statistics In The New Normal: A Challenge of Big Data and Official Statistics di Politeknik Statistika STIS*: 45-54.

Republik Indonesia. (2020a). *Keputusan Menteri Kesehatan No. HK.01.07/Menkes/382/2020 tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*.

Republik Indonesia. (2020b). *Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala*

Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19).

SMRC. (3 Agustus 2021). *Satu Tahun Covid-19: Sikap dan Perilaku Warga Terhadap Vaksin Temuan Survei Nasional 28 Februari - 8 Maret 2021. Laporan Survei.* Retrieved from https://saifulmujani.com/wp-content/uploads/2021/04/bahan-rilis-ekonomipolitik_covid-19-maret-2021-

Takwin, B. (2020). *Pesan dari Editor-in-Chief: Tantangan Psikologi Siber.* *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(1), 3-4.

Zaninotto, P., Head, J. & Steptoe, A. (2020). *Behavioural risk factors and healthy life expectancy: evidence from two longitudinal studies of ageing in England and the US.* *Sci Rep* 10, 6955.

Tabel 1 Peubah-Peubah yang Digunakan dalam Penelitian

No	Peubah	Keterangan
1	Kepatuhan terhadap protokol kesehatan	Indeks gabungan tiga item perilaku (memakai masker, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, dan menjaga jarak fisik), di mana setiap item diukur dengan nilai berikut-nilai berikut: 4="selalu", 3="sering", 2="jarang", 1="tidak pernah". Nilai ketiga item tersebut dirata-ratakan sehingga menghasilkan skor kepatuhan terhadap protokol kesehatan dengan skala 1-4 (1=sangat tidak patuh, 4=sangat patuh).
2	Prevalensi COVID-19	Jumlah kasus terkonfirmasi COVID-19 per sejuta penduduk menurut provinsi.
3	Media Sosial	Indeks gabungan tujuh item penggunaan sosial media dan aplikasi teks berbasis internet (facebook, twitter, instagram, youtube, whatsapp, line, telegram), di mana masing-masing item diukur dengan nilai-nilai berikut: 6 = "setiap hari atau hampir tiap hari", 3.5 ="3-4 hari per minggu", 1.5 =" 1-2 hari per minggu", 0.5 ="jarang/tidak setiap minggu", 0="tidak

pernah”. Nilai ketujuh tersebut dirata-ratakan untuk menghasilkan skor intensitas penggunaan media sosial dengan skala 0-6 (0=tidak pernah, 6=sangat intensif).

4	Rasa khawatir terular COVID-19	1=Sangat/khawatir, 0=Kurang/tidak khawatir sama sekali.
5	Gender	1=Laki-laki, 0=Perempuan.
6	Umur	Umur dalam tahun.
7	Pendidikan	Lama sekolah dalam tahun.
8	Income	Rata-rata pendapatan rumah tangga dalam juta rupiah.
9	Status bekerja	1=Bekerja, 0=Tidak bekerja.
10	Agama	Latar belakang agama: 1=Islam, 0=Lainnya.
11	Suku-bangsa	Latar belakang suku-bangsa: 1=Jawa, 0=Lainnya.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Setiap Variabel

	n	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Kepatuhan terhadap protokol kesehatan	1061	1	4	3.21	0.71
Prevalensi Covid-19	1064	857	32166	5135.41	6075.38
Media Sosial	1013	0	5	1.23	1.22
Rasa khawatir terular	1064	0	1	0.73	0.45
Gender (1=Laki-laki)	1064	0	1	0.50	0.50
Umur	1064	17	99	38.98	15.25
Pendidikan	1064	0	17	9.27	3.94
Pendapatan	1049	0	25	2.28	2.60
Suku-bangsa (1=Jawa)	1064	0	1	0.41	0.49
Agama (1=Islam)	1064	0	1	0.89	0.32
Status bekerja (1=Bekerja)	1064	0	1	0.57	0.50

Tabel 3. Model Campuran Linear Kepatuhan Terhadap Protokol Kesehatan

Pengaruh acak	Standard			
	Ragam	Deviation	G^2	$P(>G^2)$
Kabupaten/Kota	0.167	0.409	169.017	0.000
Sisaan	0.258	0.508		
Pengaruh tetap	Koefisien	Standard Error	t-value	$P(> t)$
Konstanta	2.620	0.137	19.060	0.000
Prevalensi Covid-19	2.244×10^{-5}	0.000	3.331	0.001
Media Sosial	0.049	0.022	2.280	0.023
Rasa khawatir terular	0.191	0.042	4.557	0.000
Gender (1=Laki-laki)	-0.135	0.037	-3.623	0.000
Umur	0.003	0.001	2.317	0.021
Pendidikan	0.025	0.006	4.584	0.000
Pendapatan	0.012	0.007	1.683	0.093
Suku-bangsa (1=Jawa)	0.108	0.054	1.986	0.047
Agama (1=Islam)	-0.108	0.082	-1.321	0.187
Status bekerja (1=Bekerja)	0.022	0.040	0.546	0.585
Valid n = 977.				

**Problematic Social Media Use pada Ibu Rumah Tangga di Masa Pandemi
Covid-19: Peran Fear of Missing Out**

**Problematic Social Media Use for Housewives during the Covid-19 Pandemic:
The Role of Fear of Missing Out**

BERNADETA WINONA LALITA RIADI¹, INDAH MULYANI²

Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma

Email: ¹winonalalita@student.gunadarma.ac.id

Abstrak. Kebijakan pemerintah selama masa pandemi Covid-19 untuk menjaga jarak menjadikan media sosial sebagai salah satu sarana untuk tetap menjalin silaturahmi, mencari hiburan, ataupun mendampingi anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh di kalangan ibu rumah tangga. Penggunaan media sosial yang berlebihan dan berdampak negatif pada seseorang didefinisikan sebagai *problematic social media use* (PSMU), di mana salah satu faktor penyebabnya adalah *fear of missing out* (FoMO), yaitu bagian kepribadian yang ditandai dengan rasa takut atau khawatir yang berlebihan bila tertinggal informasi sosial tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh FoMO terhadap PSMU pada ibu rumah tangga. Responden dalam penelitian ini berjumlah 233 ibu rumah tangga yang memiliki akun media sosial dan aktif menggunakannya selama kurang lebih satu tahun belakangan. Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *Google Form*. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa FoMO berpengaruh sebesar 29,3% terhadap PSMU pada ibu rumah tangga, sedangkan sebesar 70,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hasil tersebut dapat menjelaskan bahwa munculnya perilaku PSMU di kalangan ibu rumah tangga dapat dikarenakan adanya rasa khawatir yang berlebihan akan tertinggal informasi sosial. Hal tersebut didukung oleh hasil data deskriptif yang menunjukkan bahwa hampir separuh responden merasa ada yang kurang, bosan, bahkan stres saat tidak mengakses media sosial sehari penuh.

Kata Kunci: *PSMU, FoMO, ibu rumah tangga, Covid-19.*

Abstract. The government policy to maintain social distance during Covid-19 pandemic made social media tools to establish friendships, seek entertainment, or accompany children during school from home among housewives. Excessive use of social media that impacts negatively on a person is defined as the problematic social media use (PSMU). One of the contributing factors of PSMU is fear of missing out (FoMO), which is a trait that is characterized by fear or excess when the social information is left behind. The purpose of this study was to empirically test whether fear of missing out affects the problematic social media use among housewives. Respondents in this study are 233 housewives who had social media accounts and actively used them for the past one year. Data collection was carried out through a Google Form. The results of this study indicate that FoMO has as many as 29.3% to PSMU among housewives, while 70.7% is influenced by other factors outside this study. These results can explain that the emergence of PSMU behavior among housewives can be due to excessive worry that social information

will be left behind. The results of this study is supported by the results of descriptive data which shows that almost half of the respondents feel that something is lacking, bored, and even stressed when they do not access social media for a full day.

Keywords: PSMU, FoMO, housewives, Covid-19.

PENDAHULUAN

Tanggal 2 Maret 2020 adalah pertama kalinya virus Corona masuk ke Indonesia dan ditemukan sebanyak dua kasus. Penambahan kasus yang terjadi mendasari pemerintah memberlakukan *social distancing* pada pertengahan Maret 2020. Hal ini merupakan salah satu upaya untuk memutus mata rantai penyebaran Covid-19 (Azanella, 2020). Salah satu bidang yang terdampak adalah bagian pendidikan, di mana pembelajaran dilakukan secara daring atau dari rumah (pembelajaran jarak jauh). Adanya pembelajaran jarak jauh menjadikan orang tua sebagai salah satu penanggung jawab utama dalam proses pendidikan anak. Artinya, bahwa apabila sebelum pandemi anak-anak berada di bawah pengawasan guru selama mereka belajar di sekolah maka sekarang orang tua memiliki andil yang lebih besar, karena kegiatan pembelajaran dilakukan secara daring di rumah (Garbe, Ogurlu, Logan, & Cook, 2020). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan Koskela, Pihlainen, Piispa-Hakala, Vornanen, dan Hämäläinen (2020) yang menyatakan bahwa diperlukan adanya kerja sama yang baik antara guru dan orang tua demi mewujudkan pendidikan yang optimal bagi anak.

Salah satu *platform* yang menyediakan

sarana untuk *chatting*, mencari informasi, atau untuk mendampingi anak melaksanakan pembelajaran jarak jauh adalah media sosial. Berdasarkan hasil wawancara (Lalita, komunikasi personal, 2 Juni 2021) dengan lima ibu rumah tangga menunjukkan bahwa akses media sosial dilakukan untuk berbagai kepentingan salah satunya adalah komunikasi dengan guru selama masa pembelajaran jarak jauh. Dua dari lima ibu rumah tangga menyatakan bahwa media sosial juga menjadi sarana melihat kegiatan orang tua lain bersama anak dalam pembelajaran mandiri (di luar kelas daring). Tidak hanya itu, rata-rata dari ibu rumah tangga yang di wawancara juga mengatakan bahwa media sosial juga digunakan menjalin silaturahmi dengan teman dan keluarga, mencari hiburan dengan menonton *streaming*, mencari informasi terkait pandemi, juga untuk berdiskusi dengan guru maupun orang tua murid lainnya mengenai keperluan pembelajaran anak.

Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial di kalangan ibu rumah tangga semakin meningkat di masa pandemi ini. Data ini sejalan pula dengan hasil survei yang dilakukan Kemp (2021) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia mencapai 61,8%, meningkat sebesar 6,3% apabila dibandingkan dengan bulan Januari 2020. Menurut Griffiths (2005)

penggunaan media sosial yang kompulsif dapat dikategorikan sebagai gangguan perilaku yang disebut *social media addiction*, di mana gejalanya meliputi perubahan spesifik terkait suasana hati, masalah toleransi terhadap orang lain, perasaan berharga, *withdrawal* atau menarik diri, *conflict* dan *relapse* atau kecenderungan untuk kambuh. Istilah ini berkaitan dengan *social media sites* dan *problematic social media use* yang merupakan fenomena kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai macam faktor, seperti usia, *gender*, tingkat pendidikan, tempat tinggal, dan relasi sosial (Kircaburu, Alhabash, Tosuntaş, & Griffiths, 2018). Selain itu, terdapat beberapa gejala psikologis, seperti mudah tersinggung, cemas, dan merasa terikat bila durasi akses dikurangi, serta berbagai masalah interpersonal (Bányai, Zsilla, Király, Maraz, Elekes, Griffiths, Andreassen, & Demetrovics, 2017).

Menurut Abel, Buff, dan Burr (2016) salah satu penggunaan media sosial yang berlebihan disebabkan oleh adanya keterikatan, perilaku yang mudah marah dan gelisah serta rasa takut tertinggal informasi sosial tertentu atau menjadi mudah membandingkan keadaan disebut dengan *fear of missing out* (FoMO). Individu dengan FoMO akan cenderung mengakses media sosial secara kontinyu agar ketakutannya teratas, karena apabila sampai terlewat maka timbul perasaan tidak puas, cemas, dan ada sesuatu yang dirasa kurang. FoMO berperan sebagai mediator antara kepribadian dan PSMU secara signifikan

(Angesti & Oriza, 2018). Hal ini sejalan dengan Setiadi dan Agus (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara tingkat FoMO dengan durasi penggunaan media sosial karena adanya ketidakpuasan diri pada kebutuhan psikologi dasar, yakni *competence*, *autonomy*, dan *relatedness*.

Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa FoMO dapat meningkatkan penggunaan media sosial hingga masuk dalam kategori PSMU dimana salah satunya dapat terjadi pada ibu rumah tangga.

METODE

Responden penelitian. Penelitian ini melibatkan 233 ibu rumah tangga sebagai responden dengan rata-rata usia responden 28 tahun. Kuesioner penelitian ini memuat data diri, pernyataan persetujuan, dan skala pengukuran dari kedua variabel. Bagian pengantar pada kuesioner tertulis kriteria responden yang dibutuhkan, yakni (1) ibu rumah tangga yang memiliki media sosial, dan (2) aktif menggunakan media sosial tersebut.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pengambilan sampel menggunakan *non-probability* dengan teknik *purposive sampling*.

Instrumen penelitian. *Problematic social media use* diartikan sebagai penggunaan *platform* media sosial secara kompulsif sehingga masuk dalam kategori gangguan perilaku yang

menimbulkan masalah terkait *salience*, *tolerance*, *withdrawal*, gangguan *mood*, *conflict*, dan *relapse* atau kecenderungan untuk kambuh. Skala PSMU yang digunakan merupakan adaptasi dan modifikasi dari skala *The Generalized Problematic Internet Use* menurut Caplan (2010) yang disusun berdasarkan dimensi *preference for online social interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficit self-regulation*, *cognitive preoccupation*, dan *compulsive internet use*. Salah satu aitem dalam skala ini adalah ‘Saat merasa terpuruk, saya menggunakan internet agar merasa lebih baik’. Seluruh aitem berjumlah 15 dan bersifat *favorable* dengan variasi 5 poin jawaban, yaitu ‘Sangat Tidak Sesuai’ (1) hingga ‘Sangat Sesuai’ (5). Tidak ada aitem yang gugur dalam skala ini, dengan $\alpha = 0,876$.

Fear of missing out merupakan bagian dari kepribadian yang ditandai dengan perasaan takut kehilangan informasi sosial tertentu, sehingga dapat menimbulkan berbagai masalah perilaku seperti mudah marah atau gelisah. FoMO dalam penelitian ini diukur menggunakan skala orisinal *Fear of Missing Out* menurut Przybylski, Murayama, DeHaan, dan Gladwell (2013) yang disusun berdasarkan aspek *competence*, *autonomy*, dan *relatedness* dengan keseluruhan aitem berjumlah 10. Contoh aitem dalam skala ini adalah ‘Saya khawatir apabila teman-teman saya bersenang-senang tanpa saya’ di mana kategori respons mulai dari ‘Sangat Tidak Sesuai’ hingga ‘Sangat Sesuai’. Rentang skor 1-5 dan $\alpha = 0,862$.

Prosedur penelitian. Alat ukur dipersiapkan dengan menerjemahkan skala orisinal kemudian dinilai oleh *expert judgement*. Pengambilan data penelitian dilakukan selama 12 hari di mana peneliti mendapatkan bantuan dari relasi pertemanan dan keluarga untuk meneruskan kuesioner kepada calon responden yang sesuai. Selain itu, pada bagian awal kuesioner juga dilengkapi dengan inform consent sehingga setiap responden dalam penelitian ini secara sukarela melakukan pengisian.

Analisis data. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi sederhana untuk melihat persentase PSMU yang dipengaruhi oleh FoMO. Tahapan analisa yang pertama adalah melakukan uji validitas, reliabilitas, daya diskriminasi aitem, dilanjutkan dengan uji asumsi dan uji regresi sederhana. Selanjutnya yaitu analisis deskriptif variabel untuk menentukan mean empirik (ME) dan standar deviasi hipotetik (SDH).

HASIL

Hasil penelitian berdasarkan pertanyaan terbuka menunjukkan bahwa penggunaan media sosial didominasi untuk *chatting*. Secara berurutan selanjutnya penggunaan untuk melihat pembaruan teman atau artis, ini termasuk dengan mencari *gossip*, kemudian untuk mencari informasi atau berita, mengunggah pembaruan di akun pribadi, dan untuk belanja daring baik melalui ataupun di luar fitur *e-commerce* yang

tersedia. Responden yang tidak memiliki kesempatan untuk mengakses media sosial dalam sehari penuh didominasi oleh pernyataan

merasa biasa saja, sebaliknya ada perasaan kurang atau tertinggal informasi, dan merasa bosan, galau, tidak nyaman, bahkan *stress*.

Tabel 1. Pertanyaan terbuka

Kategorisasi Jawaban	N	Persentase
Pertanyaan Terbuka		
Yang dilakukan saat mengakses media sosial		
Chatting	66	28,34%
Mencari informasi atau berita	60	25,75%
Melihat pembaruan dari teman	44	18,88%
Mencari resep masakan	23	9,87%
Mencari gossip atau pembaruan artis	20	8,58%
Mengunggah pembaruan	12	5,15%
Belanja daring	8	3,43%
Perasaan saat tidak sempat mengakses media sosial dalam sehari penuh		
Biasa saja	135	57,94%
Merasa ada yang kurang dan tertinggal informasi	57	24,47%
Merasa bosan, galau, tidak nyaman, dan stress	41	17,59%

Uji regresi sederhana dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* mempengaruhi *problematic social media use* sebesar 23,9% dan 70,7% lainnya dipengaruhi

oleh faktor lain di luar penelitian ini. Nilai mean empirik pada variabel PSMU sebesar 35,86 dan FoMO sebesar 23,97. Berdasarkan pada besaran angka ini, maka kedua variabel berada pada kategori sedang. Dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Sederhana

Variabel	Mean	R ²	F	Sig.
PSMU	35.86			
FoMO	23.97	.293	95.825	.000

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic social media use* terhadap ibu rumah tangga dalam masa pandemi Covid-19. Responden yang memiliki tingkat FoMO lebih tinggi akan mengalami dorongan untuk memeriksa media sosial secara berkala dalam rentang waktu tertentu di segala situasi, seperti disebutkan pada penelitian Abel, Buff, dan Burr (2016). Penelitian sebelumnya yang dilakukan Blackwell, Leaman, Tramposch, Osborne, dan Liss (2017) menunjukkan bahwa FoMO menjadi salah satu *predictor* yang secara signifikan berpengaruh sebesar 31,4% terhadap perilaku kecanduan bermedia sosial. Berdasarkan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Elhai, Levine, Dvorak, dan Hall (2016) menyatakan bahwa

FoMO merupakan salah satu *predictor* terkuat untuk *smartphone addiction*, di samping depresi dan kecemasan. Dalam mengakses media sosial, gawai merupakan salah satu perangkat yang digunakan. *Smartphone addiction* yang juga dikenal dengan istilah *problematic social media use* yaitu bentuk penggunaan media sosial yang berlebihan dan tidak sehat, ditandai dengan kurangnya kontrol terhadap perilaku salah satunya dipengaruhi oleh tingkat FoMO (Franchina, Abeele, Rooij, Coco, Marez, 2018). Hasil penelitian ini sejalan pula dengan studi yang dilakukan oleh Müllera, Wegmannna, Stolzea, dan Branda (2020) yang menyatakan bahwa *fear of missing out* bertindak sebagai pengaruh utama dari kecenderungan dan dorongan menunda melakukan sesuatu atau prokrastinasi, serta membantalkan perjanjian dengan orang lain akibat *problematic social media use*.

Pemberlakuan *physical distancing* atau di masa sekarang ini dikenal sebagai pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) menjadi salah satu penyebab serba terbatasnya kondisi, seperti untuk bertatap muka secara langsung dengan orang lain. Beberapa kegiatan yang melibatkan interaksi banyak orang dialihkan secara daring, salah satunya kegiatan belajar mengajar. Selain dari guru, siswa dalam rentang usia prasekolah sampai remaja masih sangat membutuhkan pendampingan dari orang tua, seperti ibu, sehingga peran atau tugas ibu menjadi bertambah. Pendampingan terhadap pendidikan anak juga dilakukan saat aktivitas

pembelajaran mandiri (Putra, Liriwati, Tahrim, Syafrudin, & Aslan, 2020). Hal ini merupakan salah alasan penggunaan media sosial di kalangan ibu rumah tangga juga meningkat dan meluas. Sejalan pula dengan hasil survei yang dilakukan Kemp (2021) menyebutkan bahwa penggunaan media sosial di Indonesia pada Januari 2021 mencapai 61,8%, meningkat sebesar 6,3% apabila dibandingkan dengan bulan Januari 2020.

Selain untuk melakukan pendampingan anak dalam masa pendidikan, penggunaan sosial media untuk *chatting*, melihat dan mengunggah status, foto, atau video merupakan beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menjaga hubungan antara masa kini dan masa lalu, seperti disebutkan Atchley (1989) dalam teori kontinuitas mengenai dorongan untuk mempertahankan hubungan. Singkatnya, media sosial menjadi pilihan sebagai hiburan setelah menyelesaikan peran ibu rumah tangga lainnya, seperti yang diungkapkan dalam ragam jawaban pertanyaan terbuka mengenai waktu yang digunakan untuk mengakses media sosial.

Ragam jawaban untuk pertanyaan mengenai apa yang dilakukan saat mengakses media sosial yang paling banyak adalah untuk *chatting* karena ibu rumah tangga memiliki kebutuhan untuk mengobrol dan berinteraksi, baik dengan teman maupun keluarga, terutama di masa pandemi ini. Interaksi atau diskusi antar orang tua dan dengan guru dijembatani oleh media sosial. Maka tidak menutup kemungkinan bahwa ibu rumah tangga dapat mengalami rasa

bosan, galau, tidak nyaman, bahkan *stress* saat tidak dapat mengakses media sosial. Ragam jawaban kedua yaitu penggunaan media sosial untuk mencari informasi atau berita berkaitan dengan kondisi saat ini yang demikian dinamis dengan banyaknya informasi yang beredar dan salah satunya ada dalam media sosial membuat masyarakat perlu memilih dan memilih dengan teliti mana yang merupakan fakta, mana yang hoaks atau palsu. Artinya, eksistensi media sosial sangat dibutuhkan dalam masa pandemi karena aksesnya yang cukup mudah untuk berbagi, mengunggah, mengunduh, dan memberikan reaksi terkait informasi yang tersedia. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saud, Mashud, dan Ida (2020) terkait penggunaan sosial media selama pandemi yang meningkat salah satunya untuk mencari informasi. Ragam jawaban ketiga adalah penggunaan media sosial untuk melihat pembaruan dari teman. Jawaban ini menarik karena berdasarkan observasi dan diskusi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa ibu rumah tangga cenderung dekat dengan *gossip* sebagai salah satu bentuk hiburan yang dibutuhkan. Setelah dilakukan pengolahan data, mencari *gossip* justru menempati posisi kelima, setelah kebutuhan untuk mencari resep masakan dan mengunduh pembaruan.

Maka dari itu, bagi konselor atau praktisi psikologi agar melakukan studi secara khusus mengenai sosial media sehingga dapat memilih intervensi yang tepat dalam mengatasi masalah klien dengan perilaku *problematic*

social media use yang kemungkinan munculnya disebabkan oleh *fear of missing out*. Bagi ibu rumah tangga diharapkan mampu membangun komunikasi yang baik dalam rumah tangga, bekerja sama dengan anggota keluarga agar membentuk kesepakatan mengenai penggunaan media sosial. Sehingga mencegah terjadinya perilaku penggunaan sosial media yang bermasalah. Namun, apabila sudah timbul perilaku ini dan dirasa mengganggu, maka ibu rumah tangga diharapkan bersedia mencari bantuan psikolog ataupun konselor. Bagi pasangan atau suami agar membangun komunikasi yang baik dalam rumah tangga terutama mengenai waktu menggunakan gawai saat anggota keluarga ada di rumah, baik sebagai upaya pencegahan terjadinya *problematic social media use* maupun untuk mengatasi hal tersebut sekiranya telah terjadi. Apabila perilaku PSMU telah cukup mengganggu, pasangan kiranya dapat berinisiatif untuk mencari bantuan konselor atau psikolog. Penelitian ini hanya berfokus pada pengaruh *fear of missing out* terhadap *problematic social media use* pada ibu rumah tangga. Berdasarkan penelitian Abel, Buff, dan Burr (2016); Elhai, Levine, Dvorak, dan Hall (2016); Franchina, Abeele, Rooij, Coco, Marez, (2018); Müllera, Wegmannna, Stolzea, dan Branda (2020) didapatkan fakta bahwa ada bermacam-macam variabel dan faktor lainnya yang mempengaruhi penggunaan sosial media yang bermasalah dan bahwa berbagai macam lapisan masyarakat bisa terjebak dalam situasi ini. Faktor tersebut antara

lain depresi, rasa cemas, *need for touch*, dan ketidakmampuan untuk meregulasi emosi. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu membahas lebih dalam dan kompleks terkait dengan variabel dan faktor lain yang mempengaruhi *problematic social media use*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji regresi sederhana diketahui bahwa terdapat pengaruh *fear of*

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, J. P., Buff, C. L., & Burr, S. A. (2016). *Social media and the fear of missing out: scale development and assessment. Journal of Business & Economics Research* 14 (1), 33-43.
- Angesti, R., & Oriza, I. D. I. (2018). *Peran fear of missing out (FoMO) sebagai mediator antara kepribadian dan penggunaan internet bermasalah. Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2 (2), 790-800.
- Atchley, R. C. (1989). *A continuity theory of normal aging. The gerontologist*, 29, 183-190.
- Azanella, L. A. (20 Juli 2021). *Social distancing disebut bisa tekan penularan corona, bagaimana praktiknya?* Retrieved from <https://www.kompas.com/tren/read/2020/03/16/160000965/social-distancing-disebut-bisa-tekan-penularan-corona-bagaimana-praktiknya-?page=all>
- Bányai, F., Zsila, A., Királt, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S., & Demetrovics, Z. (2016). *Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. Journal PLoS ONE* 12 (1), 1-13.
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., & Liss, M. (2017). *Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. Personality and Individual Differences*, 116, 69-72.
- Caplan. (2010). *Theory and measurement of*
- missing out yang sangat signifikan terhadap *problematic social media use* pada ibu rumah tangga sebesar 29,3% sedangkan sebesar 70,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Secara lebih lanjut, hasil analisis deskriptif melalui pertanyaan terbuka menunjukkan bahwa hampir separuh responden merasa timbulnya perasaan kurang atau tertinggal informasi, bosan, galau, tidak nyaman, dan *stress* saat tidak mengakses media sosial sehari penuh.
- from

- generalized problematic internet use: a Two-step approach. Computers in Human Behavior, 26, 1089-1097.*
- Elhai, J. D., Levine, J. C., Dvorak, R. D., & Hall, B. J. (2016). *Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. Computers in Human Behavior, 63, 509-516.*
- Franchina, V., Vanden Abeele, M., van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). *Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among Flemish adolescents. International Journal Environment Research and Public Health, 15(10), 1-18.*
- Garbe, A., Ogurlu, U., Logan, N., & Cook, P. (2020). *Covid-19 and remote learning: Experiences of parents with children during the pandemic. American Journal of Qualitative Research, 4 (3), 45-65.*
- Griffiths, M. (2005). *A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. Journal of Substance Use, 10 (4), 191-197.*
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (12 Juli 2021). *SE sesjen: Pedoman penyelenggaraan belajar dari rumah dalam masa darurat penyebaran Covid-19.* Retrieved from <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/se-sesjen-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>
- Kemp, S. (10 Agustus 2021). *Digital 2021: Indonesia.* Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia?rq=indonesia>
- Kircaburu, K., Alhabash, S., Tosuntaş, S. B., & Griffiths, M. D. (2018). *Uses and gratifications of problematic social media use among university students: a Simultaneous examination of the big five personality traits, social media platforms, and social media use motives. International Journal Mental Health Addiction, 14, 1-23.*
- Koskela, T., Pihlainen, K., Piispa-Hakala, S., Vornanen, R., & Hämäläinen, J. (2020). *Parent’s views on family resiliency in sustainable remote schooling during the Covid-19 outbreak in Finland. Sustainability, 12, 1-20.*
- Müllera, S. M., Wegmanna, E., Stolzea, D., & Branda M. (2020). *Maximizing social outcomes? Social zapping and fear of*

missing out mediate the effects of maximization and procrastination on problematic social networks use. *Computers in Human Behavior*, 107, 1-10.

Oxford Dictionary. (10 Juli 2019). *Definition of housewife in English*. Retrieved from <https://www.lexico.com/en/definition/housewife>

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out*. *Computers in Human Behavior*, 29, 1841-1848.

Putra, P., Liriwati, F. Y., Tahrim, T., Syafrudin,

& Aslan. (2020). *The Students Learning from Home Experience during Covid-19 School Closures Policy in Indonesia*. *Jurnal Iqra': Kajian Ilmu Pendidikan* 5 (2), 30-42.

Saud, M., Mashud, M., & Ida, R. (2020). *Usage of social media during the pandemic: Seeking support and awareness about COVID-19 through social media platforms*. *Journal of Public Affairs*, e02417, 1-9.

Setiadi, F., & Agus, D. (2020). *Hubungan antara durasi penggunaan jejaring sosial dan tingkat fear of missing out di kalangan mahasiswa kedokteran di Jakarta*. *Journal of Medicine*, 19 (1), 62-69

Analisis Profil Kepribadian Aktivitas Pengguna Sosial Media

Personality Profile Analysis of Social Media User Activities

ARDIAN NUR ROMADHAN¹, EMA UTAMI², ANGGIT DWI HARTANTO³

Fakultas Magister Teknik Informatika, Universitas Amikom Yogyakarta

Email: ¹ardian.1251@students.amikom.ac.id, ²ema.u@amikom.ac.id, ³anggit@amikom.ac.id

Abstrak. Setiap individu memiliki keragaman bentuk dalam sifat dan karakter kepribadian yang dimiliki. Perbedaan karakter dari berbagai tipe kepribadian dapat dilihat dari fitur perilaku dan interaksi sosialnya, baik secara langsung maupun melalui media digital yaitu sosial media. Tentunya aktivitas dalam bentuk unggahan pengguna di sosial media dapat mencerminkan kepribadian tiap individu dari cara berkomunikasi, gaya berperilaku, dan cara menghadapi tekanan hidup. Banyaknya informasi yang dapat digali dan tersaji pada aktivitas unggahan di platform sosial media sudah dimanfaatkan oleh beberapa peneliti dalam kajian penelitian *data science* untuk klasifikasi *profiling* baik dalam bentuk gambar, audio, video atau teks. *Text mining* merupakan proses pengambilan informasi berkualitas tinggi yang bersumber dari teks. Tinjauan pustaka sistematis ini digunakan untuk menganalisis teknik penyusunan profil kepribadian aktivitas penggunaan sosial media. Dari kajian literatur ini dapat diketahui bahwa berbagai metode dan algoritma terbukti mampu melakukan prediksi klasifikasi atas kepribadian dari unggahan teks pengguna sosial media dengan tingkat akurasi yang bervariasi. Selain itu tingkat keakuratan dari setiap metode yang digunakan menunjukkan hasil bahwa diantaranya masih terdapat akurasi dibawah 50%, oleh karena itu untuk pengembangan penelitian kedepan perlu adanya peningkatan akurasi dengan pelabelan data yang tepat dan adanya peran validasi oleh Psikolog pakar di bidang Psikologi Kepribadian. Selain itu untuk penelitian mendatang juga dapat mengimplementasikan teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang lain seperti 16PF (*Personality Factor Sixteen*), *The Four Temperament*, EPPS, atau MMPI.

Kata Kunci: klasifikasi kepribadian sosial media, penambangan teks, penambangan data, analitik data

Abstract. *Each individual has a variety of forms in the nature and character of the personality they have. The differences in the characters of various personality types can be seen from the behavioral features and social interactions, both directly and through digital media, namely social media. Of course, activities in the form of user uploads on social media can reflect the personality of each individual from the way they communicate, behave, and how to deal with the pressures of life. The amount of information that can be extracted and presented in uploading activities on social media platforms has been used by several researchers in data science research studies for profiling classification in the form of images, audio, video or text. Text mining is the process of retrieving high-*

quality information from text. This systematic literature review is used to analyze the technique of personality profiling of social media use activities. From this literature review, it can be seen that various methods and algorithms are proven to be able to predict the classification of personality from social media user text uploads with varying degrees of accuracy. In addition, the level of accuracy of each method used shows the results that some of them still have accuracy below 50%, therefore for the development of future research it is necessary to increase accuracy with proper data labeling and the role of validation by expert psychologists in the field of Personality Psychology. In addition, future research can also implement personality theory, personality types or other personality measuring tools such as 16 PF (Personality Factor Sixteen), The Four Temperament, EPPS, or MMPI.

Key words: *social media personality classification, text mining, data mining, data analytics.*

PENDAHULUAN

Ketertarikan akan adanya pemanfaatan *machine learning* sangat dibutuhkan di berbagai lini kehidupan, dimana salah satunya digunakan dalam menjawab pertanyaan “*apakah mungkin melakukan prediksi dan pemodelan klasifikasi kepribadian berdasarkan ungkapan pengguna di sosial media?*”. Laman sosial media, seperti Facebook, Instagram, Twitter, Google+ dll menyediakan layanan interaksi sosial melalui media digital yang memungkinkan penggunanya saling berinteraksi di jaringan nirkabel, sehingga media tersebut menjadi sarana bertukar informasi, menyampaikan pendapat/opini atau pandangan terhadap suatu fenomena dan pengalaman maupun hal lain yang menjadi trend perhatian pada masyarakat.

Hal tersebut sering disebut dengan sentimen. Sentimen analisis merupakan suatu proses yang digunakan untuk menentukan pendapat, emosi atau sikap yang terefleksi melalui gambar, audio, video atau teks, dimana diklasifikasikan menjadi ungkapan positif atau negatif. Pemanfaatan *machine learning* dengan

menggunakan pendekatan *supervised learning* untuk melakukan analisis sentimen klasifikasi *profiling* kepribadian aktivitas pengguna sosial media saat ini menjadi daya tarik para peneliti sebagai objek penelitiannya. Keunggulan pendekatan ini dibandingkan dengan *unsupervised learning* yaitu pada pendekatan *supervised learning* terdapat algoritma yang handal dan sering digunakan dalam kajian penelitian *data science* khususnya *text mining*. Tahapan proses dalam *text mining* yaitu dari pengumpulan data, pembagian dataset, *preprocessing* teks, ekstraksi fitur hingga pemilihan algoritma dimana algoritma yang digunakan memiliki implikasi terhadap tingkat akurasi prediksi kepribadian yang dilakukan (Hartanto dkk., 2019; Thurairasa & Colombo, 2020). Berbagai penelitian klasifikasi kepribadian mencoba menganalisis kumpulan jenis data dari sosial media seseorang untuk memprediksi kepribadiannya. *Big Five*, MBTI, NEO *personality inventory*, DISC dan Ekstrovert dan Introvert merupakan beberapa teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang pernah diimplementasikan oleh para peneliti terdahulu dalam kajian penelitian *data science* klasifikasi

profiling kepribadian aktivitas pengguna sosial media (lihat Tabel 1). Teori merupakan kumpulan asumsi yang saling terkait dan sistematis yang digunakan untuk menguji hipotesis. Tipe menggambarkan model dari atribut-atribut pengungkapan diri seseorang. Sedangkan alat ukur merupakan bentuk skala yang memiliki karakteristik khusus yang disusun dan dikembangkan dari variabel atau atribut, sehingga dihasilkan alat tes yang optimal, reliabel dan valid (Azwar, 2013; Farmawati & Hidayati, 2019; Fatwakiningsih, 2020; Fauzia dkk., 2019). Beberapa peneliti menggunakan metode *K-Nearest Neighbor* untuk memprediksi kepribadian pengguna sosial media (Claudy dkk., 2018; Harahap & Muslim, 2020; Munggaran & Setiawan, 2019; Putra & Wardani, 2020). Beberapa penelitian lain menggunakan metode *Support Vector Machine* untuk melakukan *profiling* kepribadian dengan memanfaatkan *text mining* (Celli & Lepri, 2018; Fahmi dkk., 2019; Fikry, 2018; Ramadhan & Putra, 2020; Souri dkk., 2018; Tighe & Cheng, 2018; Utami dkk., 2019). Selain itu berbagai metode seperti *Naïve Bayesian*, *Neural Network*, *Decision Tree*, *Logistic Regression*, *Multinomial Naïve Bayes*, *Semi-Supervised Learning*, *Gradient Boosting*, *Random Forest*, *Bayesian Optimization* juga telah digunakan untuk mengkaji pendekatan tersebut dimana penggunaan berbagai metode tersebut untuk menemukan tingkat akurasi terbaik (Claudy dkk., 2018; Hartanto dkk., 2019; Munggaran & Setiawan, 2019; Putra & Wardani, 2020;

Ramadhan & Putra, 2020; Souri dkk., 2018; Tighe & Cheng, 2018; Utami dkk., 2019, 2019; Wijaya & Cendana, 2020; Zheng & Wu, 2019). Distribusi berbagai metode yang digunakan untuk analisis *profiling* kepribadian aktivitas pengguna sosial media dapat dilihat pada Tabel 2.

Berbagai hasil penelitian yang menganalisis status unggahan di Facebook maupun analisis unggahan berupa teks/video/gambar di Instagram dan juga analisis tweet akun pengguna Twitter seseorang menunjukkan bahwa kepribadian seseorang dapat diketahui dengan menganalisis apa yang mereka unggah di sosial media baik melalui Facebook, Instagram maupun Twitter meskipun dalam proses klasifikasi menggunakan metode dan algoritma yang berbeda namun berbagai algoritma yang digunakan terbukti mampu menghasilkan tingkat akurasi prediksi yang bervariasi atas teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang diimplementasikan. Dengan demikian, analisis kepribadian terhadap data unggahan berupa gambar, audio, video atau teks dari akun sosial media seseorang dapat digunakan sebagai referensi untuk mengetahui prediksi kepribadian aktivitas pengguna sosial media.

Hal ini juga menunjukkan bahwa perilaku *online* pengguna sosial media merupakan faktor yang relevan dalam memprediksi tipe kepribadian seseorang. Berdasarkan hasil penelitian-penelitian sebelumnya terkait dengan profil kepribadian

pengguna sosial media, diperoleh hasil bahwa metode-metode yang ada pada pendekatan *supervised learning* dapat digunakan dalam pengambil prediksi kepribadian. Namun untuk memperoleh hasil lebih baik perlu adanya penelitian lebih lanjut. Kajian literatur ini akan mengulas berbagai metode yang digunakan dalam pengambilan prediksi kepribadian, sehingga dapat dimanfaatkan untuk studi penelitian kedepannya.

METODE

Metode penelitian yang digunakan untuk penulisan ini adalah tinjauan pustaka sistematis secara menyeluruh yang digunakan untuk membuat desain analisis profil kepribadian yang memanfaatkan kumpulan dataset di sosial media. Tujuan dari tinjauan ini adalah untuk mengidentifikasi diantara publikasi jurnal/artikel penelitian yang diterbitkan dengan klasifikasi *profiling* kepribadian aktivitas pengguna sosial media sebagai subjek utama atau sekundernya. Oleh karena itu, metode kerja kajian literatur ini dapat dicirikan sebagai teori dan konseptual kuantitatif.

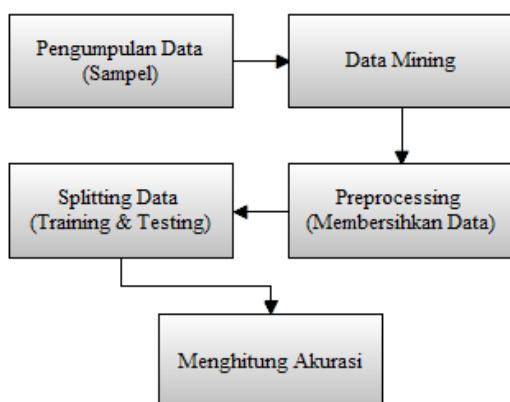
Kajian literatur ini menggunakan beberapa jenis sosial media seperti Facebook, Instagram, dan Twitter sebagai sumber datasetnya. *Screening* publikasi jurnal/artikel dilakukan antara tanggal 04 s.d 07 April 2021. Kata kunci yang digunakan untuk kajian literatur ini adalah “Klasifikasi Kepribadian *Text Mining*”. Awalnya, pencarian dilakukan

berdasarkan judul. Selanjutnya, pencarian difilter oleh bidang abstrak *text mining*. Filterisasi terhadap tahun publikasi digunakan dalam rentang 2018 s.d 2020, dengan demikian artikel yang diterbitkan kapan saja tidak bisa dimasukkan. Awalnya, 19 publikasi jurnal/artikel diidentifikasi. Namun, 4 di antaranya dibuang (*drop*), karena tidak menggunakan *text mining*. Sehingga investigasi terhadap publikasi kajian literatur ini terdiri dari lima belas publikasi jurnal/artikel. Untuk analisis data, penulis memilih untuk mempertimbangkan artikel yang diterbitkan dalam jurnal/artikel baik nasional maupun internasional. Tugas akhir, skripsi dan tesis tidak dimasukkan karena banyaknya universitas yang harus dikaji dan database akan lebih rumit. Oleh karena itu yang menjadi batasan dari kajian literatur ini, yaitu hanya menggunakan penelitian yang dipublikasikan berupa jurnal/artikel.

Kriteria klasifikasi lain yang diadopsi adalah tahun publikasi, metode algoritma, klasifikasi kepribadian dan dataset sosial media apa yang digunakan. Tujuan lainnya adalah untuk menganalisis profil kepribadian aktivitas pengguna sosial media dan mengetahui metode-metode apa saja yang dapat digunakan pada pendekatan *supervised learning* dalam melakukan prediksi kepribadian.

HASIL

Meskipun metode klasifikasi kepribadian pengguna sosial media sangat populer, bukanlah tugas yang mudah untuk mendapatkan akurasi yang baik tanpa adanya validasi dari seorang ahli yaitu Psikolog pakar di bidang Psikologi Kepribadian, dimana bidang kajian penelitian *data science* khususnya klasifikasi *profiling* kepribadian melibatkan disiplin ilmu lain yaitu Psikologi, sehingga peran dari seorang pakar ahli di bidang Psikologi Kepribadian sangat perlu dilibatkan dalam mengkonfirmasi validasi teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang digunakan. Peningkatan publikasi pada topik ini sangat luar biasa selama 3 (tiga) tahun terakhir yaitu dari 2018 s.d 2020 dimana penulis hanya mengambil 5 (lima) publikasi dari tiap tahunnya. Selain itu dengan adanya penelitian yang dilakukan pada tahun 2019 terhadap topik ini, kami meyakini bahwa angka ini akan semakin meningkat dari tahun ke tahun dengan berbagai upaya perbaikan akurasi maupun perbandingan antara metode klasifikasi.



Gambar 1. Alur analisis klasifikasi *profiling* kepribadian

Analisis profil dimulai dari pengumpulan data sampel pengguna sosial media. Setelah mendapatkan sampel yang cukup, langkah selanjutnya adalah menyeleksi sampel untuk mendapatkan peserta yang valid sesuai tipe kepribadian. Setelah mendapatkan data sampel, proses selanjutnya adalah *data mining*. *Data mining* memainkan peran penting yang bertujuan untuk menggali nilai tambah dari informasi yang belum diketahui secara manual dari suatu dataset (Putra & Wardani, 2020). Dalam pengumpulan data dilakukan berbagai cara yaitu *scraping*, *crawling*, dan *steaming* (Harahap & Muslim, 2020; Utami dkk., 2019). Selanjutnya adalah proses pembersihan data yang telah difilter, proses ini biasa disebut *preprocessing*. Proses dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: *case folding*, URL *elimination*, *username elimination*, *hashtags elimination*, *tokenizing* atau memisahkan kalimat menjadi kata, *Normalizing words*, *Stemming*, *POS Tagging*, dan *POS Filtering*. Setelah *preprocessing*, dilakukan *splitting data* dimana pada proses ini data latih dan data pengujian dibangun. Data yang dibuat harus menyesuaikan masukan dari algoritma. Setelah data latih dan data pengujian dibuat, langkah selanjutnya adalah menguji atau menghitung tingkat akurasinya. Visualisasi alur analisis klasifikasi *profiling* kepribadian dapat dilihat pada Gambar 1.

Tabel 1. Publikasi & Klasifikasi Kepribadian yang Digunakan pada Penelitian Sebelumnya

Ref. *	Peneliti	Tahun	Publikasi	Kepribadian
[01]	Claudy, Y. I., Perdana, R. S., & Fauzi, M. A.	2018	Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer	MBTI
[02]	Fikry, M.	2018	Jurnal Sains, Teknologi dan Industri	Ekstrovet atau Introvet
[03]	Souri, A., Hosseinpour, S., & Rahmani, A. M.	2018	Hum.-Centric Comput (Springer Open)	NEO <i>personality inventory</i>
[04]	Tighe, E., & Cheng, C.	2018	Proceedings of the Second Workshop on Computational Modeling of People's Opinions, Personality, and Emotions in Sosial Media	<i>Big Five</i>
[05]	Celli, F., & Lepri, B.	2018	CLiC-it	<i>Big Five</i> & MBTI
[06]	Fahmi, B., Wibowo, A., & Hajar, D.	2019	Jurnal Komputer Terapan	Ekstrovet atau Introvet
[07]	Hartanto, A. D., Utami, E., Adi, S., & Hudnanto, H. S.	2019	2019 4th International Conference on Information Technology, Information Systems and Electrical Engineering (ICITISEE) - IEEE	DISC
[08]	Utami, E., Hartanto, A. D., Adi, S., Oyong, I., & Raharjo, S.	2019	Journal of King Saud University – Computer and Information Sciences	DISC
[09]	Munggaran, N. I. P., & Setiawan, E. B.	2019	e-Proceeding of Engineering	DISC

[10]	Zheng, H., & Wu, C.	2019	Proceedings of the 2019 11th International Conference on Machine Learning and Computing - ICMLC	<i>Big Five</i>
[11]	Idris, Utami, E., & Hartanto, A. D.	2020	TECNOSCIENZA	DISC
[12]	Wijaya, A., & Cendana, M.	2020	Jurnal Linguistik Komputasional (JLK)	MBTI
[13]	Ramadhan, M., & Putra, R. E.	2020	JINACS (Journal of Informatics and Computer Science)	<i>Big Five</i>
[14]	Putra, M. P. R., & Wardani, K. R. N.	2020	JUTIM (Jurnal Teknik Informatika Musirawas)	<i>Big Five</i>
[15]	Harahap, R. N., & Muslim, K.	2020	Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer (JTIIK)	MBTI

*Ref = Referensi merupakan sumber acuan jurnal/artikel publikasi dimana penomoran berfungsi untuk mempertegas informasi pada Tabel 2 dan Tabel 3 atas sumber publikasi yang menjadi acuan.

Tabel 2. Dataset yang Digunakan pada Penelitian Sebelumnya

Ref.	Metode Algoritma	Dataset	Akurasi
[01]	<i>K-Nearest Neighbor</i>	Twitter	66%
[02]	<i>Support Vector Machine</i>	Twitter	88,89%.
[03]	<i>Naïve Bayesian, Neural Network, Decision Tree, Support Vector Machine</i>	Facebook	NB 67.46%; NN 86.67%; DT 93.33%; SVM 95.56%
[04]	<i>Support Vector Machine, Logistic Regression</i>	Twitter	F1 SVM:0.5669 F1

			LOG: 0.6086
[05]	<i>Support Vector Machine</i>	Twitter	Big5: 61.5%; MBTI: 64.6%
[06]	<i>Support Vector Machine</i>	Facebook	83.33%.
[07]	<i>Naïve Bayes Classifier</i>	Twitter	36.67%.
[08]	<i>Support Vector Machine</i>	Twitter	37,41%, 30,21%, 35,97%, dan 30,93%
[09]	<i>K-Nearest Neighbor</i>	Twitter	40.60%
[10]	<i>Semi-Supervised Learning</i>	Facebook & Twitter	F1: 0.71 Precision: 0.69 Recall: 0.73
[11]	<i>Artificial Neural Network</i>	Twitter	42,91%
[12]	<i>Naive Bayes Classifier</i>	Twitter	71%
[13]	<i>Support Vector Machine dan Bayesian Optimization</i>	Instagram	Akurasi 60.34%, presisi 30.17%, dan recall 50%
[14]	<i>K-Nearest Neighbor</i>	Facebook	92.92%
[15]	<i>Gradient Boosting, Multinomial Naïve Bayes, Random Forest, K-Nearest Neighbor</i>	Twitter	GB 30%; MNB 20%; RF 40%; KNN 20%

Tabel 3. Analisis Perbandingan Hasil Ulasan Penelitian Sebelumnya

Ref.	Tujuan Penelitian	Kesimpulan	Saran / Kelemahan
[01]	Untuk mengetahui karakter calon karyawan berdasarkan tweet yang diolah untuk menghasilkan ciri	Hasil kajian penelitian ini menghasilkan nilai akurasi sebesar 66% dengan 53 data terklasifikasi benar dan 27 data	Penelitian selanjutnya dapat dilanjutkan dengan menggunakan metode pengujian akurasi lainnya,

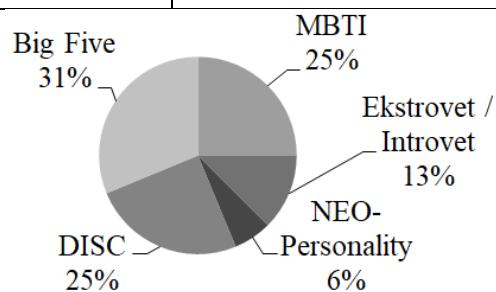
	kepribadian MBTI.	salah klasifikasi	seperti k-fold cv.
[02]	Untuk dapat memahami kepribadian seseorang, profil sosial medianya dapat digunakan sebagai sumber informasi.	Dari hasil pengujian diketahui bahwa metode SVM dapat diterapkan untuk mengklasifikasi kepribadian Ekstrovert dan introvert dengan akurasi sebesar 88,89%.	Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan menggunakan fitur-fitur lain yang belum digunakan. Fitur-fitur tersebut memerlukan data tambahan dari akun lain yang menyebutkan (mention), meretweet, menyukai status (favorit) dari si pemilik akun.
[03]	Penelitian ini bertujuan untuk mengenali kepribadian Lima Faktor seseorang berdasarkan analisis aktivitas penggunaanya di Facebook	Model yang diusulkan dengan akurasi 82,2% lebih akurat daripada penelitian sebelumnya	Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan peserta yang berasal dari negara berbeda dan kondisi berbeda.
[04]	Untuk membuat model kepribadian berbasis teks tentang bagaimana orang Filipina berbicara.	Analisis representasi skor ciri kepribadian menunjukkan bahwa pengklasifikasian penciran ekstrim umumnya menghasilkan hasil yang lebih baik untuk semua sifat kecuali untuk Neurotisme dan Keterbukaan.	Mengumpulkan data dari pengguna yang sama yang dianotasi dengan MBTI dan <i>Big Five</i> dengan kueri Twitter, ini adalah sesuatu yang dapat dilakukan hanya dengan upaya pengumpulan data yang mahal, yang kami harap dapat dilakukan di masa mendatang.
[05]	Perbandingan dari dua model <i>Big Five</i> dan MBTI dari perspektif komputasi.	Algoritma yang dilatih pada MBTI dapat memiliki kinerja yang lebih baik daripada yang dilatih pada Big5.	Dalam kinerja tergantung juga pada klasifikasi algoritma yang digunakan untuk prediksi.

[06]	Untuk membuat sebuah sistem yang dapat menganalisa kepribadian pengguna Facebook berdasarkan status yang pernah diunggahnya.	Dari 158 data status Facebook didapatkan hasil pengujian sebesar 83,3% dari hasil perbandingan antara pengeluaran sistem yang dibuat dengan sistem yang telah ada.	Penelitian selanjutnya dapat menggunakan TF-IDF atau W-IDF untuk pembobotan kata.
[07]	Untuk mendapatkan data kepribadian seseorang melalui tweet dalam pencarian SDM.	Klasifikasi data tweet Dominasi 90 akun, Pengaruh 10 akun, Steadiness 8 akun dan Kepatuhan 12 akun.	Penelitian selanjutnya perlu memperbanyak jumlah data pelatihan kata yang telah diberi label serta akun Twitter yang telah divalidasi oleh psikolog.
[08]	Untuk dapat mengamati dan menilai kepribadian pengguna dari pilihan kata di tweet mereka, kami membuat kosakata kata kunci yang relevan sesuai dengan kerangka kerja dan teori DISC.	Keempat skenario yang menggunakan kosakata kata kunci tidak bertangkai-tidak berbobot, bertangkai-tidak berbobot, tidak bertangkai, dan berbobot-berbobot, dan tingkat akurasi masing-masing 30,93%	Penelitian selanjutnya dapat menggunakan Chi-Square sebagai pendekatan yang sesuai untuk proses pemilihan fitur.
[09]	Melihat seberapa akurat penggunaan algoritma KNN dalam pengklasifikasian kepribadian pengguna twitter serta seberapa besar perbedaan antara 2 metode pembobotan.	Pembobotan dengan TF-IDF dan TF-Chi Square tidak terlalu mempengaruhi akurasi terbukti dengan nilai akurasi pendekatan perilaku sosial lebih baik dari pada linguistik.	Penelitian selanjutnya mencari algoritma yang bisa menangani masalah ketimpangan data agar hasil agar keputusan model yang dibuat tidak cenderung ke kelas yang paling dominan.
[10]	Untuk mengeksplorasi penggunaan data tak berlabel pada analisis kepribadian, kerangka analisis kepribadian	Hasil eksperimen menunjukkan bahwa pembelajaran <i>semi-supervised</i> dapat memanfaatkan data tidak	Karena banyak penelitian telah menemukan keterkaitan antara konten buatan pengguna dengan

	berdasarkan pembelajaran semi-supervisi.	berlabel dan meningkatkan akurasi model prediksi.	ciri-ciri kepribadian, beberapa pengguna sosial media menggunakan langkah perlindungan privasi terhadap akunnya.
[11]	Untuk mengetahui seberapa besar akurasi analisis <i>profiling</i> pada Twitter sehingga bisa menjadi acuan untuk proses perekrutan pegawai	Algoritma Artificial Neural Network dapat menghasilkan akurasi terbaik sebesar 42.91%	Penelitian selanjutnya dapat menggunakan variabel-variabel lain selain teks, seperti emoji, gambar, tagar, lokasi, dan lain-lain agar dapat meningkatkan akurasi
[12]	Merancang aplikasi berbasis web yang dapat melakukan klasifikasi tipe kepribadian seseorang berdasarkan cuitan di Twitter diharapkan dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengetahui tipe kepribadian seseorang tanpa perlu mengikuti psikotes secara konvensional	Tingkat akurasi sebesar 71% dengan rincian precision dan recall untuk kelas artisan sebesar 63% dan 68%, untuk kelas guardian sebesar 77% dan 68%, untuk kelas rational sebesar 64% dan 72%, dan untuk kelas idealist sebesar 83% dan 76%.	Penelitian selanjutnya teknik pra pemrosesan dapat diperkaya dengan penambahan stopword, kombinasi stemming dan lemmatization.
[13]	Untuk menerapkan algoritma <i>Support Vector Machine</i> (SVM) pada sistem prediksi kepribadian pengguna Instagram	Kombinasi algoritma <i>Support Vector Machine</i> dengan kernel RBF dan Bayesian Optimization mampu menghasilkan akurasi mencapai 60.34%, presisi 30.17%, dan recall 50% untuk mengklasifikasi kepribadian pengguna Instagram.	Penelitian selanjutnya dapat membandingkan tingkat akurasi yang dihasilkan oleh model SVM dengan model klasifikasi pembanding lainnya.
[14]	Untuk mengetahui informasi apa saja yang dapat diambil	Tingkat akurasi yang diperoleh yaitu 92.92%, dari 550 data	Penelitian ini masih memiliki kelemahan dalam

	tentang kepribadian pengguna.	dengan nilai karakter kepribadian openness yang paling tinggi yaitu 239, Conscientiousness sebanyak 16 data, Extraversion sebanyak 173 data, Agreeableness sebanyak 50 data, Neuroticism sebanyak 33 data dan 39 data yang tidak dapat diklasifikasikan.	mencocokan kepribadian <i>Big Five Personality</i> .
[15]	Penelitian ini mencoba memberikan solusi dengan membangun model yang dapat melakukan prediksi terhadap kepribadian seseorang berdasarkan analisis data dan informasi dari sosial media Twitter.	Hasil dari Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik augmentasi data cukup efektif dilakukan untuk meningkatkan performa <i>text mining</i> task dengan jumlah dataset sedikit. Hal ini terlihat pada peningkatan akurasi dari model prediksi kepribadian MBTI yang dibangun.	Penelitian selanjutnya diharapkan menambah jumlah dataset dan jumlah tweet yang seimbang pada setiap kelas untuk mendapatkan akurasi yang lebih baik.

Tipe kepribadian merupakan komponen yang dapat mempengaruhi pengungkapan diri seorang individu terutama ketika sedang berinteraksi digital menggunakan media sosial (Fauzia dkk., 2019). Pada kajian literatur ini terdapat 5 (lima) klasifikasi kepribadian berupa teori kepribadian, tipe kepribadian dan alat ukur kepribadian yang terdistribusi yaitu *Big Five*, MBTI, NEO *personality inventory*, DISC dan Ekstrovert dan Introvert (lihat Tabel 1).

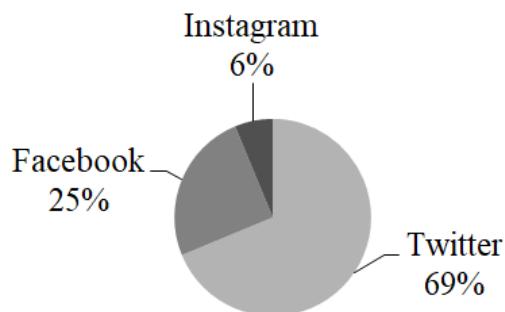


Gambar 2. Distribusi Klasifikasi Kepribadian

Klasifikasi kepribadian merupakan salah satu tantangan baru dalam kajian penelitian *data science* pada klasifikasi *profiling* dengan menggunakan *platform* sosial media. Unggahan berupa audio, video, teks, dan gambar diharapkan menampilkan pola

perilaku kepribadian saat pengguna berinteraksi di sosial media. *Big Five* dengan persentase 31% merupakan kepribadian paling populer yang digunakan sebagai klasifikasi pada kajian literatur ini (lihat Gambar 2) diikuti DISC dan MBTI dimana masing-masing memiliki persentase sebesar 25%. Sedangkan klasifikasi kepribadian lainnya berada di kisaran persentase 6% s.d 13%.

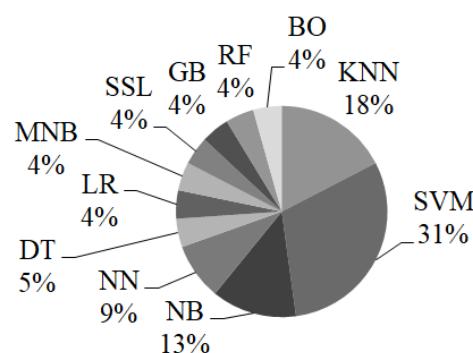
Sosial media atau jejaring *online* telah menjadi cara yang dituntut bagi pengguna untuk menunjukkan eksistensi diri. Selain dimanfaatkan untuk berbagi interaksi digital, sosial media juga seringkali difungsikan sebagai sarana pengungkapan diri (Fauzia dkk., 2019). Pada *platform* sosial media tersebut berbagi informasi dan komunikasi di antara pengguna sosial media dapat diambil sebagai data. Pada kajian literatur ini terdapat 3 (tiga) sosial media yang terdistribusi yaitu Facebook, Instagram, dan Twitter (lihat Tabel 2).



Gambar 3. Distribusi Jejaring Sosial Media

Twitter dengan persentase 69% merupakan jejaring sosial media paling populer yang digunakan sebagai dataset pada kajian literatur ini (lihat Gambar 3) diikuti Facebook dengan persentase sebesar 25% dan

Instagram dengan persentase 6%. Kebanyakan peneliti klasifikasi kepribadian pengguna sosial media menggunakan dataset dari twitter (lihat Tabel 1). Hal ini dimungkinkan karena twitter merupakan sosial media berbasis *text*, sehingga sangat cocok terhadap penelitian yang berbasis *text mining*.



Gambar 4. Distribusi Metode Algoritma

Distribusi dari metode algoritma pada kajian literatur ini terdapat 11 (sebelas) metode yaitu *K-Nearest Neighbor* (KNN), *Support Vector Machine* (SVM), *Naïve Bayesian* (NB), *Neural Network* (NN), *Decision Tree* (DT), *Logistic Regression* (LR), *Multinomial Naïve Bayes* (MNB), *Semi-Supervised Learning* (SSL), *Gradient Boosting* (GB), *Random Forest* (RF), *Bayesian Optimization* (BO) (lihat Tabel 2).

SVM dengan persentase 31% merupakan pendekatan *supervised learning* yang paling populer atau banyak digunakan sebagai metode algoritma untuk melakukan *profiling* kepribadian pengguna sosial media pada kajian literatur ini (lihat Gambar 4). Diikuti KNN 18% dan NB memiliki persentase sebesar 13%. Sedangkan metode algoritma

lainnya berada di kisaran persentase 4% s.d 9%.

Akurasi dari masing-masing algoritma yang digunakan dalam proses klasifikasi *profiling* atas berbagai teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian menunjukkan tingkat akurasi yang bervariasi. Pada Tabel 2 dapat diketahui bahwa beberapa metode algoritma yang diimplementasikan mampu merepresentasikan teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian dengan persentase akurasi mendekati 100%, namun beberapa diantaranya memiliki akurasi dibawah 50% hal tersebut menunjukkan bahwa perlu adanya perbaikan pada penelitian mendatang untuk peningkatan akurasi, sehingga algoritma yang digunakan dapat merepresentasikan atau melakukan prediksi atas teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang digunakan dalam klasifikasi *profiling* kepribadian aktivitas pengguna sosial media.

Semua hasil distribusi disajikan secara lebih rinci di Tabel 1, Tabel 2, dan Tabel 3 dimana terdapat klasifikasi masing-masing dari 15 jurnal/artikel. Dalam tabel yang sama juga terdapat jurnal/artikel yang sesuai untuk setiap dataset, tahun publikasi, klasifikasi kepribadian dan algoritma *machine learning supervised* yang digunakan.

SIMPULAN

Dari kajian literatur ini dapat diketahui bahwa berbagai metode dan algoritma dapat

melakukan prediksi klasifikasi atas kepribadian dari unggahan teks pengguna sosial media dengan tingkat akurasi yang bervariasi. Dapat dilihat pada Gambar 3 yang ada pada kajian literatur ini bahwa implementasi teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang populer atau banyak digunakan yaitu *Big Five* dan DISC tentunya untuk teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian lain juga dapat dijadikan alternatif dalam memvisualisasikan kepribadian pengguna sosial media sesuai kebutuhan yang diinginkan oleh pihak berkepentingan, sedangkan pada Gambar 4 metode KNN, SVM, dan NB merupakan pilihan yang paling banyak digunakan dalam implementasi *profiling* aktivitas pengguna sosial media. Namun dari keseluruhan metode baik KNN, SVM, NB, NN, DT, LR, MNB, SSL, GB, RF, dan BO semuanya dapat mengatasi prediksi kepribadian.

Hasil analisis kepribadian tersebut nantinya dapat dimanfaatkan oleh pihak berkepentingan. Sebagai contoh dalam proses seleksi dan rekrutmen karyawan di sebuah perusahaan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa analisis *profiling* melalui aktivitas pengguna sosial media dapat digunakan sebagai salah satu acuan atau referensi untuk mengetahui prediksi kepribadian pengguna sosial.

DISKUSI

Kajian literatur ini menganalisis *profiling* melalui aktivitas pengguna platform sosial media. Data informasi aktivitas tentang seseorang dapat digali melalui unggahannya di sosial media seperti Facebook, Instagram, dan Twitter. Unggahan di sosial media dapat dijadikan sebagai sumber data untuk analisis, sehingga dapat diperoleh informasi penting tentang kepribadian seorang individu. Analisis *profiling* ini didiskusikan untuk mengembangkan skala penelitian yang lebih besar di bidang ini.

Saran/kelemahan penelitian terdahulu atas 15 jurnal/artikel pada kajian literatur ini tersaji dalam Tabel 3. Akhirnya kajian literatur ini memberikan saran untuk penelitian mendatang agar memperhatikan perlunya melakukan perbandingan antar tiap metode algoritma yang digunakan, sehingga dapat diketahui tingkat akurasi dari tiap masing-masing metode apakah sama atau ada yang lebih unggul dan handal dalam proses klasifikasi kepribadian aktivitas pengguna sosial media. Selain itu untuk tingkat akurasi dari beberapa metode masih terdapat akurasi dibawah 50%, oleh karena itu untuk pengembangan penelitian kedepan perlu adanya peningkatan akurasi dengan pelabelan data yang tepat dan adanya peran validasi oleh Psikolog pakar di bidang Psikologi Kepribadian dan untuk penelitian mendatang juga dapat menggunakan variabel lain selain teks, seperti gambar, audio, atau video. Selain

dari pada hal tersebut untuk penelitian mendatang dapat menerapkan teori kepribadian, tipe kepribadian atau alat ukur kepribadian yang lain seperti 16 PF (*Personality Factor Sixteen*), *The Four Temperament*, EPPS (*Edwards Personal Preference Schedule*), atau MMPI (*Minnesota Multiphasic Personality Inventory*).

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2013). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi 2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Celli, F., & Lepri, B. (2018). *Is Big Five better than MBTI? A personality computing challenge using Twitter data.* 93–98. <https://doi.org/DOI:10.4000/books.aaccademia.3147>
- Claudy, Y. I., Perdana, R. S., & Fauzi, M. A. (2018). *Klasifikasi Dokumen Twitter Untuk Mengetahui Karakter Calon Karyawan Menggunakan Algoritma K-Nearest Neighbor (KNN)*. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 2(8), 2761–2765.
- Fahmi, B., Wibowo, A., & Hajar, D. (2019). *Analisa Kepribadian Pengguna Facebook Menggunakan Algoritma Support Vector Machine*. *Jurnal*

- Komputer Terapan*, 5(1), 28–35.
<https://doi.org/10.35143/jkt.v5i1.2259>
- Farmawati, C., & Hidayati, N. (2019). *Penyusunan dan pengembangan alat ukur Islamic personality scale (IPS)*. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 2(1), 19–30.
- Fatwakiningsih, N. (2020). *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Fauzia, A. Z., Masliyah, S., & Ihsan, H. (2019). *Pengaruh tipe kepribadian terhadap self-disclosure pada dewasa awal pengguna media sosial instagram di kota bandung*. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(3), 151–160.
- Fikry, M. (2018). *Ekstrover atau Introver: Klasifikasi Kepribadian Pengguna Twitter dengan Menggunakan Metode Support Vector Machine*. *Jurnal Sains, Teknologi dan Industri*, 16(1), 72. <https://doi.org/10.24014/sitekin.v16i1.5326>
- Harahap, R. N., & Muslim, K. (2020). *Peningkatan Akurasi pada Prediksi Kepribadian Mbti Pengguna Twitter Menggunakan Augmentasi Data*. *Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer*, 7(4), 815. <https://doi.org/10.25126/jtiik.2020743622>
- Hartanto, A. D., Utami, E., Adi, S., & Hudnanto, H. S. (2019). *Job seeker profile classification of twitter data using the naïve bayes classifier algorithm based on the DISC method*. *4th International Conference on Information Technology, Information Systems and Electrical Engineering (ICITISEE)*, 533–536.
- Munggaran, N. I. P., & Setiawan, E. B. (2019). *Prediksi Kepribadian DISC dengan K-Nearest Neighbour Algorithm (KNN) Menggunakan Pembobotan TF-IDF dan TF-Chi Square*. *e-Proceeding of Engineering*, 6(7), 9446–9457.
- Putra, M. P. R., & Wardani, K. R. N. (2020). *Penerapan Text Mining Dalam Menganalisis Kepribadian Pengguna Media Sosial*. *JUTIM (Jurnal Teknik Informatika Musirawas)*, 5(1), 63–71. <https://doi.org/10.32767/jutim.v5i1.791>
- Ramadhan, M., & Putra, R. E. (2020). *Prediksi Kepribadian Pengguna Instagram*

- Berdasarkan Model Big Five Personality Menggunakan Algoritma SVM.* *JINACS: Journal of Informatics and Computer Science*, 01(4), 179–187.
- Souri, A., Hosseinpour, S., & Rahmani, A. M. (2018). *Personality classification based on profiles of social networks' users and the five-factor model of personality.* *Human-Centric Computing and Information Sciences*, 8(1), 24.
- Thurairasa, T., & Colombo, S. (2020). *Personality Prediction Review on Text Modality Dataset. Information Technology Research*, 57–61.
- Tighe, E., & Cheng, C. (2018). *Modeling personality traits of Filipino twitter users.* In *Proceedings of the Second Workshop on Computational Modeling of People's Opinions, Personality, and Emotions in Social Media*, 112–122.
- Utami, E., Hartanto, A. D., Adi, S., Oyong, I., & Raharjo, S. (2019). *Profiling analysis of DISC personality traits based on Twitter posts in Bahasa Indonesia.* *Journal of King Saud University - Computer and Information Sciences*, S131915781930744X.
- Wijaya, A., & Cendana, M. (2020). *Klasifikasi Kepribadian Myres-Briggs Type Indicator Berdasarkan Cuitan di Twitter Menggunakan Metode TF-IDF dan Naive Bayes Classifier.* *Jurnal Linguistik Komputasional*, 3(2), 48–53.
- Zheng, H., & Wu, C. (2019). *Predicting Personality Using Facebook Status Based on Semi-supervised Learning.* *Proceedings of the 2019 11th International Conference on Machine Learning and Computing - ICMLC '19*, 59–64.

Hubungan Kepribadian Ekstraversi dengan Perilaku Kecenderungan Cyberbullying pada Mahasiswa Pengguna Aplikasi Tiktok

**(Relationship of Personality Extraversion with Behavior of Cyberbullying
Tendencies In Students of Tik Tok App Users)**

USNUL KOTIMAH¹, BUDI SARASATI²

Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email: ¹budi.sarasatiubj@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi adanya peningkatan angka kejahatan akibat cyberbullying. Salah satu media yang digunakan oleh para perundung adalah aplikasi Tiktok. Aplikasi Tiktok menjadi ajang para perundung melakukan aksi pelecehan, baik berupa ujaran ejekan, hinaan, bahkan sampai pelecehan seksual. *Cyber-Bullying* dalam konteks penelitian ini adalah tindakan mengirim atau mengunggah materi yang berbahaya atau tindakan agresi sosial melalui internet dan teknologi lainnya. Pesan teks *Cyber-Bullying* dapat disebarluaskan melalui email, online group, chatting, instant messaging dan pesan teks atau pesan gambar digital melalui perangkat. Pelaku melakukan *cyberbullying* karena ada faktor-faktor yang mendukungnya meliputi tipe kepribadian, persepsi korban, peran interaksi orang tua-anak, intensitas penggunaan media sosial oleh pelaku, kontrol perilaku yang dirasakan, dan harga diri yang rendah. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan sampel penelitian 100 mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Selanjutnya peneliti melakukan uji regresi untuk melihat seberapa besar pengaruh kepribadian ekstraversi mempengaruhi *Cyber-bullying*. Instrumen penelitian memakai skala *cyberbullying* dan skala kepribadian extraversion. Analisa data memakai korelasi *pearson product moment*, dan diolah menggunakan SPSS versi 16.0. Hasil analisa data menunjukan bahwa ada hubungan yang negatif yang signifikan antara kepribadian ekstraversi dengan kecenderungan *cyberbullying* ($r = -0,321$, $p = 0,001$). Hal ini diartikan kepribadian ekstraversi memiliki hubungan dengan kekuatan lemah dengan *Cyber-Bullying*. Nilai minus pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Cyber-Bullying* dan kepribadian extraversion. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis nihil (H_0) ditolak. Hasil regresi menunjukkan faktor kepribadian hanya mempengaruhi 10,3% pada *cyberbullying*. Kesimpulan penelitian adalah ada Hubungan Antara Kepribadian Extraversi Dengan Kecenderungan *Cyber-Bullying* Pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Kata kunci : aplikasi tiktok, *cyber-bullying*, kepribadian.

Abstract. The study is based on an increase in crime rates due to cyber-bullying. One of the media used by the bullies is tiktok application. Tiktok app becomes a place for abusers, whether it be taunting speech, insults, even sexual harassment. Cyber-Bullying in the context of this study is the act of sending or uploading harmful material or acts of social aggression over the internet and other technologies. Cyber-Bullying text messages can be shared via email, online group, chat, instant messaging and text messages or digital image messages through the device. Perpetrators do cyberbullying because there are factors that support it including personality type, victim perception, role of parent-child interaction, intensity of social media use by perpetrators, perceived behavior control, and low self-esteem. This study is a correlational quantitative study with a research sample of 100 students of Bhayangkara University Jakarta Raya. Furthermore, the researchers conducted a regression test to measure how much the influence of extraverted personality affects Cyber-Bullying. The research instrument used the cyberbullying scale and the extraversion personality scale. Data analysis using pearson product moment correlation, and processed using SPSS version 16.0. The results of data analysis show that there is a significant negative relationship between extraversion personality and cyberbullying tendencies ($r = -0,321$, $p = 0,001$). This means personality extraversion has a relationship with weak forces with Cyber-Bullying. The minus value in the correlation coefficient indicates a significant negative relationship between cyberbullying and extraversion personality. So it can be concluded that the null hypothesis (H_0) is rejected. Regression results show personality factors affect only 10.3% in cyberbullying. The conclusion of the study is that there is a Relationship Between Personality Extraversion And Cyber-Bullying Tendencies In Students of Bhayangkara University Jakarta Raya.

Key words: tiktok apps, cyberbullying, personality.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi informasi adalah salah satu ciri modernisasi dan kecanggihan. Penyampaian informasi menjadi sangat cepat dan seolah tanpa ada jarak. Penelitian yang dilakukan oleh Centre of Innovation Policy Governance atau atau yang biasa dikenal dengan CIPG (Rappler.com, 2018) memprediksi tahun 2016 jumlah pengguna seluler di Indonesia 371,4 juta nomor seluler. Angka ini melebihi dari proyeksi jumlah penduduk Indonesia yang berjumlah 261,89 juta jiwa. Berbagai bentuk media sosial, dan salah satunya adalah Tiktok. Tiktok dikembangkan oleh perusahaan teknologi Cina ByteDance Inc. Aplikasi Tiktok resmi diluncurkan pada September 2016 (Noviandri, 2019).

Tulisan (Batoebara, 2020), tentang fenomena Tik Tok dianggap aplikasi yang tidak bermanfaat. Tiktok lebih banyak menimbulkan dampak negatif, yaitu membuat seseorang menjadi narsisme karena ingin mengumpulkan netizen atau “like” terbanyak. Aplikasi Tik Tok terlihat lucu namun sebetulnya terlihat bodoh.

Tiktok juga mempunyai efek negatif, antara lain: (1) Individu dapat membuat video yang tidak sewajarnya, bahkan mereka melibatkan anak-anak kecil demi mencari respon banyak dari netizen, (2) Banyaknya video yang digunakan untuk penistaan agama, (3) cenderung berlebihan, sehingga melanggar

norma.

Hasil studi (Deriyanto & Qorib, 2018), pada mahasiswa di salah satu kampus di kota malang, menunjukkan persepsi mahasiswa terhadap aplikasi Tiktok terbagi menjadi dua yaitu persepsi positif dimana Tiktok memberikan manfaat dalam hal hiburan, pertemanan, informasi serta popularitas bagi pengguna. Adapun persepsi negatif adalah Tiktok tidak memberi manfaat penggunanya, seperti masih adanya konten-konten yang negatif yang muncul di aplikasi Tiktok.

Penelitian lain di luar negeri, menghubungkan Tiktok dengan kehadiran ekstremisme sayap kanan yang melakukan provokasi menggunakan video, komentar, simbol, dan gambar, yang disertakan dalam postingan Tiktok (Weimann & Masri, 2020). Penelitian di India menunjukkan bahwa tiktok dianggap sebagai situs kepanikan moral, menyebabkan degradasi budaya di masyarakat, mengarah ke penyimpangan seksual dan mengalihkan perhatian anak-anak muda (Subramanian, 2020).

Hasil penelitian (Andriyana et al., 2021), mengatakan bahwa penggunaan bahasa ada kaitannya dengan penelitian ini, yaitu penggunaan aplikasi tiktok mempengaruhi bahasa keseharian atau bahasa kolokial sebagai kalimat yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Sosial media Tiktok sangat mempengaruhi perilaku bahasa

masyarakat terutama di kalangan remaja.

Pratomo (2019), melalui media online Kompas.com melansir hasil survei oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pada bulan Maret sampai dengan April 2019, ternyata sekitar 49 persen (5900 sampel) netizen pernah menjadi sasaran bullying di media sosial, berupa ejekan. Dalam media tersebut, terdapat data bahwa pengguna TikTok yang besar jumlahnya berada pada rentang usia 16 tahun hingga 25 tahun.

Studi (Susilowati, 2018), menemukan fenomena unik yang justru paradox, adanya perwakilan generasi Z (*GenZ*), di Indonesia, bernama Bowo Allpennliebe, mendadak terkenal karena selalu mendapatkan ujaran kebencian atau *cyberbullying* dari para warganet atau netizen.

Temuan unik lainnya terdapat pada hasil studi (Situmorang, 2019; Akbari & Falopenia 2017; Widiastuti, 2016). Mereka memaparkan fenomena bahwa semakin banyak para remaja millennials dan generasi Z yang berusaha mengikuti jejak para selebgram dan YouTuber yang sudah sukses melalui sensasi dan rekayasa menjadi korban *cyberbullying*. Mereka rela menjadi korban karena hal itu merupakan salah satu cara yang paling ampuh supaya menjadi viral dan terkenal.

Pada penelitian ini, peneliti lebih berfokus pada pelaku *cyber-bullying*,

yang mempunyai ciri kepribadian tertentu.

Willard (2007), menjelaskan bahwa *cyberbullying* merupakan kegiatan mengirim atau mengunggah materi yang berbahaya atau melakukan agresi sosial dengan menggunakan internet dan teknologi lainnya. *Cyber-Bullying* merupakan hal baru dari perilaku *bullying* dengan karakteristik dan akibat yang sama (Narpaduhita & Suminar, 2014). Perilaku *bullying* yang diterima di media sosial lebih serius dibandingkan dengan perilaku *bullying* tradisional (langsung). Dalam perilaku *bullying* tradisional, pelaku menjadi lebih proaktif dalam melakukan penyerangan. Jika identitas pelaku tidak disebutkan namanya, pelaku seringkali lebih berani dalam mengancam korban. Sementara itu, jika pelakunya adalah seseorang yang dikenal korban, maka pelaku akan sering memarahi, menggertak, menodai, atau menghina korban dengan lebih berani (Alisah, 2018).

Peneliti menggunakan istilah kecenderungan *cyberbullying* mengacu pada penelitian (Satalina, 2014). Alasannya adalah individu tidak akan mengaku dirinya sebagai pelaku *cyberbullying*. Selain itu fakta menunjukkan mereka yang masuk kedalam kategori *cyberbullying* berdasarkan karakteristik atau sifat dari korban yang mengundang untuk di *bully*.

Tulisan (Tran & Mintert, 2020),

dalam *book chapter* nya menjelaskan bahwa tidak ada konsensus mengenai profil kepribadian prototipikal perundung. Namun, para peneliti telah mampu mengidentifikasi berbagai konstruksi kepribadian yang mendekati perilaku bullying. Perundung cenderung memiliki tingkat keramahan dan kesadaran yang lebih rendah, namun disisi lain perundung mempunyai tingkat *neuroticism* dan ekstraversi yang lebih tinggi. Selain itu, perundung melaporkan tingkat Machiavellianisme (orang yang gemar menghalalkan segala cara untuk mencapai tujuan) yang lebih tinggi, psikopati subklinis, dan narsisme subklinis, yang berhubungan secara langsung maupun tidak langsung dengan peningkatan intimidasi, melalui agresi.

Faktor-faktor yang mendorong terjadinya *cyberbullying* meliputi tipe kepribadian, persepsi korban, peran interaksi orang tua-anak, intensitas penggunaan media sosial oleh pelaku, kontrol perilaku yang dirasakan, dan harga diri yang rendah (Saragih, Windarwati, & Merdikawati, 2020). Hasil studi sebelumnya oleh Satalina, individu dengan kepribadian ekstraversi lebih cenderung melakukan *cyberbullying*. Karakteristik individu extraversion yang dominan, antara lain: sosiabel, suka mencari sensasi, bersemangat, dan berani, selaras dengan karakteristik pelaku *cyberbullying* yang juga dominan, impulsif, dan terlihat kuat.

Willard (2007), membagi tujuh bentuk *Cyber-Bullying*, yaitu: (1) *Flaming* (Terbakar); perilaku mengirimkan pesan teks berupa kata-kata amarah dan frontal. (2) *Harassment* (Gangguan); perilaku mengirimkan pesan-pesan gangguan pada e-mail, sms maupun pesan teks di jejaring sosial secara terus menerus. (3) *Denigration* (Pencemaran Nama Baik); perilaku mengumbar keburukan seseorang di internet dengan maksud merusak reputasi dan nama baik orang tersebut. (4) *Impersonation* (Peniruan); perilaku berpura-pura menjadi orang lain dan mengirimkan pesan-pesan atau status yang tidak baik, agar teman korban mengira bahwa status atau pesan tersebut adalah hasil asli dari si korban. (5) *Outing* dan *Rickery* (Tipu Daya); *Outing* adalah perilaku menyebarkan rahasia orang lain (seperti foto-foto pribadi) dengan maksud mengumbar keburukan. *Rickery* (Tipu Daya) adalah perilaku membujuk seseorang dengan tipu daya agar mendapatkan rahasia atau foto pribadinya, yang suatu saat bisa dijadikan senjata untuk memeras atau mengancam. (6) *Exclusion* (Pengeluaran); perilaku secara sengaja dan kejam mengeluarkan seseorang di grup on-line. (7) *Cyberstalking*; perilaku mengganggu dan mencemarkan nama baik seseorang secara intens sehingga membuat ketakutan besar pada korbannya.

Kowalski, Limber, & Agatston (2008), dalam bukunya, menyebutkan beberapa karakteristik pada pelaku

cyberbullying, yaitu: 1) memiliki kepribadian yang dominan dan suka dengan kekerasan, 2) memiliki temperamen impulsif dan mudah frustasi, 3) suka kekerasan, 4) mengalami kesulitan mengikuti aturan, 5) tampak tangguh dan menunjukkan sedikit empati atau kasih sayang bagi mereka yang ditindas, 6) sering berhubungan dengan orang dewasa secara agresif, 7) pandai berbicara sendiri dari situasi yang sulit, 8) terlibat dalam agresi, berupa provokasi.

Penjelasan tentang kepribadian ekstraversi, adalah seseorang yang menampilkan sifat sosial, pencarian perasaan, emosional positif dan optimis. Selain itu ekstraversi dapat didefinisikan dalam arti sempit dan luas. Dalam arti sempit, seorang extraversion adalah orang yang senang membangun hubungan sosial dengan orang lain. Dalam arti luas, extraversion dapat mencakup berbagai komponen perilaku, seperti kepercayaan diri, antusiasme, emosi positif dan kesenangan melakukan aktivitas (Millon, Lerner, & Weiner, 2003).

Eysenck (Alwisol, 2014), menjelaskan bahwa individu extraversion memiliki ciri-ciri yaitu sosial, gesit, aktif, percaya diri, sensasional, ceria, dominan, antusias dan berani. Kelemahan dari individu yang extraversion ini adalah mereka cenderung berbicara tanpa memikirkan konsekuensinya, impulsif, lebih suka bertindak daripada berpikir dan melakukan refleksi. Hal lainnya adalah mereka menjadi agak sulit untuk fokus

pada satu tugas tertentu.

Peneliti melakukan studi pendahuluan berupa survey, menggunakan *google form* yang disebar kepada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya (Ubhara Jaya), pada bulan Februari 2021. Terjaring sebanyak 35 responden. Mahasiswa terpilih adalah pengguna media sosial Tiktok. Pertanyaan survei mengacu berdasarkan kecenderungan *cyberbullying* dan kepribadian *ekstraversi*. Peneliti menggunakan 5 karakteristik dari pelaku yang mempunyai kecenderungan *cyberbullying*, menurut Camodeca dan Goosens (Kowalski, Limber, & Agatson, 2008), yaitu: (1) Memiliki pribadi yang dominan, (2) Mengalami kesulitan mengikuti aturan, (3) Mudah emosi dan temperamen, impulsif, dan mudah frustasi, (4) Kurang mempunyai rasa empati, (5) pandai memanipulasi keadaan.

Adapun hasil survei tentang data umum yaitu : pada pengguna media sosial khusus nya tiktok di dominasi di usia 19 sampai 22 tahun, 54% responden berjenis kelamin perempuan, pengguna aplikasi tiktok sebesar 35%, dan sisanya (65%) memakai semua jenis media sosial. Hasil survei lain menunjukkan ada 7 orang orang mempunyai lima karakter dari Camodeca, sebagai berikut : responden yang memiliki kepribadian yang dominan (77%), (71%) mempunyai kecenderungan lebih cepat

temperamental, impulsive dan mudah frustasi dengan keadaan yang sedang dialaminya, (60%) responden menyatakan sulit dalam menaati peraturan. Sebanyak (48%) responden menyatakan terlihat kuat dan menunjukkan rendahnya rasa empati pada korban. (77%) responden menjawab pandai memanipulasi dan berkelit pada situasi sulit yang dihadapi.

Hasil survei kepribadian Ekstraversi mengacu pada trait dari ekstraversi menurut Eysenck (Alwisol, 2014), yakni dari 15 responden mempunyai traits ekstraversi. Kemudian sebanyak (74%) responden merasa dominan, (85%) response merasa sebagai individu mudah bergaul, (82%) responden menjawab sebagai individu mudah mengekspresikan perasaan, dan (88%) responden menjawab senang berinteraksi dengan orang-orang sekitarnya.

Berdasarkan uraian latar belakang dan dari hasil penelitian sebelumnya, kemudian peneliti membuat hipotesis bahwa ada hubungan nya antara kepribadian *ekstraversi* pada kecenderungan *cyberbullying*. Adapun tujuan penelitian adalah mengetahui adakah hubungan kepribadian *extraversion* dengan kecenderungan *cyberbullying* pada mahasiswa pengguna aplikasi Tiktok. Manfaat penelitian bagi mahasiswa pengguna media sosial, agar dapat mengontrol dan membatasi diri dalam menggunakan Tik Tok. Selain itu

mahasiswa lebih bisa memilih tayangan yang bermanfaat dan digunakan sesuai kebutuhannya masing-masing .

METODE

Responden Penelitian

Populasi mahasiswa Ubbara Jaya sebanyak 8.251 mahasiswa yang di terdaftar dari Biro Administrasi Akademik Universitas. Adapun sampel yang dipilih sebagai responden penelitian adalah berjumlah 100 orang. Pedoman jumlah ini ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Rumus Slovin digunakan karena dalam penarikan sampel jumlahnya harus representative agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun tidak memerlukan tabel jumlah sampel, namun dapat dilakukan dengan rumus dan perhitungan sederhana. guna mendapatkan jumlah minimal sampel (Sugiyono, 2017). Penentuan karakteristik sampel menggunakan *purposive sample*, yaitu: mahasiswa aktif Ubbara Jaya, usia 18-27 tahun, laki-laki dan perempuan, pengguna aplikasi Tiktok. Penyebaran skala penelitian diambil dilakukan pada tanggal 25 Maret – 27 Maret 2021, menggunakan *google form*, dimana peneliti menyebarkan link kepada mahasiswa Ubbara Jaya secara berkala sehingga mencapai jumlah 100 orang.

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional.

Selanjutnya dilakukan uji regresi sederhana untuk melihat besarnya pengaruh kepribadian ekstraversi terhadap perilaku kecenderungan cyberbullying.

Instrumen Penelitian

Langkah penyusunan instrumen dimulai dari merumuskan definisi operasional dari masing-masing skala pengukuran. Definisi operasional *cyberbullying* adalah suatu tindak kejahatan, pelecehan atau tindakan mengancam seseorang yang dilakukan pada media sosial tanpa melibatkan kekuatan fisik. *Cyber-Bullying* dapat diukur menggunakan skala *cyberbullying*, yang mengacu pada 7 bentuk *cyberbullying* menurut (Willard, 2007), diantaranya adalah: *flaming, harassment, denigration, impersonation, outing and trickery, exclusion, dan cyberstalking*.

Definisi operasional dari kepribadian ekstraversi adalah kumpulan dari sifat-sifat suka bersosialisasi, suka mencari sensasi, emosi positif, dan optimisme. Kepribadian ekstraversi dapat diukur menggunakan skala kepribadian ekstraversi, yang mengacu pada aspek ekstraversi yang dikemukakan oleh (Millon, Lerner, & Weiner, 2003), yaitu *sociability, agency, activation, impulsive-sensation seeking, dan positive emotions*.

Skala *cyberbullying* ini terdiri dari 30 item pernyataan, masing-masing terdiri dari 15 item *favorable* dan 15 item

unfavorable. Adapun skala kepribadian ekstraversi terdiri dari 30 item pernyataan, terdiri dari 15 item *favorable* dan 15 item *unfavorable*. Pada kedua skala, menggunakan empat alternatif jawaban, terdiri dari 4 jawaban berurutan, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skor nilai ada pada rentang 1 – 4. Alternatif jawaban *favorable* diberi nilai 4 ke 1, sedangkan jawaban *unfavorable* diberi jawaban 1 ke 4.

Prosedur Penelitian

Waktu penelitian sekitar 7 bulan, dari bulan Oktober 2020 sampai dengan Mei 2021. Penelitian dimulai dari studi kepustakaan, survei pendahuluan sampai dengan penyajian data. Pada tahap awal peneliti membuat blue print alat ukur. Instrumen yang digunakan dalam format *GForm (google form)* karena sedang terjadi pandemi Covid-19. *Try out* dilakukan untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur, pada pada 63 mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Standar nilai signifikansi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 0,3 (Periantalo, 2016). Hasil *try out* terdapat beberapa aitem yang gugur karena mempunyai nilai signifikansi dibawah 0,3. Aitem pada skala *cyberbullying* menjadi 23 aitem, sedangkan skala kepribadian ekstraversi menjadi 18 aitem.

Langkah selanjutnya adalah

menguji reliabilitas aitem. Pedoman yang digunakan adalah skor reliabilitas sebesar 0,7 (Periantalo, 2016). Terdapat hasil reliabilitas skala *cyberbullying* sebesar 0,880 dimana hasil tersebut terdapat pada kategori reliabel. Sedangkan untuk skala kepribadian ekstraversi didapatkan hasil reliabilitas yaitu 0,755 dimana nilai tersebut terdapat pada kategori cukup reliabel. Kedua alat ukur tersebut dapat digunakan untuk penelitian.

Analisis Data

Proses selanjutnya adalah analisa data, dimana data diolah menggunakan sistem pengolahan data SPSS *versi 16.0 for windows*. Teknik analisis data menggunakan *Product Moment Pearson*. Alasan penggunaan teknik ini adalah peneliti ingin mengukur kekuatan linearitas antara variabel kepribadian extraversion dan *cyberbullying*. Peneliti menggunakan pedoman klasifikasi kekuatan korelasi dari (Periantalo, 2016). Proses selanjutnya adalah melakukan uji asumsi dasar meliputi uji normalitas, uji linieritas, serta uji homogenitas.

HASIL

Pada bagian hasil ini peneliti memaparkan beberapa hasil dari analisa data yang telah dilakukan yaitu sebagai berikut :

1. Data Demografi Responden:

Tabel 1. Kelompok Usia

No	Kategori Usia	Jumlah
----	---------------	--------

1.	19 thn	15,8%
2.	20 thn	28,1%
3.	22 thn	28,6%
4.	25 thn	27,5%

Berdasarkan data tabel diatas usia terendah responden yaitu 19 tahun jumlahnya (7,5%) dan usia tertinggi responden yaitu 25 tahun yang jumlahnya (23%).

Tabel 2. Kelompok Jenis Kelamin

N o	Jenis Kelamin	Jumlah
1.	Laki-laki	17%
2.	Perempuan	83%

Berdasarkan tabel di atas jenis kelamin responden perempuan lebih banyak (83%) dibandingkan jenis kelamin laki-laki yang berjumlah (17%).

Tabel 3. Kelompok Pengguna Media Sosial

No	Media Sosial	Jumlah
1.	Tiktok	32,1%
2.	Instagram	9,4%
3.	Twitter	7,5%
4.	Facebook	5,7%
5.	Semuanya	45,3%

Berdasarkan tabel 3, responden terbanyak adalah pengguna media sosial Tiktok berjumlah (32,1%), Instagram dengan jumlah (9,4%), Twitter dengan jumlah (7,5%), dan Facebook sebanyak

(5,7%). Responden yang menggunakan semua jenis media sosial berjumlah 45,3%.

2. Data hasil dari uji asumsi:

Uji asumsi terdiri dari 3 rangkaian, yaitu: Uji Normalitas, Uji Linieritas, serta Uji Homogenitas. Berikut hasil analisa data:

Tabel 4. Hasil Uji Asumsi

Variabel	Normalitas	Linearitas	Homogenitas
<i>Cyberbullying</i>	0,068	0,000	0,056
<i>Kepribadian</i>	0,068	0,000	0,171
<i>Extraversi</i>			

Tabel diatas menunjukkan hasil uji normalitas ekstraversi (p) sebesar 0,068. Hasil $p > 0,05$, artinya kedua variabel berdistribusi normal. Uji linieritas diperoleh nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 yang menunjukkan jika $p < 0,005$, artinya hubungan kedua variabel bersifat linier. Berdasarkan hasil uji homogenitas didapat nilai signifikansi (p) sebesar 0,056 untuk variabel *cyberbullying*, serta 0,171 untuk variabel kepribadian extraversion. Hasil ini menunjukkan bahwa $p > 0,05$, yang artinya data kedua variabel adalah homogen. Dengan demikian syarat uji asumsi telah terpenuhi, maka pengkategorisasian subjek serta uji korelasi dapat dilakukan. Adapun hasil uji kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil uji kategori *Cyber-Bullying*

Kategori	Jumla	Presenta
----------	-------	----------

Subjek		h	se
Rendah	16	16%	
Sedang	77	77%	
Tinggi	7	7%	

Tabel diatas menunjukkan bahwa (7%) subjek sebanyak 7 orang memiliki tingkat *cyberbullying* kategori tinggi, sedangkan (77%) responden sebanyak 77 orang memiliki tingkat *cyberbullying* kategori sedang. Sisanya (16%) sebanyak 16 orang memiliki tingkat *cyberbullying* kategori rendah.

Tabel 6. Hasil Uji Kategori Kepribadian Ekstraversi

Subjek		Kategori	Jumla	Presenta
		h	se	
Rendah	6	6%		
Sedang	85	85%		
Tinggi	9	9%		

Berdasarkan subjek yang memiliki tingkat kepribadian ekstraversi, terdapat kepribadian ekstraversi kategori rendah (6%) sebanyak 6 subjek, tingkat kepribadian extraversion kategori sedang sebanyak (85%) sebanyak 85 subjek dan tingkat kepribadian extraversion kategori tinggi sebanyak (9%) sebanyak 9 subjek.

Tinjauan dari aspek kepribadian ekstraversi yang paling menonjol dari mahasiswa adalah aspek *activation* yaitu

individu yang mempunyai sifat aktif, energik, suka semua jenis aktivitas fisik. Sedangkan pada bentuk *cyberbullying* yang paling sering dilakukan oleh mahasiswa adalah *flaming*, yaitu tindakan mengirimkan pesan teks yang isinya berupa kata-kata yang penuh amarah dan frontal.

3. Data hasil uji hipotesis.

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui korelasi variabel x dengan variabel y. Hasil nya adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien korelasi	Nilai signifika nsi	Jumlah subjek
<i>Cyber-</i>			
<i>Bullying</i>			
<i>Keprib</i>			
<i>a</i>	-0,321**	0,001	100
<i>dian</i>			
<i>Ekstrav</i>			
<i>ersi</i>			

Hasil uji korelasi diatas menunjukan nilai koefisien korelasi sebesar -0,321** dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Ini dapat diartikan bahwa *cyber-bullying* dengan kepribadian ekstraversi memiliki hubungan lemah (Periantalo, 2016). Nilai minus pada koefisien korelasi menunjukan adanya hubungan yang tidak searah antara kedua variabel. Semakin tinggi *cyberbullying*, maka kepribadian

extraversion akan semakin rendah, dan sebaliknya.

4. Uji Analisis Regresi Linier Sederhana

Peneliti melanjutkan proses analisa data menggunakan regresi linear sederhana, setelah melihat hasil uji kategori, dimana kedua variabel berada pada kategori sedang. Selain itu peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh kepribadian ekstraversi terhadap perilaku kecenderungan *bullying*. Hasil nya sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Variabel	R ²	Signifika nsi	Konstant a
Kepribadia			
<i>n</i>			
<i>Extraversi</i>			
<i>Cyber-</i>	0,103	0,001	-0,522
<i>Bullying</i>			

Berdasarkan tabel diatas bahwa R square adalah 0,103, artinya bahwa kepribadian extraversion mempengaruhi *Cyber-Bullying* sebesar 10,3%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti. Hasil signifikansi menunjukan nilai 0,001 artinya ($p < 0,05$). Selanjutnya hasil nilai konstanta sebesar -0,522. Ini menunjukan setiap kenaikan nilai kepribadian extraversion akan menurunkan nilai *cyberbullying* sebesar 5,22%.

SIMPULAN

Kesimpulan dari hasil penelitian adalah semakin tinggi *cyber-bullying*, maka kepribadian ekstraversi akan semakin rendah. Sebaliknya, jika semakin rendah *cyber-bullying* maka kepribadian ekstraversi akan semakin tinggi. Oleh karena itu hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak. Sehingga dapat diartikan terdapat hubungan antara kepribadian *extraversion* dengan kecenderungan *cyberbullying* pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Simpulan dari uji regresi bahwa kepribadian ekstraversi mempengaruhi sebesar 10,3% dibandingkan dari faktor lain yang tidak diteliti seperti usia dan gender.

DISKUSI

Berdasarkan hasil uji korelasi yang telah dilakukan antara variabel kepribadian ekstraversi dan *Cyber-Bullying* dengan menggunakan teknik *Pearson Product Moment* ditemukan koefisien korelasi sebesar $-0,321^{**}$ dengan nilai signifikansi 0,000 ($p<0,05$). Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan adanya hubungan yang tidak searah antara kedua variabel tersebut. Artinya, jika Kepribadian extraversion rendah, maka *Cyber-Bullying* tinggi. Begitupun sebaliknya, jika Kepribadian extraversion tinggi, maka *Cyber-Bullying* rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang diteliti oleh (Dewi Atika

Maisarah, Noviekayati, & Pratitis, 2018), mengenai hubungan tipe Kepribadian Ekstraversi dengan kecenderungan *Cyber-Bullying* pada remaja awal pengguna media sosial instagram. Hasil studi mereka menunjukkan terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara Kepribadian Extraversi dengan *Cyber-Bullying* pada pengguna instagram.

Adanya signifikansi hubungan di antara kedua variabel menunjukkan bahwa kedua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, bisa digunakan untuk menjelaskan adanya bentuk perundungan pada mahasiswa Ubhara Jaya. Hasil korelasi dari kepribadian extraversion dengan kecenderungan *cyberbullying* menunjukkan kekuatan yang lemah. Hasil yang lemah disebabkan karena perilaku kecenderungan *cyberbullying* di pengaruhi oleh faktor gender, dimana anak perempuan lebih sering terlibat jenis agresi tidak langsung, faktor usia, dan karakteristik kepribadian pelaku *cyberbullying*. Dalam hal ini para pelaku memiliki karakteristik kepribadian yang dominan, cenderung temperamental, impulsive, serta mudah frustasi.

Hasil uji kategorisasi menunjukkan bahwa subjek yang memiliki tingkat *Cyber-Bullying* pada tingkat kategori rendah sebanyak (16%), tingkat *Cyber-Bullying* kategori sedang sebanyak (77%), dan tingkat *Cyber-Bullying* kategori tinggi sebanyak (7%). Sedangkan subjek yang memiliki tingkat Kepribadian Extraversi kategori rendah (6%), tingkat Kepribadian

extraversion kategori sedang sebanyak (85%) dan tingkat Kepribadian extraversion kategori tinggi sebanyak (9%). Tampak variabel *cyberbullying* dan kepribadian extraversion berada pada kategorisasi sedang. Hal ini dimungkinkan terjadi karena subjek yang mengisi kuesionernya tidak berdasarkan kriteria yang tertulis, dan adanya faktor lain yang tidak diteliti, namun mempengaruhi pelaku dalam kecenderungan *cyberbullying*.

Aspek kepribadian extraversion yang paling menonjol dari mahasiswa adalah aspek *activation* yaitu Individu yang mempunyai sifat aktif, energik, suka semua jenis aktivitas fisik. Sedangkan pada bentuk *cyber-bullying* yang paling menonjol dari mahasiswa adalah bentuk *flaming* yaitu tindakan mengirimkan pesan teks yang isinya berupa kata-kata yang penuh amarah dan frontal. *Flaming* juga memiliki total indikator lebih banyak dari yang lain karena dari referensi hasil penelitian yang dilakukan (Sartana & Afriyeni, 2017) didapatkan (51%) korban dirundung melalui tulisan seperti bentuk *cyber-bullying* pada *flaming*.

Responden terbanyak berjenis kelamin perempuan sebesar (83%), sedangkan laki-laki didapatkan (17%). Penelitian yang dilakukan (D. A Maisarah, Noviekayati, & Pratitis, 2018), laki-laki lebih mungkin menjadi pelaku *cyberbullying*, sedangkan remaja perempuan lebih mungkin untuk menghentikan kejahatan. Selain itu tidak

ada perbedaan gender pada *bullying* tradisional maupun *cyberbullying*, artinya laki-laki dan perempuan memiliki kemungkinan yang sama untuk terlibat dalam *cyberbullying*. Berbeda dengan penelitian (Sartana & Afriyeni, 2017) menyebutkan bahwa remaja perempuan lebih banyak yang menjadi korban perundungan dari pada laki-laki. Jumlah mereka adalah 99 responden (58%), sedangkan korban yang berjenis kelamin laki-laki hanya 73 orang (44%). Kondisi sebaliknya terjadi pada pelaku. Adanya jumlah korban yang lebih tinggi pada perempuan dibanding laki-laki juga ditemukan pada beberapa penelitian yang lain.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan terhadap 35 responden mahasiswa, ternyata 7 mahasiswa memiliki perilaku kecenderungan *cyberbullying*. Peneliti menggunakan kategorisasi pelaku *cyberbullying* menurut (Kowalski, Limber, & Agatston, 2008a). Mereka memiliki kepribadian yang dominan, cenderung lebih cepat temperamental, impulsive dan mudah frustasi dengan keadaan yang sedang dialaminya, sulit dalam menaati peraturan, terlihat kuat dan menunjukkan rendahnya rasa empati pada korban, pandai memanipulasi dan berkelit pada situasi sulit yang dihadapi.

Kemudian ditemukan ada 11 orang mahasiswa yang memenuhi aspek dari kepribadian ekstraversi. Pada mahasiswa memperlihatkan perilaku

dominan, mudah mengekspresikan perasaan, senang berinteraksi dengan orang lain dan mudah bergaul.

Penelitian (Ozden & Icelioglu, 2014), pada mahasiswa Turki, menemukan hasil pelaku cyberbullying atau korban terkait dengan psikotisme.

Penelitian di Indonesia, oleh (Safaria et al., 2020), menemukan terdapat tiga traits yang berhubungan dengan pelaku cyberbully, yaitu Machiavellianisme, Psychopathi, dan Narcism.

Penelitian menggunakan sistematik reviu oleh (Dewi, Suryani, & Sriyati, 2020), memaparkan lima faktor yang mempengaruhi cyberbullying pada umur remaja, antara lain: individu mempunyai sejarah kekerasan, persepsi, gender, usia, kontrol psikologis dan riwayat penggunaan zat adiktif. Hasil studi ini menekankan bahwa kendali penggunaan media sosial itu lebih ke arah diri sendiri. Remaja yang punya kendali diri yang kuat mempunyai resiko kecil mengalami *cyberbully*, dan sebaliknya.

Isu yang menarik lainnya adalah hasil studi dari (Adawiyah, 2019), yang disajikan seminar nasional magister psikologi di salah satu Universitas di Yogyakarta. Peneliti tersebut merangkum beberapa hasil studi ilmiah tentang *cyberbullying* pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan sama seperti penelitian yang dilakukan oleh Dewi bahwa usia dan tipe kepribadian ini merupakan faktor utama terjadinya *cyberbullying*. Hal ini sangat perlu menjadi perhatian khusus bagi para orang tua, bahwa masa perkembangan dan pertumbuhan anak menjadi fokus utama

dalam pengasuhan. Adawiyah juga menuliskan salah satu faktor terjadinya *cyberbullying* adalah pola asuh. Pertanyaan selanjutnya adalah pola asuh yang seperti apa cocok dan bisa diterapkan di era digital sekarang? Ini bisa menjadi bahan penelitian ke depan.

Hasil studi (Sartana & Nelia, 2017), menekankan pada isi perundungan di dunia maya. Mereka menemukan bentuk *flaming* adalah salah satu jenis yang paling sering dilakukan oleh perundung. Ini sama dengan yang ditemukan oleh peneliti. Flaming adalah bentuk perundungan, berupa kiriman pesan-pesan bernada kasar tentang seseorang, baik secara kelompok maupun individu, melalui email atau pesan teks lain. Hal ini juga menarik diperhatikan. Seperti tulisan (Andriyana et al., 2021), bahwa penggunaan aplikasi Tiktok ataupun media sosial mempengaruhi bahasa sehari-hari para penggunanya, disebut sebagai bahasa kolokial. Para peneliti ini menjumpai banyak sekali bahasa-bahasa yang sering muncul dalam tiktok muncul dalam percakapan sehari-hari dalam kurun waktu tertentu bahkan menjadi bahasa yang lumrah digunakan mereka.

Mahasiswa yang menjadi responden lekat dengan karakteristik generasi Z, yang berada pada rentang usia 19 sampai dengan 22 tahun (72,5%). Tulgan (2013), menulis artikel berjudul “*Meet Generation Z: The second generation within the giant "Millennial" cohort*”, hasil dari penelitian longitudinal tahun 2003 – 2013. Tulgan menemukan lima karakteristik pada Gen Z,

salah satunya adalah keterbukaan menerima berbagai pandangan dan pola pikir, sehingga generasi Z mudah menerima keragaman dan perbedaan pada suatu hal. Namun hal ini mempunyai efek GenZ susah mendefinisikan diri sendiri. Identitas diri GenZ bisa cepat berubah bila ada yang mempengaruhi pikiran dan sikap mereka pada suatu hal.

Limitasi Penelitian

Penelitian ini seharusnya bisa menggunakan sampel yang banyak, seperti pada beberapa penelitian (Ozden & Icelioglu, 2014; Gibb & Devereux, 2014; Safaria et al., 2020), para peneliti menggunakan sampel lebih dari 100 orang. Jumlah sampel akan mempengaruhi nilai validitas sangat bagus dan sangat reliabilitas (Periantalo, 2016).

Penelitian akan lebih menarik bila mencari hubungan antara beberapa traits kepribadian ekstraversi, Machiavellianisme, Psychopathi, dan Narcism, seperti penelitian oleh (Gibb & Devereux, 2014). Mereka menggunakan tiga tipe personaliti untuk mengidentifikasi personaliti mana yang paling berpengaruh. Selain itu bisa juga dikaitkan dengan karakteristik GenZ, terutama pada pola penggunaan bahasa. Hal ini sejalan dengan hasil studi (Andriyana et al., 2021) yang menyoroti bahasa kolokial remaja pengguna sosial media. Temuan ini akan mempunyai implikasi yang besar pada sistem pengasuhan orang tua dan pendidikan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Adawiyah, S. R. (2019). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Cyber-Bullying pada Remaja*. Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan, 398–403. Retrieved from <http://seminar.uad.ac.id/index.php/snmpuad/article/view/3466/794>

Akbari, T. T., & Falopenia, A. C. (2017). *Personal Image Generasi Millennial Korban Cyber-Bullying Pada Akun Instagram dan Ask Fm Di Jakarta Taufan*. Konferensi Nasional Komunikasi, 01(01), 368–378. Retrieved from <http://pknk.web.id/index.php/PKNC/article/view/117>

Alisah, L. R. M. (2018). *Studi Fenomenologis : Memahami Pengalaman Cyber-Bullying Pada Remaja. Interaksi Online*.

Alwisol. (2014). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. UMM Press.

Andriyana, Iswatiningssih, D., Mahmud, J., Yulianti, O. E., & Trang, T. T. T. (2021). *Tiktok Terhadap Variasi Bahasa Kolokial pada Kalangan Remaja Indonesia*. *Jurnal Pendidikan Bahasa Dan Sastra Indonesia*, 17(1), 34–41. Retrieved from <https://journal.uniku.ac.id/index.php/FON/index>

- Batoebara, M. U. (2020). *Aplikasi Tik-Tok Seru-Seruan Atau Kebodohan. Network Media*, 3(2), 59–65. <https://doi.org/10.46576/jnm.v3i2.849>
- Deriyanto, D., & Qorib, F. (2018). *Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi Tik Tok. JISIP: Jurnal Ilmu Sosial Dan Politik*, 7(2), 77–83. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/jisip.v7i2.1432>
- Dewi, H. A., Suryani, & Sriyati, A. (2020). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Cyber-Bullying Pada Remaja : A Systematic review. Journal of Nursing Care*.
- Gibb, Z. G., & Devereux, P. G. (2014). *Who does that anyway? Predictors and personality correlates of cyberbullying in college. Computers in Human Behavior*, 38, 8–14.
- Kowalski, R. M., Limber, S., & Agatston, P. W. (2008a). *Cyber bullying: bullying in the digital age*. 2008. *Malden (Mass.)*: Blackwell Publishing, 5–6.
- Kowalski, R. M., Limber, S., & Agatston, P. W. (2008b). *Cyber bullying: bullying in the digital age*. John
- Maisarah, D. A, Noviekayati, I., & Pratitis, N. (2018). *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Ekstrovert dengan Kecenderungan Cyber-Bullying pada Remaja Awal Pengguna Media Sosial Instagram. Jurnal Psikologi Poseidon (Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Psikologi Kemaritiman)*, 1(1), 16.
- Maisarah, Dewi Atika, Noviekayati, I., & Pratitis, N. (2018). *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Ekstrovert dengan Kecenderungan Cyber-Bullying Pada Remaja Awal Pengguna Media Sosial Instagram. Jurnal Psikologi Poseidon (Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Psikologi Kemaritiman)*, 1(1), 16.
- Millon, T., Lerner, M. J., & Weiner, I. B. (2003). *Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology* (Vol. 5). In *Handbook of psychology Personality and social psychology*. 5. 209–229.
- Narpaduhita, R. D., & Suminar, R. D. (2014). *Perbedaan Perilaku Cyber-Bullying Ditinjau Dari Persepsi Siswa Terhadap Iklim Sekolah Di SMK Negeri 8 Surabaya*. In *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental Universitas Airlangga*.

- Noviandri, M. (2019). *Hubungan Kecerdasan Emosi, Konformitas, dan Tipe Kepribadian Terhadap Perilaku Cyber-Bullying Pada Remaja (The Relationship between Emotional Quotient, Conformity, and Personality on Cyber-Bullying Behavior in Adolescents)*. Universitas Sumatera Utara.
- [teknologi-informasi-digital-internet](#)
- Safaria, T., Nuql, F., Purwandari, E., Ratnaningsih, I., Khairania, M., Saputra, N., ... Mariati, L. (2020). *The role of dark triad personality on cyberbullying: is it still a problem?*. *International Journal of Scientific & Technology Research*, 9(2), 4256–4260.
- Ozden, M. S., & Icelioglu, S. (2014). The Perception of Cyber-Bullying and Cybervictimization by University Students in Terms of their Personality Factors. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 116, 4379–4383.
- Saragih, D. C., Windarwati, H. D., & Merdikawati, A. (2020). *Tipe kepribadian pada remaja dengan cyberbullying* 1. 3(3), 323–328.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sartana, & Afriyeni, N. (2017). *Perilaku Perundung Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal*. *Journal Psikologis Insight*, 1(1), 25–39.
- Pratomo, Y. (2019). *49 Persen Netizen di Indonesia Pernah Mengalami “Bullying” di Medsos*. *Kompas.Com*. Retrieved from <https://tekno.kompas.com/read/2019/05/16/08290047/49-persen-netizen-di-indonesia-pernah-mengalami-bullying-di-medsos>
- Sartana, & Nelia, A. (2017). *Perilaku Perundung Maya(Cyber-Bullying) Pada Remaja Awal*. *Journal Psikologis Insight*, 1(1), 25–39.
- Rappler.com. (2018). *Gambaran pemanfaatan teknologi informasi di Indonesia*. *Rappler.Com*. Retrieved from <https://www.rappler.com/world/bahasa-indonesia/perkembangan->
- Satalina, D. (2014). *Kecenderungan Perilaku Cyber-Bullying Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert Dan Introvert*. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*.
- Situmorang, D. (2019). *Menjadi Viral Dan Terkenal Di Media Sosial, Padahal Korban Cyber-Bullying: Suatu Kerugian Atau Keuntungan?*. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran*

Psikologi, 8(1), 12–19.

Subramanian, S. (2020). *Bahujan girls' anti-caste activism on TikTok*. 21(1), 154–156.

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.

Susilowati. (2018). *Pemanfaatan Aplikasi Tiktok Sebagai Personal Branding Di Instagram*. *Jurnal Komunikasi*, 9(2), 176–185.

Tran, A. G. T. T., & Mintert, J. S. (2020). *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Clinical, Applied, and Cross-Cultural Research*. John Wiley and Sons.

Tulgan, B. B. (2013). *Gen-Z-Whitepaper*.

Rainmaker Thinking, Inc.

Weimann, G., & Masri, N. (2020). *Research Note: Spreading Hate on TikTok*. *Studies in Conflict & Terrorism*. 1–14.

Widiastuti, T. (2016). *Rekayasa Gambar Diri Remaja dalam Mencapai Pengakuan Sosial di Instagram*. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 14(2), 215–224.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31315/jik.v14i3.2134>

Willard, N. E. (2007). *Cyber-Bullying and Cyberthreats: Responding to the Challenge of Online Social Aggression, Threats, and Distress*.

Benarkah Selama Pembelajaran Daring Mahasiswa Mengakses Internet Untuk Kepentingan Non Akademik?

Does College Student Accessing Internet for Non-Academic Purpose during Online Learning?

MARTARIA RIZKY RINALDI¹

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: ¹martariarizky@mercubuana-yogya.ac.id

Abstrak. Pandemi COVID-19 yang terjadi membuat diberlakukannya kebijakan pembelajaran daring untuk menunjang proses pembelajaran. Akan tetapi, ternyata proses pembelajaran daring mengalami beberapa hambatan. Rasa ketidaknyamanan muncul karena beban tugas lebih banyak dan mahasiswa kurang memahami materi. Di sisi lain, pembelajaran daring memiliki fleksibilitas yang besar dan lemah dalam pengawasan terhadap mahasiswa. Kondisi ini membuat mahasiswa dapat bebas mengakses internet untuk apapun, termasuk hal-hal di luar akademik selama pembelajaran atau disebut dengan cyberloafing. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendapatkan data empiris mengenai cyberloafing atau perilaku menggunakan internet untuk tujuan-tujuan di luar aktivitas akademik yang dilakukan saat proses pembelajaran daring. Sampel penelitian yaitu 211 mahasiswa yang sedang menjalani pembelajaran daring yang terdiri atas 152 perempuan (72%) dan 59 laki-laki (28%). Pengumpulan data dengan menggunakan Skala Cyberloafing dengan skor reliabilitas $\alpha = 0,871$. Teknik analisis data yang dilakukan yaitu analisis deskriptif dan uji beda dengan t-test. Temuan dari penelitian ini yaitu 8,5% mahasiswa menunjukkan cyberloafing tinggi, 85% sedang, dan 8,5% rendah. Hasil temuan lain dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan jenis kelamin dalam cyberloafing pada mahasiswa selama pembelajaran daring. Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa melakukan perilaku mengakses internet di luar kepentingan akademik selama pembelajaran daring.

Kata kunci: *cyberloafing*, pembelajaran daring, mahasiswa

Abstract. The COVID-19 pandemic that has occurred has forced an online learning policy to support the learning process. However, it turned out that the online learning process encountered several obstacles. The feeling of discomfort arises because there are more assignments and students do not understand the material. On the other hand, online learning has great flexibility and is weak in supervising students. This condition allows students to freely access the internet for anything, including things outside of academics during learning or what is known as cyberloafing. The purpose of this study is to obtain empirical data regarding cyberloafing behavior or behavior using the internet for purposes other than academic activities carried out during the learning process. The research sample was 211 students who were undergoing online learning consisting of 152 women (72%) and 59 men (28%). Data collection using the Cyberloafing Scale with a reliability score of = 0.871. The data analysis technique used is descriptive analysis and different test with t-test. The findings of this study were 8.5% of students showed high cyberloafing, 85% moderate, and 8.5% low.

Other findings from this study indicate that there is no gender difference in cyberloafing among college students during online learning. Based on this research, it can be concluded that most of the students conduct internet access behavior outside of academic interests during online learning.

Key word: *cyberloafing, online learning, college student.*

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 yang mulai terjadi di Wuhan, Cina pada Desember 2019 telah menyebar ke seluruh dunia yang mengakibatkan terjadinya 200.840.180 kasus terkonfirmasi dan kematian terhadap 4.265.903 jiwa hingga 6 Agustus 2021 (WHO, 2021a). Penyebaran COVID-19 hingga di Indonesia. Di Indonesia, tercatat sejak 3 Januari 2020 hingga 6 Agustus 2021 telah terkonfirmasi 3.607.863 kasus dan kematian 104.010 jiwa akibat COVID-19 (WHO, 2021b).

Pemerintah Indonesia mengeluarkan segenap kebijakan untuk mengendalikan penyebaran virus. Mulai Maret 2020, di sektor pendidikan, melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dikeluarkan surat edaran untuk pelaksanaan perkuliahan jarak jauh di perguruan tinggi agar kegiatan belajar mengajar tetap berjalan namun aman dari risiko penularan virus corona (Kemendikbud, 2020).

Pembelajaran daring merupakan salah satu solusi untuk dapat dilakukannya pendidikan di masa pandemi COVID-19. Pembelajaran daring difasilitasi oleh teknologi dalam proses pengiriman informasi ketika pembelajaran sepenuhnya daring (Oblinger & Hawkins, 2005). Pembelajaran daring

dilakukan dengan berbagai metode, mulai dari melalui website pembelajaran daring dari universitas hingga pemanfaatan platform seperti Zoom maupun Whatsapp Group (Yulianto, Cahyani, & Silvianita, 2020). Manfaat positif dari dilakukannya pembelajaran daring yaitu lebih mudah dijangkau dan diakses, menghemat waktu, energi, dan uang, serta lebih mudah untuk meninjau kembali pembelajaran (Zhoun & Farrah, 2021).

Keberhasilan dalam pembelajaran daring ditentukan oleh banyak komponen, yaitu mahasiswa, pengajar/dosen, sumberdaya pembelajaran dan teknologi yang digunakan (Hermanto & Srimulyani, 2021). Tanpa kolaborasi dari semua pihak maka akan dapat membuat pembelajaran daring menjadi tidak efektif.

Hambatan yang terjadi dalam pembelajaran daring berasal dari berbagai sisi. Dari sisi pengajar ditemukan bahwa pengajar masih kesulitan dalam menyesuaikan diri untuk menyusun desain dan menyampaikan materi. Selain itu, dari sisi pembelajar terdapat hambatan dalam partisipasi (Bhuana & Apriliyanti, 2021), rendahnya kedisiplinan (Hermanto & Srimulyani), rendahnya motivasi dan rendahnya ketrampilan belajar mandiri (Agustina, Matra, & Karimah, 2020)

Pembelajaran daring yang dilakukan memberikan dampak emosi pula bagi mahasiswa. Dampak emosi yang terjadi yaitu adanya ketidaknyamanan karena dirasa pembelajaran tidak efektif (Setiawan, Masruri, Trastianingrum, & Purwandari, 2021) Selain itu, mahasiswa juga mengalami kesepian. Hal ini ditunjukkan dari penelitian Rinaldi (2021) terhadap 236 mahasiswa yang menunjukkan bahwa kesepian ringan dialami oleh 66,95% responden dan kesepian sedang pada 19,91% responden. Permasalahan emosi lain yang terjadi pada mahasiswa yaitu ketidakpuasan terhadap pembelajaran daring. Penelitian Fawaz dan Samaha (2020) menunjukkan hampir setengah partisipan mahasiswa 48,65% (253 partisipan) merasa tidak puas dengan pembelajaran daring.

Pada saat melaksanakan pembelajaran, pembelajar memanfaatkan beragam perangkat teknologi bersama dengan akses internet (Singh & Thurman, 2019). Mahasiswa juga menggunakan laptop untuk mengakses kelas dan perkuliahan. Ketika pembelajaran dilakukan secara tatap muka, agar mahasiswa berfokus pada perkuliahan maka dosen dapat memberikan peraturan dengan melarang penggunaan laptop di kelas (Maxwell, 2007; Yamamoto, 2007), membatasi akses internet (Adams, 2006), atau membuat area zona bebas laptop dan zona penggunaan laptop (Aguilar-Roca, Williams, & O'Dowd, 2021). Akan tetapi, kontrol tidak dapat dilakukan selama pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan penelitian dari Ragan, Jennings, Massey, & Doolittle (2014)

menunjukkan bahwa dalam perkuliahan di kelas, mahasiswa menggunakan laptop tidak hanya untuk mencatat perkuliahan namun juga mengakses laman media sosial, menjelajah web, bermain game, dan berbelanja. Akan tetapi hal ini tidak dapat dikontrol selama pembelajaran daring.

Teknologi menyumbangkan manfaat dalam proses belajar mengajar. Akan tetapi, penggunaan teknologi yang berlebihan dan tidak terkendali oleh peserta didik menimbulkan masalah seperti *cyberloafing*. Aktivitas penggunaan internet dan alat teknologi informasi di lingkungan kerja/sekolah oleh individu untuk tujuan pribadi selama jam kerja/sekolah dikenal dengan *cyberloafing* (O'Neill, Hambley, & Chatellier, 2014).

Cyberloafing sebelumnya lebih banyak diteliti dalam lingkup pekerjaan dan dianggap sebagai perilaku kerja yang counterproductive. Sebelumnya, penelitian berfokus pada kaitan *cyberloafing* dengan kepuasan kerja (Everton, Mastrangelo & Jolton, 2005), dampak terhadap kinerja (Askew, 2012) dan dampak *cyberloafing* terhadap emosi dan pekerjaan karyawan (Lim & Chen, 2012). Awalnya *cyberloafing* diartikan sebagai penggunaan email dan internet untuk kepentingan pribadi saat bekerja (Blanchard & Henle, 2008)

Cyberloafing kemudian digunakan secara meluas dalam bidang pendidikan. Hal ini ditunjukkan dengan penelitian dari Yaşar, & Yurdugül (2013) yang menggambarkan situasi *cyberloafing* di pendidikan tinggi. *Cyberloafing* dalam konteks akademik

didefinisikan sebagai penggunaan internet yang tidak berkaitan dengan pembelajaran selama proses pembelajaran berlangsung (Kalayci, 2010). Akbulut, Dursun, Donmez dan Sahin (2016) mengemukakan bahwa fenomena ini dilakukan secara sadar dan sengaja untuk kepentingan pribadi di waktu sedang bekerja maupun belajar. Bentuk perilakunya seperti mengirimkan e-mail yang tidak berkaitan dengan tugas, mengakses media sosial, situs belanja online, bermain games, dan menonton video.

Penelitian di Turki menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan *cyberloafing* (Yaşar, & Yurdugül, 2013). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hampir semua mahasiswa memeriksa emailnya selama pembelajaran. Selain itu mengunjungi media sosial seperti facebook dan twitter, kemudian mengunjungi laman majalah daring. Di Indonesia, telah dilakukan penelitian terkait fenomena *cyberloafing* pada mahasiswa yang menunjukkan bahwa dari 42 mahasiswa, 50% menunjukkan tingkat *cyberloafing* rendah dan 50% tinggi (Anam & Prastomo, 2019). Akan tetapi, penelitian-penelitian yang ada dilakukan saat pembelajaran tatap muka. Penelitian mengenai fenomena *cyberloafing* saat pembelajaran daring perlu untuk dilakukan untuk mengungkap fenomena pembelajaran saat ini yang dilakukan secara daring.

Cyberloafing dapat dilakukan oleh mahasiswa baik pria maupun wanita. Terkait dengan perilaku penggunaan komputer untuk kepentingan pribadi di tempat kerja,

ditemukan bahwa pria lebih banyak terlibat daripada wanita (Everton, Mastrangelo & Jolton, 2005). Pria merasakan dampak positif dari *cyberloafing* saat bekerja namun wanita justru merasakan dampak negatif dan mempengaruhi kinerja (Lim & Chen, 2012). *Cyberloafing* dalam pembelajaran menunjukkan hasil yang inkonsisten. Penelitian Özcan, Gökçearslan, & Yüksel (2017) menunjukkan terdapat perbedaan jenis kelamin dalam *cyberloafing*, yang menemukan bahwa pria lebih tinggi dalam *cyberloafing*. Akan tetapi, penelitian Durak (2019) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan gender. Selain itu penelitian terkait dengan perbedaan jenis kelamin pada *cyberloafing* dalam konteks pendidikan di Indonesia belum ditemukan. Oleh karena itu penting pula untuk mengeksplorasi perbedaan gender dalam *cyberloafing* pada pembelajaran daring di budaya Indonesia.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang ada, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data empiris mengenai gambaran *cyberloafing* atau perilaku menggunakan internet untuk tujuan-tujuan di luar aktivitas akademik yang dilakukan oleh mahasiswa saat proses pembelajaran daring. Selain itu, penelitian juga bertujuan untuk mengungkap perbedaan jenis kelamin dalam *cyberloafing*.

METODE

Responden penelitian. Kriteria responden dari penelitian ini yaitu mahasiswa aktif yang mengikuti pembelajaran daring. Jumlah

keseluruhan responden penelitian ini yaitu 211 mahasiswa.

Desain penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain survei.

Instrumen penelitian. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala *cyberloafing* yang didasarkan pada teori Akbulut (2016). Skala *cyberloafing* ini telah terbukti memiliki reliabilitas yang baik dengan $\alpha = 0,871$ (Simanjuntak, 2019).

Prosedur penelitian. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan google *form*. Komponen yang ada dalam alat pengumpulan data yaitu adanya bagian persetujuan. Hal ini untuk memastikan bahwa hanya responden yang menyetujui lembar persetujuan yang mengisikan data.

Tautan alat pengumpulan data dibagikan melalui media sosial, seperti *group Whatsapp*, dan Instagram. Individu yang mendapatkan tautan dianjurkan untuk membagikan tautan ke orang lain yang sesuai dengan kriteria. Ketika individu membuka laman tautan, maka individu tersebut akan menuju laman informasi penelitian dan *informed consent*. Ketika individu menyetujui selanjutnya akan diarahkan pada bagian data demografis dan skala *cyberloafing*.

Pengumpulan data dilakukan mulai tanggal 21 - 22 Juni 2021. Data yang telah terkumpul kemudian diperiksa untuk melihat kelengkapan data. Ketika data yang ada tidak lengkap atau terdapat respon yang kurang jelas selanjutnya data tidak diikutkan dalam proses

analisis data. Jumlah responden yang didapatkan yaitu 277.

Analisis Data. Analisis data yang dilakukan yaitu analisis deskriptif untuk mengetahui tingkat *cyberloafing* pada mahasiswa. Analisis tambahan yaitu dilakukan uji beda dengan t-test untuk melihat perbedaan pada kelompok laki-laki dan perempuan. Uji prasyarat untuk mengetahui homogenitas dan linearitas dilakukan terlebih dahulu sebelum uji beda.

HASIL

Hasil penelitian yang ditunjukkan dalam Tabel 1, diperoleh skor rata-rata *cyberloafing* pada mahasiswa yaitu 73, dengan standar deviasi (SD) 11,696. Nilai maksimal *cyberloafing* yaitu 102 dan nilai minimalnya yaitu 44.

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Mean	Min	Max	SD
73,00	44	102	11,696

Berdasarkan distribusi kategori tingkat *cyberloafing*, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 8,5% mahasiswa berada di tingkat rendah, 85% sedang, dan 8,5% tinggi. Data distribusi ini disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dan Presentase *Cyberloafing*

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 88$	18	8,5%
Sedang	$56 \leq X < 88$	175	83%
Rendah	$X < 56$	18	8,5%
Total		211	100%

Data selanjutnya yaitu data demografis dari responden, antara lain, jenis kelamin, usia dan semester. Jumlah responden yaitu 211, dengan rincian 152 perempuan dan 59 laki-laki, berusia 18 - 25 tahun dan dari semester 1 - 8. Data disajikan pada tabel 3.

Tabel 3. Data Demografi Partisipan

Demografi	N	%
<i>Jenis Kelamin</i>		
Perempuan	152	72 %
Laki-laki	59	28%
<i>Usia</i>		
18 tahun	5	2%
19 tahun	23	11%
20 tahun	48	23%
21 tahun	66	31%
22 tahun	36	17%
23 tahun	19	9%
24 tahun	7	3%
25 tahun	7	3%
<i>Semester</i>		
Semester 1	1	1%
Semester 2	23	11%
Semester 3	1	1%
Semester 4	40	19%
Semester 5	9	4%
Semester 6	66	31%
Semester 7	1	1%
Semester 8	70	33%

Peneliti melakukan analisis juga untuk mengetahui perbedaan jenis kelamin dalam *cyberloafing*. Uji asumsi dilakukan dengan uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas jenis kelamin dan *cyberloafing* menunjukkan K-S Z = 0,56 dengan p>0,05, dengan demikian data berdistribusi normal. Uji homogenitas menunjukkan F = 0,165 dengan p > 0,05 yang berarti sebaran data homogen.

Uji untuk melihat perbedaan jenis kelamin menggunakan t-test menunjukkan nilai t =

1,703 dengan p > 0,05 yang berarti tidak ada perbedaan *cyberloafing* pada perempuan dan laki-laki. Rata-rata *cyberloafing* pada perempuan yaitu 72,14 dan laki-laki 75,19.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu mahasiswa melakukan aktivitas internet untuk kepentingan non akademik saat pembelajaran daring. Hasil menunjukkan *cyberloafing* rendah pada 8,5% responden, sedang 85% dan tinggi 8,5%. Selain itu tidak ditemukan perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam *cyberloafing*.

Penelitian selanjutnya diperlukan untuk lebih memahami mengenai cara-cara efektif dalam pembelajaran daring agar mahasiswa tidak melakukan *cyberloafing* sehingga hasil belajar akan menjadi lebih optimal.

DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan *cyberloafing* pada kategori rendah hingga tinggi. Hal ini berarti mahasiswa melakukan perilaku menggunakan internet untuk kepentingan non akademik selama pembelajaran daring.

Cyberloafing yang terjadi tidak dapat dilepaskan dari perubahan dalam proses pembelajaran, dari pembelajaran tatap muka di dalam kelas menjadi pembelajaran daring. Pada pembelajaran daring, mahasiswa mengalami kejemuhan (Malelak, Taneo, & Ufi, 2021). Cara-cara yang dilakukan mahasiswa

untuk mengatasi kejemuhan dalam mengikuti pembelajaran yaitu mengakses internet untuk hal lain, seperti berbelanja, membuka situs media sosial maupun bermain game. Penelitian menunjukkan bahwa melakukan *cyberloafing* di luar kelas pada dasarnya memberikan dampak yang positif bagi mahasiswa (Wu, Mei, & Ugrin, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan lebih dari satu tugas atau aktivitas, yaitu mengikuti pembelajaran dan mengakses hal di luar pembelajaran atau dalam hal ini mahasiswa melakukan multitasking. Mahasiswa saat ini dapat dikategorikan sebagai penduduk asli digital. Perilaku yang dilakukan oleh mahasiswa sejalan dengan perspektif penduduk asli digital yang merupakan multitasker yang bersemangat (Palfrey & Gasser, 2013).

Penelitian terkait *multitasking* sebelumnya menunjukkan adanya dampak buruk pada mahasiswa (Kraushaar & Novak, 2010). Semakin banyak aktivitas di luar akademik yang dilakukan akan menimbulkan semakin banyak distraksi dan berkaitan dengan rendahnya kinerja akademik.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan tidak ada perbedaan jenis kelamin dalam *cyberloafing*. Hal ini mendukung dengan temuan Durak (2019) yang menunjukkan bahwa tidak ada kaitan jenis kelamin dengan *cyberloafing*. Meskipun demikian, pada dasarnya perbedaan jenis kelamin mempengaruhi dalam target penggunaan media, seperti situs jejaring sosial yang lebih sering digunakan perempuan, dan game online

yang lebih sering dipilih laki-laki (Yildiz-Durak, 2018).

Cyberloafing merupakan gangguan yang berbahaya di kelas (Wu dkk, 2019). *Cyberloafing* telah ditemukan berkaitan dengan prokrastinasi akademik dan performa akademik yang negatif (Durak, 2019). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa tingginya *cyberloafing* berkaitan dengan rendahnya IPK (Wu dkk, 2018). Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan mahasiswa melakukan *cyberloafing* selama pembelajaran daring, oleh karena itu penting bagi pihak-pihak terkait seperti dosen maupun institusi pendidikan untuk melakukan intervensi guna menurunkan *cyberloafing* pada mahasiswa.

Penelitian ini terbatas pada partisipan mahasiswa yang ada perguruan tinggi di Indonesia. Oleh karena itu, untuk dapat melakukan generalisasi dari temuan, direkomendasikan untuk mengulang penelitian dengan beragam latar belakang sosial budaya. Selain itu, asal jurusan serta bentuk proses pembelajaran juga dapat dieksplorasi lebih lanjut dalam kaitannya dengan *cyberloafing* untuk membantu menyusun intervensi yang tepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, D. (2006). *Wireless laptops in the classroom (and the Sesame Street syndrome)*. *Communications of the ACM*, 49(9), 25-27.

- Aguilar-Roca, N. M., Williams, A. E., & O'Dowd, D. K. (2012). *The impact of laptop-free zones on student performance and attitudes in large lectures*. *Computers & Education*, 59(4), 1300e1308. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2012.05.002>
- Agustina, D., Matra, S.D., Karimah, S. (2020). *Challenges of having online learning activities: University students' perspectives*. *iNELTAL Conference Proceedings*, 9-14.
- Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. (2016). *In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings*. *Computers in Human Behavior*, 55, 616-625. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002>
- Askew, K. L. (2012). *The relationship between cyberloafing and task performance and an examination of the theory of planned behavior as a model of cyberloafing*. *Graduate Theses and Dissertations*, University of South Florida.
- Bhuana, G.P. & Apriliyanti, D.L. (2021). *Teacher' Encounter of Online Learning: Challenges and Support System*. *Journal of English Education and Teaching (JEET)*, 5(1). 110-122.
- Blanchard, A. L., & Henle, C. A. (2008). *Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control*. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 1067–1084. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.03.008>
- Durak, H. Y. (2019). *Cyberloafing in Learning Environments Where Online Social Networking Sites Are Used as Learning Tools: Antecedents and Consequences*. *Journal of Educational Computing Research*, 0(0), 1-31. <https://doi.org/10.1177/0735633119867766>
- Everton, W. J., Mastrangelo, P. M., & Jolton, J. A. (2005). *Personality correlates of employees' personal use of work computers*. *CyberPsychology & Behavior*, 8(2), 143–153. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.143>
- Fawaz, M, Samaha, A. (2021). *E-learning: Depression, anxiety, and stress symptomatology among Lebanese university students during COVID-19 quarantine*. *Nursing Forum*, 56: 52–57. <https://doi.org/10.1111/nuf.12521>
- Hermanto, Y.B. & Srimulyani, V.A. (2021). *The Challenges of Online Learning During the Covid-19 Pandemic*. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*, 54 (1), 46-57.

Karaoglan Yilmaz, F. G., Yilmaz, R., Öztürk, H. T., Sezer, B., & Karademir, T. (2015b). *Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments*. *Computers in Human Behavior*, 45, 290–298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.023>

Kemendikbud. (2020). *SE Sesjen: Pedoman Penyelenggaraan Belajar dari Rumah dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19*. Retrieved from <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/se-sesjen-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>

Kraushaar, J. M., & Novak, D. C. (2010). *Examining the affects of student multitasking with laptops during the lecture*. *Journal of Information Systems Education*, 21(2), 11, 241-251. Tersedia online di: <https://eric.ed.gov/?id=EJ893903>

Lim, V. K. G., & Chen, D. J. Q. (2012). *Cyberloafing at the workplace: gain or drain on work?*. *Behaviour & Information Technology*, 31(4), 343–353. <https://doi.org/10.1080/01449290903353054>

Malelak, E.O., Taneo, J. & Ufi, D.T. (2021). *Problems of online learning during the COVID-19 pandemic in generation Z*. *Paedagoria Jurnal Kajian Penelitian dan Pengembangan Kependidikan*, 12(1), 115 – 121. <https://doi.org/10.31764>

Maxwell, N. G. (2007). *From facebook to Folsom Prison Blues: how banning laptops in the classroom made me a better law school teacher*. *Richmond Journal of Law and Technology*, 14(2), 1-44.

Oblinger, D. G., & Hawkins, B. L. (2005). *The myth about E-learning*. *British Journal of Educational Technology*. 41(2), 199 – 212. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8535.2008.00910.x>

O'Neill, T. A., Hambley, L. A., & Chatellier, G. S. (2014). *Cyberslacking, engagement, and personality in distributed work environments*. *Computers in Human Behavior*, 40, 152–160. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.08.005>

Özcan, S. Gökçearslan, S., & Yüksel, A.O. (2017). *An Investigation of the Relationship Between Cyberloafing and Academic Motivation among University Students*. *Pegem Akademi-Küreselleşen Dünyada Eğitim*, 726-734.

1https://doi.org/0.14527/978605318840
7.52.

Palfrey, J. G., & Gasser, U. (2013). *Born digital: Understanding the first generation of digital natives*. Basic Books.

Ragan, E. D., Jennings, S. R., Massey, J. D., & Doolittle, P. E. (2014). *Unregulated use of laptops over time in large lecture classes*. *Computers & Education*, 78, 78–86. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.05.002>

Rinaldi, M.R. (2021). *Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11 (3), 267-277. <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267->

Setiawan, A.P., Masruri, L., Trastianingrum, S.A.P., & Purwandari, E. (2021). *Metode pembelajaran daring akibat COVID-19: Perspektif pelajar dan mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Proyeksi*, 16(1), 83-91. <https://doi.org/10.30659/jp.16.1.83-91>

Singh, V., & Thurman, A. (2019). *How many ways can we define online learning? A systematic literature review of definitions of online learning (1988-2018)*. *American Journal of Distance Education*, 33(4), 289–306.

<https://doi.org/10.1080/08923647.2019.1663082>

WHO. (2021a). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. Retrieved from <https://covid19.who.int/table>

WHO. (2021b). *Global > Indonesia*. Retrieved from <https://covid19.who.int/region/searo/country/id>

Wu, J., Mei, W., & Ugrin, J. C. (2018). *Student cyberloafing in and out of the classroom in China and the relationship with student performance*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(3), 199–204. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0397>

Yamamoto, K. (2007). Banning laptops in the classroom: Is it worth the hassles. *Journal of Legal Education*, 57, 477 Tersedia online di: <https://ssrn.com/abstract=1078740>

Yaşar, S., & Yurdugül, H. (2013). *The Investigation of Relation Between Cyberloafing Activities and Cyberloafing Behaviors in Higher Education*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 83, 600–604. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.114>

Yıldız-Durak, H. (2018). *Modeling of variables related to problematic*

internet usage and problematic social media usage in adolescents. Current Psychology, 1–13.
<https://doi.org/10.1007/s12144-018-9840-8>

Yulianto, E., Cahyani, P. D., & Silvianita, S. (2020). *Perbandingan kehadiran sosial dalam pembelajaran daring menggunakan Whatsapp Group dan webinar Zoom berdasarkan sudut pandang pembelajar pada masa*

pandemic COVID-19. Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan (JARTIKA), 3(2), 331-341

Zboun, J.S. & Farrah, M. (2021). *Students' perspectives of online language learning during corona pandemic: Benefits and challenges. Indonesian EFL Journal*, 7(1), 13-20.
<https://doi.org/10.25134/ieflj.v7i1.3986>

Hubungan antara Empati dengan Problematic Internet Use Pada Remaja

Dimasa Pandemi Covid-19

The Correlation Between Emphaty and Problematic Internet Use in Adolescent During the Covid-19 Pandemic

BINTANG KUSUMA PRIYAN¹, CHARYNA AYU R², AISYAH SYIHAB³

Fakultas Psikologi, Universitas Pancasila

Email: ¹bkusuma90@gmail.com

Abstrak. Abstrak ditulis Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara problematic internet use dan empati pada remaja dimasa pandemi covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan dua alat ukur yaitu Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIU2) yang disusun oleh chaplan (2010) untuk mengukur kecenderungan perilaku problematic internet use, sementara untuk mengukur empati menggunakan The Basic Empathy Scale (BES) yang disusun oleh Jollife dan Farrington (2006). Sejumlah 234 responden ($n = 234$) pada penelitian ini diperoleh secara online melalui teknik Volunteer (opt-in) panels, dengan 54 partisipan laki-laki ($n = 54$) dan 180 partisipan perempuan ($n = 180$). Teknik yang digunakan untuk mengetahui korelasi antar variabel penelitian adalah menggunakan teknik korelasi Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara problematic internet use dan empati pada remaja dimasa pandemi covid-19 dengan nilai kofisien korelasi $r = 0,199$ dan taraf signifikansi sebesar $0,002 p < 0,005$.

Kata Kunci: Empati, Empati Kognitif, *Problematic Internet Use*, Remaja, Pandemi Covid, Penelitian Kuantitatif, Korelasi.

Abstract. This study aims to determine the relationship between problematic internet use and empathy in adolescents during the covid-19 pandemic. This research is a quantitative study using two measuring tools, namely Generalized Problematic Internet Use 2 (GPIU2) compiled by Chaplan (2010) to measure the tendency of problematic internet use behavior, while to measure empathy using The Basic Empathy Scale (BES) compiled by Jollife and Farrington (2006). A total of 234 respondents ($n = 234$) in this study were obtained online through the Volunteer (opt-in) panels technique, with 54 male participants ($n = 54$) and 180 female participants ($n = 180$). The technique used to determine the correlation between research variables is to use the Pearson correlation technique. The results of this study indicate that there is a positive relationship between problematic internet use and empathy in adolescents during the covid-19 pandemic with a correlation coefficient value of $r = 0.199$ and a significance level of $0.002 p < 0.005$.

Keywords: Empathy, Cognitive Emphaty, Problematic Internet Use, Adolescence, Quantitative Research, Corellation.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat, hal ini dibuktikan dengan mudahnya individu dalam mengakses serta menggunakan internet. Selain untuk mencari informasi, internet juga dapat digunakan untuk media sosial, bisnis, serta kegiatan lainnya. Penggunaan kemajuan teknologi informatika dapat menjadi positif, apabila digunakan dengan tepat dan sesuai kebutuhan. Namun kemajuan teknologi dan informatika dapat juga menjadi negatif, apabila digunakan pada hal-hal yang tidak baik dan tidak tepat. Hal ini yang akan menimbulkan berbagai dampak di dalam kehidupan individu. Salah satu konsekuensi dari kemajuan teknologi informatika yaitu adanya perubahan sosial. Banyaknya perubahan sosial yang terjadi di masyarakat membawa pergeseran nilai-nilai moral dalam kehidupan individu.

Kondisi pandemi covid-19 saat ini dapat membuat gaya hidup masyarakat berubah. Menurut Nelson (2020) menjelaskan bahwa sebesar 95% individu mengubah gaya hidup seperti sering mencuci tangan, menghindari dari pertemuan sosial, mempersiapkan kebutuhan hidup untuk melindungi diri dari covid-19. Oleh karena itu, peraturan yang diterapkan oleh pemerintah Indonesia dimasa pandemi dapat memaksa seluruh kegiatan masyarakat Indonesia beralih menggunakan internet serta dapat memicu perubahan gaya hidup terutama pada dunia teknologi saat ini, yang mana semua orang mengandalkan

teknologi digital terutama pada bidang internet dalam menjalankan berbagai macam aktivitas terlebih dimasa pandemi saat ini.

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh *We Are Social* pada Januari tahun 2021 disebutkan bahwa terdapat 202,6 juta pengguna aktif internet di Indonesia atau 73,7 persen dari total populasi masyarakat Indonesia yang berjumlah 274,9 juta masyarakat Indonesia. Hasil riset tersebut juga menunjukkan bahwa rata-rata pengguna internet aktif di Indonesia berada pada rentan usia 16 sampai 64 tahun dengan kisaran waktu penggunaan 5 jam 4 menit pada setiap pengguna internet. (*Wearesocial.com*, 2021).

Semakin masifnya penggunaan Internet bukan berarti tidak menimbulkan masalah bagi individu, penggunaan internet dapat menimbulkan dampak negatif yang cukup signifikan. Keinginan untuk selalu berinteraksi secara online membuat individu menemukan persoalan melalui, penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif sehingga memberikan dampak pada bidang kehidupan yang lain (Caplan, 2003). Individu yang menggunakan internet cenderung ke arah negatif dan kompulsif bisa disebut sebagai *Problematic Internet Use (PIU)*. *Problematic Internet Use* melihat gejala kognitif maladaptif dari perilaku penggunaan internet yang mempengaruhi bidang kehidupan individu (Caplan, 2010).

Salah satu faktor yang mempengaruhi *Problematic Internet Use*, adalah rendahnya *self-esteem*, kecemasan sosial (*social anxiety*),

dan sifat pemalu (Morahan-Martin, 1999; Caplan, 2002; Caplan, 2007). Kemudian depresi dan kesepian dapat membuat individu cenderung berkomunikasi secara online dan menggunakan internet secara kompulsif yang mengarah pada *Problematic Internet Use* (Kim dkk., 2009).

Selanjutnya *symptoms psychosomatic* dapat menyebabkan individu menjadi lebih *Problematic Internet Use*, sementara *life satisfaction* dapat menurunkan *Problematic Internet Use* pada individu (Cao dkk., 2011).

Terdapat salah satu ukuran signifikan ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan internet yaitu dengan mengukur frekuensi penggunaan harian atau mingguan pada pengguna. Sebagai titik kesepakatan di antara studi, penggunaan internet selama lima jam sehari atau lebih dianggap sebagai masalah (Odaci & Kalkan, 2010). Sementara itu hasil penelitian Kabasakal (2015) menunjukkan bahwa rata-rata waktu yang dihabiskan dalam penggunaan internet dengan skor tinggi yaitu sekitar 4 sampai 7 jam, 8 sampai 11 jam lebih atau sama dengan 12 jam dalam sehari. Sementara itu dalam riset yang dilakukan oleh *We Are Social* (2021) menyebutkan jumlah waktu penggunaan internet di indonesia paling banyak adalah 5 jam atau lebih dalam sehari.

Individu yang mengalami *problematic internet use* akan mengalami rendahnya keterampilan sosial, mengakibatkan individu mengalami kesulitan dalam dunia sosial, seperti mudah tersisihkan secara sosial, mengalami konflik interpersonal, kesepian,

merasa tidak berharga, serta menarik diri dari lingkungan sosial (Saphira, 2003). Individu yang mengalami permasalahan sosial seperti kesepian, rasa malu, dan *neurotisme* cenderung lebih memilih berinteraksi secara online (Chak & Leung, 2004). Sedangkan individu yang tidak percaya diri lebih nyaman dan senang untuk mengekspresikan dan menunjukkan eksistensinya di dunia maya daripada membangun relasi yang nyata di lingkungan (Bian & Leung, 2015).

Saat ini Indonesia sedang dilanda oleh pandemi, akibatnya pemerintah Indonesia saat ini memberlakukan peraturan Pembatasan Sosial Bersekala Besar (PSBB) sebagai salah satu bentuk kebijakan dalam menerapkan peraturan *Physical distancing*, sebagai upaya untuk menjaga jarak fisik antara satu orang dengan yang lain dan membatasi aktivitas di luar rumah. (Keputusan Menteri Kesehatan, 2020). Sehingga situasi saat ini dapat menyebabkan kurangnya sosialisasi yang menyebabkan berkurangnya empati yang dialami oleh individu.

Menurut Hoffman (2001) bahwa sosialisasi dapat mempengaruhi empati melalui lima cara, yaitu: 1) individu akan lebih berempati dengan emosi orang lain jika individu tersebut memiliki pengalaman langsung dengan emosi tersebut, karena ini akan membangkitkan tiga mekanisme empati, seperti hubungan langsung, mediasi asosiasi, dan pengambilan peran, 2) menempatkan individu pada situasi ataupun keadaan yang dialami oleh individu lain, kemudian menyebabkan individu lebih memperhatikan sekitarnya dan lebih

berempati, 3) membantu individu untuk merasakan kondisi individu lain dan memungkinkan untuk memberikan bantuan pada individu tersebut sehingga akan mempengaruhi empatinya, 4) individu akan lebih terbuka untuk mendengarkan perasaan/kondisi individu lain yang membutuhkan, 5) menjadi model atau peragaan langsung kepada orang lain.

Selain akibat kurangnya sosialisasi yang berdampak pada kadar empati masyarakat Indonesia permasalahan lain juga didapati di internet mengenai kadar empati pada masyarakat Indonesia menurun, dapat diliat dari fenomena yang ditemui di dunia maya belakang ini, maraknya video-video kecelakaan, pelecehan, bunuh diri, melemparkan kata umpatan, serta hoax yang disebarluaskan kembali melalui internet mencerminkan bagaimana kondisi empati pada masyarakat Indonesia saat ini. Survey menyebutkan bahwa *netizen* Indonesia termasuk yang paling tidak sopan. Hal itu berdasarkan riset *Microsoft* yang mengukur tingkat kesopanan pengguna internet sepanjang 2020. Hasilnya, Indonesia berada di urutan ke- 29 dari 32 negara yang disurvei. Dengan hasil tersebut, Indonesia menjadi negara dengan tingkat kesopanan yang paling rendah di Asia Tenggara. (CNN, 2021).

Empati adalah salah satu aspek kognisi sosial yang memainkan peran penting ketika seseorang merespons emosi orang lain untuk membangun hubungan yang baik (Spring dkk., 2009). Terdapat dua dimensi dalam Empati menurut Jolliffe & Farrington (2006),

yaitu: 1. Empati afektif merupakan aspek empati yang menggambarkan proses saat emosi seseorang muncul, baik sadar, maupun tidak sadar karena adanya persepsi akan keadaan internal di dalam diri orang lain. 2. Empati kognitif menggambarkan pemahaman secara intelektual mengenai perspektif orang lain dengan tepat.

Empati merupakan bentuk keterampilan sosial yang penting bagi individu (Howe, 2015). Individu yang memiliki keterampilan sosial yang tinggi dapat berkomunikasi secara efektif dengan orang lain, mampu berempati dengan baik, dan mampu mengembangkan hubungan yang harmonis dengan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh (Chow dkk., 2012) menemukan, individu yang memiliki sikap empati cenderung lebih toleran dan mampu menyesuaikan diri dengan orang lain. Empati yang tinggi lebih besar kemungkinannya untuk membantu orang lain meskipun harus menyingkirkan kepentingan pribadi (Goetz dkk., 2010).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Melchers, dkk. (2015) menemukan bahwa terdapat hubungan antara Empati rendah dengan *Problematic Internet Use*. Namun hasil penelitian yang dilakukan oleh Jeon, H. J, dkk. (2018) menemukan hasil yang berbeda mengenai Empati dan *Problematic Internet Use* yakni, bahwa tidak ada perbedaan serta hubungan yang signifikan antara Empati dengan *Problematic Internet Use* pada mahasiswa di Korea, hal ini berbanding terbalik dengan apa yang ditemukan oleh

Melchers dkk.

Berdasarkan dari penjelasan di atas, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian ini, mengingat begitu masifnya pengguna internet yang semakin meningkat terutama pada remaja. Santrock (2002) mendefinisikan remaja (*adolescence*) sebagai masa perkembangan transisi antara anak-anak menuju masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial emosional. Masa remaja sendiri merupakan masa seseorang mulai menghabiskan lebih banyak waktu untuk bersama dengan teman-teman mereka dan sebagai salah satu kebutuhan dasar mereka yang harus dipenuhi (Papalia dkk., 2009). Bagi para remaja, internet merupakan lingkungan dimana mereka dapat memperoleh pengalaman dan mengembangkan kebutuhan dari segi sosial mereka (Barlinska dkk., 2013).

Keinginan untuk selalu berinteraksi secara online membuat individu menemukan persoalan akibat penggunaan internet yang berlebihan dan kompulsif sehingga memberikan dampak pada kehidupan. Oleh karena itu, penelitian terdahulu masih mendapatkan hasil yang kontradiktif, maka peneliti ingin mengkaji lebih dalam mengenai Empati dan *Problematic Internet Use* pada remaja, khususnya dalam masa pandemi covid-19. Menimbang telah setahun lebih para remaja melaksanakan segala bentuk kegiatan di dalam rumah yang juga akan berdampak pada kondisi empati mereka, serta membuat mereka makin intensif dalam berinteraksi melalui internet dimasa pandemi ini.

Selain itu, pada penelitian sebelumnya, peneliti menggunakan alat ukur *IRI* untuk mengukur skala empati. Pada penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur yang berbeda dengan penelitian sebelumnya dalam mengukur skala empati yaitu dengan menggunakan alat ukur *Basic Empathy Scale* (Jolliffe & Farrington, 2006) yang dikarenakan langsung merujuk pada dimensi Empati Afektif dan kognitif. Alat ukur ini merupakan alat ukur yang dikembangkan dari alat ukur sebelumnya yang mana pada keterbaruan alat ukur ini dapat mengisi kekurangan pada alat ukur terdahulu, sedangkan untuk mengukur *Problematic Internet Use* peneliti menggunakan *GPIUS2* (Chaplan, 2010). Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara Empati dengan *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi covid-19.

METODE

Responden penelitian merupakan remaja dengan usia 18-21 tahun, menggunakan internet 3-6 jam sehari, berdomisili di Jabodetabek.

Desain penelitian. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang bersifat spesifik, terstruktur dengan baik, telah diuji validitas dan reliabilitasnya, dan dapat secara eksplisit ditentukan dan diakui (Kumar, 2011).

Berdasarkan jumlah kontak yang dilakukan saat pengambilan data, peneliti menggunakan *cross-sectional study* yaitu bentuk desain

yang paling sesuai yang bertujuan untuk mengetahui prevalensi situasi fenomena, masalah, sikap atau persoalan, dengan mengambil bagian populasi (Kumar, 2011). Desain *cross-sectional study* merupakan desain mempelajari beberapa fenomena dengan mengambil data pada responden pada satu waktu (Babbie dalam Kumar, 2011).

Instrumen penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah *Problematic Internet Use* (PIU) yaitu suatu keadaan dimana individu menggunakan internet secara berlebihan, sehingga berdampak negatif bagi individu tersebut. *Problematic Internet Use* diukur menggunakan lima aspek yang berbeda yaitu: *Preference for online social interaction (POSI)*, *Mood regulation*, *Cognitive preoccupation*, *Compulsive internet use*, dan *Negative Outcomes* (Chaplan, 2010). Alat ukur yang digunakan yaitu Generalized *Problimatic Internet Use 2* (GPIUS2) yang berjumlah 15 aitem *unidimensional*. Serta variabel Empati merupakan suatu kemampuan individu dalam merasakan perasaan orang lain menurut Jollife dan Farrington (2006) . Empati diukur menggunakan dua dimensi dari Jollife dan Farrington (2006), yaitu Afektif dan Kognitif.

Prosedur penelitian. Tahap pertama yang dilakukan adalah mencari beberapa fenomena yang sering terjadi pada mahasiswa, kemudian peneliti mendiskusikan fenomena-fenomena tersebut kepada dosen pembimbing. Setelah melakukan diskusi ditemukan variabel yang menarik untuk diteliti. Kemudian peneliti mencari berbagai literatur seperti jurnal, buku-buku serta penelitian sebelumnya tentang

variabel tersebut. Setelah literatur terkumpul, peneliti kemudian mulai mencari dan mempersiapkan alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian ini. Selanjutnya peneliti melakukan penerjemahan alat ukur dari bahasa Inggris ke Bahasa Indonesia dan dilakukan *expert judgement*.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Volunteer (opt-in) panels*. Menurut Fricker (2008) *volunteer (opt-in) panels* adalah peserta bersedia untuk mengikuti partisipasi dalam pengisian kuesioner, setelah mendatangi ajakan di sebuah situs *web*.

Akan tetapi relawan tidak direkrut dengan metode berbasis probabilitas. Sebaliknya, peserta memilih untuk berpartisipasi, setelah sebuah ajakan di sebuah situs *web*. Dalam hal ini, panel relawan tidak terbatas, survei dipilih sendiri, kecuali mereka yang ikut serta untuk mengambil serangkaian survei. Penelitian ini menggunakan aplikasi *Google Form* yang dimana kuesioner disebarluaskan melalui media sosial seperti *Instagram*, *Facebook*, *Twitter*, dan *Whatsapp*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja yang aktif menggunakan internet.

Analisis data. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Empati dengan *Problematic internet use*, oleh karena itu teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah metode uji korelasi. Perhitungan analisis data dalam penelitian ini menggunakan *software IBM SPSS Statistic versi 22*.

HASIL

Hasil penelitian menggambarkan temuan utama dari penelitian yang dilakukan. Pembahasan dalam artikel penelitian menjelaskan hasil yang Hasil perhitungan norma kategori *problematic internet use* dalam penelitian ini menggunakan dengan *software SPPS* versi 22. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, responden akan dikategorikan berdasarkan norma kategori yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

Tabel 1 Gambaran Problematic Internet

Use Pada Remaja

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	95	40,6%
Sedang	135	57,7%
Tinggi	4	1,7%
Total	234	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dikatakan bahwa gambaran *problematic internet use* pada penelitian ini berada pada kategori rendah sebanyak 95 orang atau 40,6%. Kemudian kategori sedang sebanyak 135 orang atau 57,7%. Kategori tinggi sebanyak 4 orang atau 1,7%.

Hasil perhitungan normakategori empati pada remaja dalam penelitian ini menggunakan dengan *software SPPS* versi 22. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut, responden akan dikategorikan berdasarkan norma kategori yang sudah ditetapkan oleh peneliti.

Tabel 2 Gambaran Empati

Kategori	Frekuensi	Presentase
Rendah	74	31,6%

Sedang	121	51,7%
Tinggi	39	16,7%
Total	234	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dikatakan bahwa gambaran empati pada remaja dalam penelitian ini berada pada kategori rendah sebanyak 74 orang atau 31,6%. Kemudian kategori sedang sebanyak 121 orang atau 51,7%. Kategori tinggi sebanyak 39 orang atau 16,7%.

Tabel 3 Uji Hipotesis

Variabel	N	Sig	r
Problematic	234	0,002	0,199
InternetUse			
Empati	234		

Berdasarkan tabel di atas sebanyak 234 remaja di Jabodetabek ditemukan bahwa uji korelasi antara Empati dengan *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi COVID-19 diperoleh nilai korelasi sedang ($r = 0,199^{**}$). Selanjutnya diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,002$ ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa H^a diterima. Artinya terdapat hubungan Empati dengan *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi COVID-19 yang ditunjukkan oleh korelasi positif. Berdasarkan hasil uji dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi aspek Empati semakin tinggi *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi COVID-19.

Tabel 4 Uji Independent Sampel T-test

Empati	
t Sig	-4,450

	0,000
Mean	
Laki-laki	38,37
Perempuan	40,62

Berdasarkan tabel 4.14 di atas dapat dilihat bahwa hasil perhitungan Independent Sample T-test menunjukkan nilai $Sig. < 0,05$ yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada empati berdasarkan jenis kelamin partisipan.

Dimana partisipan yang berjenis kelamin perempuan cenderung lebih tinggi ($M=40,62$).

**Tabel 6 Empati Kognitif dengan
Problematic Internet Use**

Variabel	N	Sig	r
Problematic Internet Use	234	0,000	0,229
Empati Kognitif 234			

Berdasarkan tabel 6 korelasi antara empati kognitif dengan problematic internet use pada 234 partisipan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai korelasi ($r = 0,229$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara empati kognitif dengan pada remaja dimasa pandemic covid-19.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara empati dengan problematic internet use pada remaja dimasa pandemic covid-19.

DISKUSI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara Empati dengan *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi covid-

19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Empati memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap *Problematic Internet Use*. Artinya, semakin tinggi Empati semakin tinggi *Problematic Internet Use*, dan semakin rendah empati semakin rendah *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi.

Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melchers, dkk. (2015) yang menyatakan bahwa empati rendah di temukan pada orang yang memiliki kecenderungan *Problematic Internet Use*. Hasil Penelitian ini juga bertentangan oleh penelitian Jeon, dkk. (2018) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara Empati dengan *Problematic Internet Use*.

Pandemi covid-19 membuat gaya hidup masyarakat berubah. Menurut Nelson (2020) menjelaskan bahwa sebesar 95% individu mengubah gaya hidup seperti sering mencuci tangan, menghindari dari pertemuan sosial, mempersiapkan kebutuhan hidup untuk melindungi diri dari COVID-19. Pada kondisi pandemi di Indonesia, konteks tatap muka secara langsung beralih kepada interaksi secara online sehingga segala bentuk aktivitas langsung berubah di masa pandemi, akibatnya segala bentuk kegiatan termasuk sosialisasi masyarakat Indonesia juga dapat dilakukan

dimasa pandemi ini.

Individu yang menghabiskan waktunya di media sosial dan pesan *instant*, dapat menunjukkan empati secara virtual (Rossen, 2012). Dalam studinya, terdapat 1.400 dewasa muda mengekspresikan empati secara *online* dengan baik meskipun tidak seperti empati dalam dunia nyata. Pada saat ini, Indonesia salah satu negara yang terkena pandemi Covid-19, dimana masyarakat lebih banyak meluangkan waktunya untuk melakukan aktivitas secara *online*.

Pada penelitian ini menemukan bahwa penggunaan Internet yang terukur baik secara kualitatif maupun kuantitatif dan menunjukkan bahwa tingkat kemampuan empati yang lebih tinggi dikaitkan dengan ukuran kuantitatif penggunaan Internet. Internet mungkin benar-benar bertindak sebagai bantuan fungsional untuk membantu hubungan interpersonal dalam hubungan pada individu. Penggunaan internet dapat meningkatkan sosialitas dengan memberi penghargaan dan keseimbangan dalam hal stabilitas psikologis bagi mereka yang memiliki keterampilan sosial yang rendah dan kecemasan sosial yang tinggi (Jeon, 2018).

Pada kondisi pandemi di Indonesia, konteks tatap muka secara langsung beralih kepada interaksi secara online yang membuat remaja terus menerus harus memperhatikan ponselnya untuk berinteraksi dengan lawan bicaranya. Menurut Carrier dkk (2015) aktivitas individu melalui media komputer dapat meningkatkan empati kognitif, meskipun tidak diketahui namun dapat diprediksi bahwa aktivitas berbasis komputer melibatkan komunikasi

dengan teman dan keluarga dan berlangsungnya *face to face* melalui komputer. Hal ini yang menyebabkan kemampuan untuk memahami sudut pandang orang lain berganti lokus menjadi online. Artinya, konteks penggunaan internet disini merupakan upaya remaja untuk mengambil sudut pandang orang lain sehingga mereka mampu mengalami perasaan orang lain.

Studi longitudinal yang dilakukan oleh Vossen dan Valkenburg (2016) menemukan bahwa individu yang menggunakan media sosial memiliki efek yang lebih kuat pada empati kognitif dibandingkan empati afektif. Empati kognitif dapat memberikan efek yang lebih besar karena tidak ada interaksi secara *face to face* dalam komunikasi online dan sebagai akibatnya membuat individu harus membayangkan keadaanemosi orang lain.

Empati adalah kemampuan individu untuk memahami kondisi dan merasakan keadaan secara emosional orang lain (Jolliffe & Farrington, 2006). Empati dapat memengaruhi atau terpengaruh oleh banyak aspek dalam kehidupan sosial seperti berinteraksi dengan individu lain secara *face to face* atau komunikasi melalui media komputer (Carrier dkk, 2015).

Hasil penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara Empati Kognitif dengan *Problematic Internet Use* pada remaja dimasa pandemi. Empati kognitif merupakan kemampuan kognitif pada individu sebagai fasilitas pengalaman emosi orang lain (Jolliffe & Farrington, 2006). Ketika individu ingin mencapai hal seperti ini, maka individu harus memfokuskan perhatiannya kepada

orang lain, dapat membaca sinyal dan isyarat dalam konteks situasional, dan mencoba untuk memahami reaksiindividu.

Namun, peran empati kognitif terhadap *Problematic Internet Use* disini perlu diperhatikan karena kemampuan memahami sudut pandang orang lain dapat berdampak negatif. Adanya kemampuan membayangkan apa yang dipikirkan orang lain atau empati kognitif ini dapat dijadikan alat untuk menyerang/mengintimidasi orang lain. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, berbeda dengan empati afektif yang diketahui dapat memotivasi perilaku prososial dan mengurangi perilaku agresif, empati kognitif ini dapat dimanfaatkan oleh pelaku intimidasi (Jolliffe & Farrington, 2006).

Misalnya dalam kasus *bullying*, individu dengan empati kognitif yang tinggi dapat menggunakan kemampuannya untuk mengintimidasi dan mengajak orang lain untuk terlibat dalam tindakan tersebut. Oleh karena itu, sangat penting bagi remaja yang menurut teori perkembangan kognitif Piaget (Santrock, 2012) memasuki fase operasional formal, empati kognitif ini juga akan berkembang sempurna pada tahap tersebut. Dengan demikian, sangat penting bagi orang tua, sekolah, dan lingkungan sekitar untuk menunjukkan kepedulian terhadap aktivitas remaja di dunia maya agar tidak terjerumus ke dalam phubbing dengan mengembangkan empatibaik afektif maupun kognitif remajanya. Penelitian ini juga menemukan bahwa terdapat perbedaan Empati yang signifikan berdasarkan jenis kelamin, yaitu jenis kelamin wanita lebih tinggi dalam berempati dibandingkan pria. Hal

ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alloway dkk (2014) menjelaskan bahwa jenis kelamin wanita lebih tinggi berempati dibandingkan jenis kelamin pria dalam keterlibatan media sosial.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini yaitu kesulitan dalam proses pengambilan data data yang dilakukan secara online karena terbatasnya waktu dan kondisi yang tidak memungkinkan untuk menyebar data secara langsung. Selain itu, keterbatasan penelitian ini adalah terdapat item-item yang tidak dinyatakan valid, sehingga item-item pada alat ukur tidak dapat digunakan.

Kekurangan dari pengambilan data secara online yaitu peneliti tidak dapat mengawasi secara langsung ketika responden mengisi kuesioner, sehingga responden memiliki peluang untuk memberikan respon yang tidak sesuai dan kesulitan dalam mengjangkau responden penelitian. Dalam penelitian ini peneliti kurang menyadari bahwa terdapat faktor atau mediator yang menentukan variabel *Problematic Internet Use* dan empati saling berhubungan. Selain itu, keterbatasan lainnya adalah kurangnya literature mengenai problematic internet use dan empati pada remaja. Pada penelitian ini, peneliti cenderung menggunakan *effect size* pada penelitian sebesar 0,3 dengan asumsi bahwa *effect size* dalam *power* pengukuran normal (Cohen, 1969). Namun perlu diperhatikan lebih dalam lagi mengenai *effect size* pada penelitian sebelumnya, sehingga mendapatkan gambaran yang lebih pasti dalam menentukan *power effect size* dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Alloway, T., Runac, R., Quershi, M., & Kemp, G. (2014). *Is Facebook linked to selfishness? Investigating the relationships among social media use, empathy, and narcissism*. Social Networking, 3(3). doi: 10.4236/sn.2014.33020.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2018). *Profil pengguna internet indonesia*. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Barlinska, J., Szuster, A., & Winiewski, M. (2013). *Cyberbullying among adolescent bystanders: Role of the communication medium, form of violence, and empathy*. Journal of Community & Applied Social Psychology, 23, 37–51. doi:[org/10.1002/casp.2137](https://doi.org/10.1002/casp.2137).
- Bian, M., & Leung, L. (2015). *Linking loneliness, shyness, smartphone addiction symptoms, and patterns of smartphone use to social capital*. Social science computer review, 33(1), 61-79. doi:[org/10.1177/0894439314528779](https://doi.org/10.1177/0894439314528779).
- Chak, K., & Leung, L. (2004). *Shyness and locus of control as predictors of internet addiction and internet use*. CyberPsychology & Behavior, 7(5), 559-570. doi: [10.1089/cpb.2004.7.559](https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.559).
- Caplan, S. E. (2002). *Problematic internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive behavioral measurement instrument*. Computers in Human Behaviour, 18, 553–575. doi:[org/10.1016/S0747-5632\(02\)00004-3](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(02)00004-3).
- Caplan, S.E. (2003). *Preference for online social interaction: a theory of problematic Internet use and psychosocial well-being*. Communication Research 30:625-648. doi:[org/10.1177/0093650203257842](https://doi.org/10.1177/0093650203257842).
- Caplan, S. E. (2007). *Relations among loneliness, social anxiety, and Problematic Internet use*. Cyberpsychology & Behavior, 10, 234–242. doi:10.1089/cpb.2006.9963
- Caplan, S. E. (2010). *Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach*. Computers in Human Behavior, 26(5), 1089-1097. doi:[org/10.1016/j.chb.2010.03.01](https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.01)
- Carrier, L. M., Spradlin, A., Bunce, J. P., & Rosen, L. D. (2015). *Virtual empathy: Positive and negative impacts of going online upon empathy in young adults*. Computers in Human Behavior, 52, 39-48. doi: 10.1016/j.chb.2015.05.026.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). *Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life*

- satisfaction.* BMC public health, 11(1), 802. doi:[10.1186/1471-2458-11-802](https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-802).
- Chow, C. M., Ruhl, H., & Buhrmester, D. 2012). *The mediating role of interpersonal competence between adolescents' empathy and friendship quality: A dyadic approach.* Journal of adolescence, 36(1), 191-200.
- CNN. (2021, 26 Februari). *SebutNetizen RI Tidak Sopan, Akun Microsoft Diserang.* Retrieved from <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20210226140821-192-611309/sebut-netizen-ri-paling-tidak-sopan-akun-microsoft-diserang>
- Flicker, R. D. (2008). *Sampling methods for web and e-mail surveys.* The SAGE Handbook of online research methods, 195-216.
- Goetz, J., Keltner, D., & Thomas, E. (2010). *Compassion : an evolutionary analysis and empirical review .* Department of Psychology University Of California, 351-374. doi: [10.1037/a0018807](https://doi.org/10.1037/a0018807).
- Hoffman, M. L. (2001). *Empati and moral development: Implications for caring and justice.* Cambridge: University Press. doi.org/10.1017/CBO9780511805851.
- Howe, D. (2015). *Empati: Makna dan pentingnya.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Jeon, H. J., Kim, S., Chon, W. H., & Ha, J. H. (2018). *Is Internet overuse associated with impaired empathic ability in Korean college students?.* Medicine, 97(39).
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). *Examining the relationship between low empathy and bullying, aggressive behavior.* Official Journal of The International Society for Research on Aggression, 32(6), 540-550. Diunduh dari <https://scihub.se/https://doi.org/10.1002/ab.20154>.
- Kabasakal, Z. (2015). *Life satisfaction and family functions as-predictors of problematic Internet use in university students.* Computers in Human Behavior, 53, 294-304.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Nomor HK 01.07/MENKES/328/2020. Tentang Panduan Pencegahan Dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi.
- Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). *Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: the relationship between internet use and psychological well-being.* CyberPsychology & Behavior, 12(4), 451-455.
- Kumar, R. (2011). *Research Methodology a*

- step-by-step guide for beginners.*
- Melchers, M., Li, M., Chen, Y., Zhang, W., & Montag, C. (2015). *Low empathy is associated with problematic use of the Internet: Empirical evidence from China and Germany*. Asian journal of psychiatry, 17, 56-60.
- Morahan-Martin, J. (1999). *The relationship between loneliness and internet use and abuse*. CyberPsychology and Behavior, 2(5), 431-439.
- Nelson, L. M., Simard, J. F., Oluyomi, A., Nava, V., Rosas, L. G., Bondy, M., & Linos, E. (2020). *US public concerns about the COVID-19 pandemic from results of a survey given via social media*. JAMA internal medicine, 180(7), 1020-1022.
- Odaci, H., & Kalkan, M. (2010). *Problematic Internet use, loneliness and dating anxiety among young adult university students*. Computers & Education, 55(3), 1091-1097.
doi.org/10.1016/j.compedu.2010.05.006
- Papalia, D. E., Olds, S. W. & Feldman, R. D. (2009). *Human development : perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Rossen, L. (2012). *iDisorder: Understanding Our Obsession with Technology and Overcoming Its Hold on Us*. New York, NY. Palgrave Macmillan.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence: Perkembangan Remaja*. (edisi keenam) Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span development: Perkembangan masa hidup* (edisi ke 13). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Spring, R. N., McKinnon, M. C., Mar, R. A., & Levine, B. (2009). *The Toronto Empathy Questionnaire: Scale development and initial validation of a factor-analytic solution to multiple empathy measures*. Journal of personality assessment, 91(1), 62-71. <http://dx.doi.org/10.1080/0022389>
- Vossen, H. G., & Valkenburg, P. M. (2016). *Do social media foster or curtail adolescents' empathy? A longitudinal study*. Computers in Human Behavior, 63, 118-124.
- Wearesocial. (28 Maret 2021). Digital 2021: The latest Insight Into The ‘Site Of Digital’. Retrieved from https://wearesocial.com/blog/2021_0802484381/01/digital-2021-the-latest-

Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Keyakinan Teori Konspirasi

Intensity of Social Media Usage and COVID-19 Conspiracy Beliefs

ANANDA SAADATUL MAULIDIA¹, ANDIK MATULESSY², RR. AMANDA PASCA RINI³

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: [1anandas_s2@untag-sby.ac.id](mailto:anandas_s2@untag-sby.ac.id)

Abstrak. Pada masa pandemi COVID-19 ini dikala manusia diharapkan untuk tetap berdiam diri di rumah, media sosial merupakan media alternatif untuk memenuhi kebutuhan mereka terkait hiburan, komunikasi dan bahkan dalam mencari informasi. Media sosial ketika digunakan untuk mencari informasi merupakan pedang bermata dua. Di satu sisi, penyebaran informasi yang cepat membuat individu mencari dan mengonsumsi berita dari media sosial. Di sisi lain, merupakan sarana utama dimana individu mempelajari teori konspirasi dan berkomunikasi dengan ahli konspirasi lain. Oleh sebab itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19. Penelitian ini melibatkan 349 partisipan pengguna media sosial aktif yang merupakan warga Indonesia, berusia 19-40 tahun, dan pendidikan minimal SMA/SMK. Teknik pengumpulan data berupa skala intensitas penggunaan media sosial disusun berdasarkan teori Intensitas milik Ajzen (2005) dengan reliabilitas 0,936 dan skala keyakinan teori konspirasi COVID-19 disusun berdasarkan teori Keyakinan Konspirasi milik Douglas, Sutton, & Cichocka (2017) dengan reliabilitas 0,975. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis Non Parametrik Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19. Hal ini berdasarkan skor signifikansi yang didapatkan lebih kecil daripada taraf signifikansi ($0.000 < 0.05$).

Kata kunci. Keyakinan Konspirasi COVID-19, Penggunaan Media Sosial.

Abstract: In this time of the COVID-19 pandemic where people are encouraged to stay at home, social media is the alternative media that used to fulfill their needs related to entertainment, communication and even information seeking. Social media is a double-edged sword. Social media provides information quickly. But it is also the primary means by which individuals learn about conspiracy theories and communicate with other conspiracy theorist. Therefore, this study aims to determine the correlation between the intensity of social media use and COVID-19 conspiracy belief. This study involved 349 participants who were active social media users who were Indonesian citizens, aged 19-40 years, and had a minimum education of Senior High School. Data collection techniques in the form of an scale intensity of social media use were compiled based on Ajzen's (2005) theory with a reliability of 0.936 and a COVID-19 conspiracy belief scale was compiled based on the theory of Douglas, Sutton, & Cichocka (2017) with a reliability of 0.975. Research data analyzed using Non-Parametric statistical analysis techniques based on the Spearman's rank correlation. The results showed that there was a positive correlation between intensity of social media use with COVID-19 conspiracy belief. This is based on the obtained significance score is smaller than the significance level ($0.000 < 0.05$).

Key words: COVID-19 Conspiracy Belief, Social Media Use.

PENDAHULUAN

SARS-CoV-2 telah menginfeksi hampir seluruh negara di dunia. World Health Organization (WHO) telah menyatakan dunia, termasuk Indonesia sedang menghadapi situasi darurat global akibat virus ini. Masyarakat tidak hanya menghadapi bahaya dari virus itu sendiri namun juga ketika masyarakat menerima banyak informasi mengenai pandemic COVID-19 dan penyebarannya yang sangat cepat sehingga semakin sulit untuk menyaring antara informasi yang benar dengan yang salah (Islam, Sarkar, Khan, Kamal, Hasan, Kabir, 2020).

Ketika pandemi besar menyerang, maka peristiwa tersebut merupakan peristiwa baru yang terjadi dalam sejarah. Ledakan miliaran teks, foto, dan video dengan cepat menyebar di media sosial. Beberapa dari miliaran kata dan gambar ini akan memiliki informasi yang berguna, tetapi banyak yang akan dipenuhi dengan rumor, informasi yang salah dan teori konspirasi (Walker, 2016). Misalnya saja pada awal pandemic, tagar #hoax, #plandemic, and #governmentlies sering digunakan dalam postingan yang berkaitan dengan ketidakpercayaan umum (67,6%) dan teori konspirasi (45,0%) (Quin, Fazel & Peters, 2021).

Terdapat beragam teori konspirasi terkait pandemi COVID-19 yang beredar di media sosial. Berdasarkan penelitian Ipsos Mori, pengguna Facebook dan YouTube yang

percaya teori konspirasi perihal COVID-19 lebih banyak ketimbang platform lain (katadata.co.id, 2020). Sebanyak 60% warga yang percaya virus hadir akibat radiasi jaringan seluler 5G, mendapatkan informasi dari YouTube. Sementara, 56% orang yang percaya bahwa tidak ada bukti kuat bahwa COVID-19 ada menggunakan Facebook sebagai sumber informasi mereka (cnbcindonesia.com, 2020).

Teori konspirasi adalah keyakinan keliru tentang penyebab suatu peristiwa (Adiwena, Satyajati, & Hapsari, 2020). Meyakini teori konspirasi dianggap membantu mengelola kebutuhan akan kontrol, perasaan tidak berdaya, dan kurangnya pemahaman tentang permasalahan sosiopolitik (Taylor, 2019). Banyak penelitian yang mengaitkan kepercayaan pada konspirasi dengan ketidakberdayaan, ketidakpastian, dan rasa kendali yang rendah (Bilewcz, Cichocka, & Soral, 2015). Teori konspirasi biasanya memiliki konsep narasi yang mengarahkan perhatian publik pada bahaya imajiner (misalnya ancaman elit global) dan mengalihkan publik dari ancaman yang sebenarnya (Eco, 2014).

Meskipun teori konspirasi yang berkembang di masyarakat hanya didukung oleh sejumlah kecil kelompok, namun dampak yang muncul bisa sangat berbahaya bagi masyarakat (Adiwena, Satyajati, & Hapsari, 2020). Teori konspirasi dapat melemahkan promosi kesehatan yang dirancang, sebab ketika individu yang meyakini bahwa COVID-

19 merupakan buatan manusia, mereka kurang mematuhi anjuran-anjuran yang dibuat untuk mengendalikan penyebaran virus, misalnya menjaga jarak, memakai masker, dan lain-lain (Goreis & Kothgassner, 2020). Bahkan seorang pengguna twitter @HelmiIndraRP memberikan informasi bahwa ayahnya meninggal karena lebih mempercayai pernyataan ahli konspirasi Lois Owien @LsOwien (cnbcindonesia.com, 2021).

Menariknya penelitian yang dilakukan Allington, Duffy, Wessely, Dhavan, dan Rubin (2020) mengungkapkan bahwa meskipun terdapat hubungan positif antara penggunaan media sosial sebagai sumber informasi tentang COVID-19 dengan keyakinan konspirasi, namun terdapat hubungan negatif antara keyakinan konspirasi COVID-19 dengan perilaku pencegahan kesehatan COVID-19. Jadi ketika media sosial dijadikan sumber informasi, memang memiliki resiko, namun bukan berarti media sosial menjadi peran utama sebagai penyebar konspirasi terkait perilaku pencegahan COVID-19.

Di era digital seperti sekarang, media sosial dan manusia tidak bisa dipisahkan, misalnya saja dikala manusia diharapkan untuk tetap berdiam diri di rumah, media sosial merupakan salah satu media alternatif untuk memenuhi kebutuhan mereka terkait hiburan, mencari status diri, komunikasi dan bahkan dalam mencari informasi (Park, Kee & Valenzuela, 2009). Padahal media sosial merupakan sarana utama dimana individu mempelajari teori konspirasi dan berkomunikasi dengan ahli konspirasi lain (van Prooijen, 2018).

Hal ini tentu sangat menarik untuk dilakukan penelitian, sebab pada penelitian sebelumnya hanya meneliti mengenai interaksi pengguna media sosial dengan keyakinan teori konspirasi, sedangkan dalam penelitian ini berfokus pada intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan konspirasi. Apalagi virus Corona (SARS-CoV-2) muncul di tengah pengguna aktif media sosial di dunia sangat tinggi, sehingga derasnya informasi mengenai virus ini lebih populer dibandingkan virus sebelumnya seperti Flu Burung (H5N1) dan Flu Babi (H1N1) (Rohmah, 2020).

METODE

Responden penelitian. Responden dalam penelitian ini adalah a) Warga Negara Indonesia; b) Usia 19-40 tahun; c) Aktif menggunakan media sosial dalam kurun waktu tiga tahun terakhir; d) Pendidikan minimal SMA/SMK. Jumlah sampel yang dijadikan subjek penelitian sebanyak 349 sampel.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasional. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah intensitas penggunaan media sosial dan keyakinan teori konspirasi COVID-19.

Instrumen penelitian. Alat ukur dalam penelitian menggunakan skala keyakinan teori konspirasi COVID-19 dan skala intensitas penggunaan media sosial. Jenis skala yang digunakan adalah model *Likert*, dengan pemberian skor sebagai berikut:

Tabel 1. Skor Penilaian Butir

Alternatif Jawaban	Skor
--------------------	------

	Favor	Unfav
Sangat Setuju (SS)	5	1
Setuju (S)	4	2
Netral (N)	3	3
Tidak Setuju (TS)	2	4
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	5

Keyakinan teori konspirasi adalah meyakini bahwa pandemi COVID-19 terjadi bukan karena kebetulan namun terdapat unsur kesengajaan yang diatur oleh “tokoh” tertentu untuk mencapai tujuan jahat mereka demi memenuhi kepentingan pribadi. Skala keyakinan konspirasi COVID-19 disusun berdasarkan teori Douglas, Sutton, & Cichocka (2017) yang membagi aspek keyakinan teori konspirasi menjadi tiga antara lain yaitu, mencari sebuah pola dari suatu peristiwa, *propositional bias* dan *compensatory satisfaction*. Skala keyakinan konspirasi COVID-19 berjumlah 28 aitem valid yang bergerak dari 0.339 s/d 0.867.

Skala intensitas penggunaan media sosial disusun berdasarkan teori dari Ajzen (2005) yang membagi aspek intensitas menjadi empat aspek antara lain yaitu, perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi. Skala intensitas penggunaan media sosial berjumlah 28 aitem valid yang bergerak dari 0.311 s/d 0.755.

Prosedur penelitian. Partisipan dalam penelitian ini memberikan jawaban yang dikumpulkan melalui google form yang disebarluaskan oleh peneliti melalui platform media sosial, misalnya Facebook, Twitter, Instagram, Whatsapp, Line dan Telegram sehingga data terkumpul dengan cepat.

Analisis Data. Penelitian ini menggunakan statistik non parametrik dengan analisis data

Spearman’s Rank menggunakan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 26.0 for windows. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19. Uji korelasi teknik non parametrik Spearman’s Rank dilakukan karena pada hasil uji normalitas menunjukkan bahwa salah satu variabel yakni intensitas penggunaan media sosial berdistribusi tidak normal, dimana $p = 0,004$ ($p<0,05$).

HASIL

Berdasarkan data penelitian terdapat 349 pengguna media sosial yang dijadikan subjek penelitian, sebanyak 77 subjek atau 22,1% berada pada rentang usia 19-22 tahun, 203 subjek atau 58,2% dari keseluruhan subjek berada pada rentang usia 23-26 tahun, 42 subjek atau 12% berada pada rentang usia 27-30 tahun, 4 subjek atau 1,1% berada pada rentang usia 31-34 tahun dan 23 subjek atau 6,6% berada pada rentang usia 35-40 tahun. Subjek dengan rentang usia 23-26 tahun menjadi peserta penelitian terbanyak sedangkan rentang usia 31-34 tahun merupakan jumlah peserta penelitian paling sedikit. Adapun hasilnya dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 2 Deskripsi Usia Subjek

Rentang Usia	Jumlah	Percentase
19-22 tahun	77	22.1%
23-26 tahun	203	58.2%
27-30 tahun	42	12%
31-34 tahun	4	1.1%
35-40 tahun	23	6.6%

Selanjutnya yaitu deskripsi subjek

berdasarkan jenis kelamin. Diketahui dari 349 responden yang dijadikan subjek penelitian, sebanyak 246 subjek atau 70,5% berjenis kelamin perempuan, sedangkan 103 atau 29,5% berjenis kelamin laki-laki. Hal ini dapat diartikan bahwa subjek dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Adapun hasilnya dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3 Deskripsi Jenis Kelamin Subjek

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	246	70,5%
Laki-Laki	103	29,5%

Selanjutnya yaitu deskripsi subjek berdasarkan pendidikan terakhir. Diketahui bahwa dari 349 responden yang dijadikan subjek penelitian, sebanyak 119 subjek atau 34,1% pendidikan terakhir dari SMA, sebanyak 218 subjek atau 62,5% pendidikan terakhir dari Strata Satu (S1) dan sebanyak 12 subjek atau 3,4% pendidikan terakhir dari Strata Dua (S2). Hal ini dapat diartikan bahwa subjek dengan pendidikan terakhir dari Strata Satu (S1) lebih banyak menjadi subjek dalam penelitian ini. Adapun hasilnya dapat dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 4 Deskripsi Pendidikan Terakhir Subjek

Pendidikan Terakhir	Jumlah	Persentase
SMA	119	34.1%
S1	218	62.5%
S2	12	3.4%

Pada tabel 5 kategori keyakinan konspirasi COVID-19 dapat diketahui bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki keyakinan teori konspirasi COVID-19 yang tinggi. Hal ini dapat dilihat bahwa subjek yang termasuk kategori tinggi berjumlah 251

responden (71.9%), sedangkan subjek yang termasuk kategori sedang berjumlah 98 (28.1%).

Tabel 5 Kategorisasi Keyakinan Konspirasi COVID-19

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah (28-66)	0	0
Sedang (67-102)	98	28.1%
Tinggi (103-140)	251	71.9%
Total	349	100%

Pada tabel 6 kategorisasi intensitas penggunaan media sosial dapat diketahui bahwa bahwa subjek yang intensitas penggunaan media sosialnya termasuk kategori sedang berjumlah 194 responden (55.6%), subjek yang termasuk kategori tinggi berjumlah 136 responden (39%), dan subjek yang termasuk kategori rendah hanya berjumlah 19 responden (5.4%). Pemberian kategori tersebut berdasarkan statistik hipotetik. Penggunaan statistika hipotetik menggunakan alat ukur sebagai acuan. Penggunaan prosedur ini mensyaratkan alat ukur yang digunakan adalah alat ukur yang sudah divalidasi (Azwar, 1993).

Tabel 6 Kategorisasi Intensitas Penggunaan Media Sosial

Kategorisasi	Jumlah	Persentase
Rendah (28-66)	19	5.4%
Sedang (67-102)	194	55.6%
Tinggi (103-140)	136	39.0%
Total	349	100%

Berdasarkan uji analisis *Spearman's Rank* yang telah dilakukan dapat dilihat nilai korelasi antara variabel independen yaitu intensitas penggunaan media sosial terhadap satu variabel dependen yaitu keyakinan teori konspirasi COVID-19. Nilai koefisien korelasi yang didapatkan dari dua variabel tersebut adalah sementara 0.614 untuk hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan

keyakinan teori konspirasi COVID-19. Angka koefisien korelasi yang ditunjukan oleh korelasi antar variabel intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19 menunjukan nilai positif. Artinya hubungan antara variabel intensitas penggunaan media sosial dengan variabel keyakinan teori konspirasi COVID-19 bersifat searah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial subjek penelitian maka tingkat keyakinan teori konspirasi COVID-19 yang dimiliki individu tersebut semakin tinggi. Pemberian kategori tersebut berdasarkan statistik hipotetik. Penggunaan statistika hipotetik menggunakan alat ukur sebagai acuan. Penggunaan prosedur ini mensyaratkan alat ukur yang digunakan adalah alat ukur yang sudah divalidasi (Azwar, 1993).

Selanjutnya berdasarkan skor signifikansi yang dianalisis menggunakan *Spearman's Rank*, peneliti mendapatkan hasil bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat korelasi positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19 diterima. Hal ini berdasarkan skor signifikansi yang didapatkan lebih kecil daripada taraf signifikansi ($0.000 < 0.05$).

Tabel 7 Korelasi *Spearman's Rank*

Correllations		Keyakinan Teori Konspirasi COVID-19
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Koefisien Korelasi	.614
	Sig. (2-Tailed)	0.000
	N	349

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa ada korelasi positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19. Semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial subjek penelitian maka tingkat keyakinan teori konspirasi COVID-19 yang dimiliki individu tersebut semakin tinggi.

DISKUSI

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan *Spearman's Rank*, dapat diketahui bahwa hipotesis menyatakan bahwa hubungan variabel intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi COVID-19 diterima. Penelitian sebelumnya yang juga meneliti mengenai penggunaan media sosial dan kepercayaan terhadap berita konspirasi mendapatkan hasil bahwa penggunaan media sosial berkaitan dengan kepercayaan terhadap teori konspirasi, hal tersebut mungkin disebabkan oleh maraknya misinformasi yang disamarkan sebagai informasi menurut ‘para ahli’ di media sosial (Xiao, Borah, & Su, 2021). Misalnya narasi yang diambil berdasarkan penelitian yang literaturnya tidak jelas.

Pemerintah dan beberapa pihak berusaha meluruskan mengenai kabar hoax terkait COVID-19, namun teori konspirasi adalah salah satu konten yang paling menarik perhatian di media sosial (Marchal & Au,

2020; Mutanga & Abayomi, 2020; Rovetta & Bhagavathula, 2020). Misalnya pembahasan di YouTube Deddy Corbuzier dan Bossman Mardigu dengan judul “Corona Jelas Konspirasi” mendapatkan penonton sebanyak 5.4 juta (Corbuzier, 2020).

Pemikiran konspirasi tumbuh diprediksi oleh kepercayaan pada media sosial sebagai sumber informasi (Earnshaw et al., 2020; van Mulukom, 2020). Orang yang menggunakan media sosial sebagai sumber informasi COVID-19 juga lebih cenderung mendukung teori konspirasi COVID-19 (Freeman, Waite, Rosebrock, Petit, Causier, East, Jenner, Teale, Carr, Mulhall, 2020).

Keyakinan konspirasi, rumor, informasi yang salah, dan ketakutan dapat dengan mudah menyebar melalui jejaring sosial, terutama melalui media sosial, apalagi selama pandemi ketika orang menghabiskan banyak waktu di media sosial, terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dan kepercayaan yang bergantung pada pemikiran konspirasi (Enders, Uscinski, Seelig, et al, 2021). Sebab media sosial memungkinkan individu untuk memproduksi kontennya sendiri, sehingga informasi tanpa konfirmasi sangat mudah beredar di media sosial (Taylor, 2019).

Penelitian yang dilakukan pada remaja usia 18 tahun di Amerika Serikat yang menggunakan media sosial sebagai sumber informasi memiliki hubungan positif dengan keyakinan konspirasi, selain itu mempercayai informasi di media sosial merupakan variabel moderator antara penggunaan media sosial dan keyakinan konspirasi (Xiao, Borah, & Su,

2021). Jadi semakin sering individu mencari informasi mengenai COVID-19, maka ia akan semakin memegang keyakinan terhadap teori konspirasi.

Aktivitas individu yang berkaitan dengan perasaan yang akan dilakukan secara berulang-ulang disebut dengan intensitas (Ajzen, 2006). Adapun yang dimaksud dengan intensitas penggunaan media sosial adalah perilaku yang dilakukan secara berulang dengan kurun waktu tertentu meliputi frekuensi dan durasi saat menggunakan media sosial. Adapun dalam penelitian ini intensitas penggunaan media sosial dalam mengakses informasi mengenai COVID-19.

Terdapat beberapa hal yang dapat mendasari mengapa media sosial lebih banyak digunakan, hal ini dapat dipahami melalui teori *Uses and Gratification Theory (UGT)* atau teori penggunaan dan pemenuhan kepuasaan. Teori *Uses and Gratification Theory (UGT)* menjelaskan bahwa perilaku penggunaan media sosial didasarkan pada adanya keinginan untuk memenuhi kepuasan atau kebutuhan si pengguna. Kebutuhan atau keinginan berkaitan dengan tujuan penggunaan media sosial (Al Aziz, 2020). Konsep pemenuhan kebutuhan dalam media sosial mencakup di dalamnya terdapat dua indikator, yaitu kualitas dan kuantitas intensitas penggunaan media sosial (Olufadi, 2016).

Teori lainnya yang melandasi penggunaan media sosial adalah *Technology Acceptance Model (TAM)* ditentukan oleh dua keyakinan yaitu *perceived usefulness (PU)* dan *perceived ease of use (PEU)*. Berdasarkan

teori tersebut diketahui bahwa pengguna media sosial memilih untuk menggunakan media sosial dikarenakan media sosial merupakan sarana yang mudah dan berguna bagi mereka (Olufadi, 2016). Hal tersebut berpotensi mempengaruhi apakah individu termasuk dalam kategori pasif atau aktif menggunakan media sosial.

Yu (2016) membedakan antara pasif dan aktif dalam menggunakan media sosial. Pengguna media sosial pasif mengacu pada konsumsi konten yang tidak melibatkan interaksi langsung dengan orang lain, misalnya hanya membaca postingan. Sedangkan pengguna media sosial aktif melibatkan produksi konten, misalnya memposting komentar, menyukai postingan, dan mengunggah postingan yang memfasilitasi interaksi sosial.

Pengguna media sosial memainkan peran penting sebagai penjaga gerbang dalam penyebaran suatu informasi. Mereka dapat memutuskan informasi apa yang akan dibagikan dan dimana membagikannya, mereka dapat secara membagikan informasi yang mereka minati dan mengabaikan informasi yang tidak diminati, selain itu mereka juga dapat membuat kontennya sendiri (Kilgo, Yoo, & Johnson, 2018). Dengan demikian media sosial dapat memberikan peluang tersebarnya informasi yang akurat maupun informasi yang tanpa adanya dasar, sebab siapapun dapat menyebarkan pendapatnya secara luas mengenai semua hal, termasuk teori konspirasi.

Selain itu salah satu faktor pendorong masyarakat untuk mempercayai teori

konspirasi adalah adanya rasa penasaran yang besar ketika informasi yang diinginkan tidak tersedia, menimbulkan rasa ketidakpastian dan kebingungan ketika informasi yang tersedia saling bertentangan, menemukan makna ketika peristiwa-peristiwa yang terjadi tidak beraturan, dan mempertahankan kepercayaan terhadap informasi tanpa adanya konfirmasi (Ecker, Cook, dan Lewandowsky, 2015).

Apalagi pada dasarnya manusia selalu ingin mencari tahu mengenai suatu peristiwa yang mereka anggap baru dan menarik, akhirnya mereka berusaha mencari informasi yang menarik minat mereka, sehingga hal tersebut mempengaruhi cara kerja media sosial mereka atau biasa disebut dengan algoritma. Algoritma adalah cara kerja dari platform media sosial dengan menyajikan tema konten sesuai kebiasaan dan minat pengguna ketika menggunakan akun mereka. Apabila mereka sering mencari informasi mengenai COVID-19, maka mayoritas konten yang dipaparkan mengenai informasi COVID-19. Namun media sosial adalah pedang bermata dua, ia bisa memberikan informasi yang akurat, namun terkadang juga memberikan misinformasi (Taylor, 2019).

Ketika pandemi besar menyerang, maka peristiwa tersebut belum pernah terjadi dalam sejarah. Ledakan miliaran teks, foto, dan video dengan cepat menyebar di media sosial. Beberapa dari miliaran kata dan gambar ini akan memiliki informasi yang berguna, tetapi banyak yang akan dipenuhi dengan rumor, informasi yang salah dan teori konspirasi (Walker, 2016). Setelah pengguna berinteraksi dengan satu teori konspirasi,

algoritma media sosial kemungkinan besar akan terus menghadirkan lebih banyak konten yang berisi teori konspirasi kepada pengguna. Akhirnya pengguna akan terus berinteraksi dengan konten yang berkaitan dengan teori konspirasi (Patry, 2021).

Pada masa pandemic seperti saat ini sangat perlu informasi yang konsisten dan massif, keyakinan konspirasi yang beredar terkait COVID-19 dapat ditekan dan kepercayaan publik kepada pemerintah dapat semakin ditingkatkan. Selain itu komunikasi yang disampaikan pemerintah terkait kesehatan masyarakat selama pandemic diharapkan untuk tidak menyampaikan informasi yang sensasional, spekulatif, ataupun inkonsisten. Hal ini bertujuan agar masyarakat tidak mengalami rasa takut dan cemas berlebihan akibat informasi mengenai pandemic.

Individu yang percaya pada teori konspirasi cenderung memiliki kecemasan mengenai situasi yang terjadi dan dianggap mengancam (Bilewicz, Cichocka, dan Soral, 2015). Kecemasan, rasa tidak aman, dan ketakutan sebagai inti dari kepribadian yang berprasangka (Allport, 2005). Ketika mereka berada dalam situasi yang membuat mereka kehilangan kontrol dan terancam, maka mereka memerlukan kambing hitam untuk disalahkan (Glick, 2002). Kecemasan dan frustrasi yang meluas mendorong individu untuk mencari penjelasan tentang kondisi kehidupan mereka yang sulit, akhirnya teori konspirasi hadir untuk memberikan kompensasi atas situasi sulit yang dihadapi (Douglas, Sutton, & Cichocka, 2017).

Situs web pemerintah adalah salah satu cara utama komunikasi pemerintah dengan publik, namun banyak situs web pemerintah yang hanya menyajikan informasi umum seperti artikel kegiatan rapat (Connoly, Epstein, & Bode, 2018). Pemerintah perlu menggunakan lebih banyak fitur untuk berbagi informasi di Situs Web mereka, karena ini akan memanfaatkan teknologi saat ini untuk menjangkau lebih banyak warga dan membantu memberikan transparansi dan pemberdayaan yang diperlukan untuk menggagalkan teori konspirasi (van Prooijen, 2018).

Selain itu apabila ingin menyebarkan informasi yang akurat kepada masyarakat harus berusaha memusatkan distribusi informasi dari satu akun media sosial, dan memantau konsistensi akun individu dari setiap anggota organisasi yang aktif di media sosial, misalnya membentuk *Person in Charge* (*PIC*) (Connoly, Uscinski, Klofstad, & West, 2019).

Penelitian mengenai intensitas penggunaan media sosial dengan keyakinan teori konspirasi belum banyak dilakukan di Indonesia, sehingga peneliti merasa bahwa variabel ini perlu diperdalam dan mengkombinasikannya dengan variabel lain yang menjadi faktor penyebab ataupun dapat dicari ancaman yang disebabkan oleh keyakinan teori konspirasi COVID-19. Selanjutnya terkait metode pengambilan data, di situasi pandemi seperti saat ini dimana pengambilan data hanya memungkinkan menggunakan media online, tentunya sangat perlu penekanan kepada responden untuk

mengisi dengan bersungguh-sungguh sehingga mengurangi data yang outliers. Adapun untuk pengisian data demografi sebaiknya diletakkan pada lembar akhir setelah pengisian kuesioner, sebab responden akan relatif lebih fokus dalam pengisian kuesioner bila item pertanyaan data diri responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, dan data sensitif lainnya bila diletakkan pada halaman paling akhir. Minimalkan memberikan kolom untuk mengisi komentar atau pendapat dari responden yang terlalu banyak. Karena hal tersebut juga membuat responden malas menyelesaikan kuesioner.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiwena, B. Y., Satyajati, M. W., & Hapsari, W. (2020). *Psychological Reactance and Beliefs in Conspiracy Theories During the Covid-19 Pandemic: Overview of the Extended Parallel Process Model (EPPM)*. *Buletin Psikologi*, 28(2), 182-200.
- Ajzen, I. (2005). *Attitudes, Personality, and Behavior 2nd Edition*. New York: Open University Press
- Al Aziz, A. A. (2020). *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa*. *Acta Psychologia*, 2(2), 92-107.
- Allport. (2005). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Henry, Holt and Company.
- Allington, D., Duffy, B., Wessely, S., Dhavan, N., & Rubin, J. (2020). *Health-protective behaviour, social media usage and conspiracy belief during the COVID-19 public health emergency*. *Psychological medicine*, 1-7.
- Arbar, T.F. (2020, June 18). *Waduh, Facebook & YouTube Jadi Sumber Teori Konspirasi Corona*. CNBC Indonesia. Retrieved from <https://www.cnbcindonesia.com/news/20210717172541-4-261686/hoax-dari-dr-lois-akhirnya-memakan-korban-jiwa>
- Azwar, S. (1993). *KELOMPOK SUBJEKINI MEMILIKI HARGA DIRI YANG RENDAH"; KOK, TAHU?*. *Buletin Psikologi*, 1(2), 13-17.
- Bilewicz, M., Cichocka, A., Soral, W. (2015). *The Psychology of Conspiracy*. New York: Routledge.
- Connolly, J. M., Bode, L., & Epstein, B. (2018). *Explaining the varying levels of adoption of e-government services in American municipal government*. *State and Local Government Review*, 50(3), 150-164.
- Connolly, J. M., Uscinski, J. E., Klofstad, C. A., & West, J. P. (2019). *Communicating to the Public in the Era of Conspiracy Theory*. *Public Integrity*, 21(5), 469-476.
- Corbuzier, D. (2020, May). *Corona Jelas Konspirasi!!Saya Jelaskan - Bossman Mardigu Sontoloyo WP*. [Video]. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=BrTP-psOM0>
- Douglas, K. M., Sutton, R. M., Cichocka, A. (2017). *The Psychology of Conspiracy Theories. Current Directions in Psychological Science*, 26, (6).
- Dupлага, M. (2020). *The Determinants of Conspiracy Beliefs Related to the COVID-19 Pandemic in a Nationally Representative Sample of Internet Users*. International journal of environmental research and public health, 17(21), 7818.
- Earnshaw, V. A., Eaton, L. A., Kalichman, S. C., Brousseau, N. M., Hill, E. C., & Fox, A. B. (2020). *COVID-19 conspiracy beliefs, health behaviors, and policy support*. *Translational behavioral medicine*, 10(4), 850-856.

- Enders, A. M., Uscinski, J. E., Seelig, M. I., Klofstad, C. A., Wuchty, S., Funchion, J. R., ... & Stoler, J. (2021). *The Relationship Between Social Media Use and Beliefs in Conspiracy Theories and Misinformation*. *Political Behavior*, 1.
- Freeman, D., Waite, F., Rosebrock, L., Petit, A., Causier, C., East, A., Jenner, L., Teale, A.-L., Carr, L., & Mulhall, S. (2020). *Coronavirus conspiracy beliefs, mistrust, and compliance with government guidelines in England*. *Psychological medicine*, 1-30.
- Glick, P. (2002). *Sacrificial lambs dressed in wolves' clothing: Envious prejudice, ideology, and the scapegoating of Jews*. In L. S. Newman & R. Erber (Eds.), *Understanding genocide: The social psychology of the Holocaust* (pp. 113–142). London: Oxford University Press.
- Islam, M. S., Sarkar, T., Khan, S. H., Kamal, A.-H. M., Hasan, S. M., Kabir, A., Yeasmin, D., Islam, M. A., Chowdhury, K. I. A., & Anwar, K. S. (2020). *COVID-19-related infodemic and its impact on public health: A global social media analysis*. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 103(4), 1621-1629.
- Kilgo, D. K., Yoo, J., & Johnson, T. J. (2018). *Spreading Ebola panic: Newspaper and social media coverage of the 2014 Ebola health crisis*. *Health communication*.
- Lewandowsky, S., Gignac, G. E., & Oberauer, K. (2013). *The role of conspiracist ideation and worldviews in predicting rejection of science*. *PloS one*, 8(10), e75637.
- Marchal, N., & Au, H. (2020). "Coronavirus EXPLAINED": YouTube, COVID-19, and the Socio-Technical Mediation of Expertise. *Social Media+ Society*, 6(3), 2056305120948158.
- Mutanga, M. B., & Abayomi, A. (2020). *Tweeting on COVID-19 pandemic in South Africa: LDA-based topic modelling approach*. *African Journal of Science, Technology, Innovation and Development*, 1-10.
- Olufadi, Y. (2016). *Social networking time use scale (SONTUS): A new instrument for measuring the time spent on the social networking sites*. *Telematics and Informatics*, 33 (2), 452-471.
- Park, N., Kee, K. F., & Valenzuela, S. (2009). *Being immersed in social networking environment: Facebook groups, uses and gratifications, and social outcomes*. *Cyberpsychology & behavior*, 12(6), 729-733.
- Patry, K. (2021). *The Impact of Using Social Media to Understand the Pandemic: Does it Spread Conspiracy and Discourage Health-Protective Behaviours?*. *Brescia Psychology Undergraduate Honours Theses*.
- Quinn, E. K., Fazel, S. S., & Peters, C. E. (2020). *The Instagram infodemic: cobranding of conspiracy theories, coronavirus disease 2019 and authority-questioning beliefs*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*.
- Rohmah, N. N. M. (2020). *Media Sosial sebagai Media Alternatif Manfaat dan Pemuas Kebutuhan Informasi Masa Pandemik Global Covid 19 (Kajian Analisis Teori Uses and Gratification)*. *Al-Ilam: Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*, 4(1), 1-16.
- Rovetta, A., & Bhagavathula, A. S. (2020). *Global infodemiology of COVID-19: analysis of Google web searches and Instagram hashtags*. *Journal of medical Internet research*, 22(8), e20673.
- Taylor, S. (2019). *The Psychology of Pandemics*. Newcastle upon Tyne: Cambridge Scholars Publishing.
- van Mulukom, V. (2020). *Low Levels of Trust affect Guideline Adherence and Conspiracy Belief during the COVID-19 Pandemic*.
- van Prooijen, J.-W. (2018). *Psychology of Conspiracy Theories*. New York:

Routledge.

Walker, J. (2016). *Civil society's role in a public health crisis. Issues in Science and Technology*, 32(4), 43.

Wareza, M. (2021, July 17). *Hoax dari dr Lois Akhirnya Memakan Korban Jiwa*. CNBC Indonesia. Retrieved from <https://www.cnbcindonesia.com/news/20210717172541-4-261686/hoax-dari-dr-lois-akhirnya-memakan-korban-jiwa>

Xiao, X., Borah, P., & Su, Y. (2021). *The*

dangers of blind trust: Examining the interplay among social media news use, misinformation identification, and news trust on conspiracy beliefs. Public Understanding of Science, 0963662521998025.

Yu, R. P. (2016). *The relationship between passive and active non-political social media use and political expression on Facebook and Twitter*. Computers in Human Behavior, 58, 413-420.

Peran Harga Diri Terhadap Perilaku Narsistik pada Siswa Pengguna Instagram

The Role of Self Esteem On Narcissistic Behavior in Instagram User Student

ANDREAS CORSINI WIDYA NUGRAHA¹, FITRAHANI MARWAH²

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email: [¹andreas.corsini@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:andreas.corsini@dsn.ubharajaya.ac.id)

Abstrak. Penelitian ini terkait mahasiswa pengguna instagram yang mengharapkan like dan komentar positif pada postingannya. Kebiasaan untuk memgharapkan like menunjukkan ada kecenderungan kepribadian narsistik. Penelitian ini dibuat untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara harga diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada Mahasiswa pengguna Instagram. Metode yang dipergunakan adalah analisis regresi. Sample penelitian ini adalah 115 Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Data diperoleh melalui skala kecenderungan perilaku narsistik dan skala harga diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam analisis Regresi menunjukkan efek harga diri dengan kecenderungan perilaku narsistik artinya pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku narsistik sebesar 40,2%, dengan nilai signifikansi $p = 0,021$, $p < 0,05$. Menunjukkan ada peran harga diri dengan kecenderungan perilaku narsistik pada mahasiswa.

Kata Kunci: Harga Diri, Instagram, Kecenderungan Perilaku Narsistik.

Abstract. This research is related to students using Instagram who expect positive likes and comments on their posts. to expect such shows there is a tendency to narcissistic habits. This study was made to determine whether there is a behavioral relationship between self-esteem and narcissistic tendencies in Instagram users. The method used is regression analysis. The sample of this research is 115 students of Bhayangkara University, Greater Jakarta. Data obtained through the scale of narcissistic behavior tendencies and self-esteem scale. The results of this study indicate that the regression analysis shows the effect of self-esteem with narcissistic behavior tendencies, meaning that the effect of self-esteem on narcissistic behavior tendencies is 40.2%, with a significance value of $p = 0.021$, $p < 0.05$. The exhibition shows the role of self-esteem with the tendency of narcissistic behavior in students.

Key words: Self-Esteem, Instagram, Narcissistic Behavior Tendency.

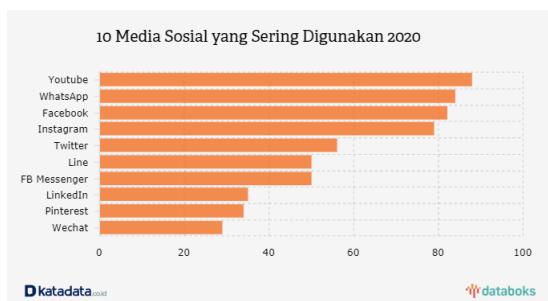
PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan zaman, perkembangan teknologi juga ikut berkembang dangan cepatnya. Internet merupakan hal yang tak asing lagi bagi masyarakat modern dunia

termasuk di Indonesia. Banyak aplikasi yang kini mulai memanjakan pengguna internet, sama halnya dengan media sosial. Media sosial merupakan salah satu media online dimana para penggunanya dapat mencari berbagai informasi, berkomunikasi, bahkan menjalin

pertemanan. Semua fasilitas dan aplikasi yang dimilikinya seperti *Tumblr*, *Facebook*, *Twiter*, *LINE*, *Whatsapp*, *Ask.fm*, *Path*, dan juga *Instagram*. Instagram merupakan aplikasi yang banyak digunakan oleh sebagian besar individu di dunia termasuk Indonesia yang tujuan utamanya adalah untuk hiburan. Saat ini Instagram menjadi sebuah aplikasi yang paling banyak peminatnya, sehingga dapat dipastikan banyak individu yang sering menggunakan aplikasi ini dimanapun dan kapanpun.

Banyak dari kalangan muda mudi dan tak terkecuali mereka yang sudah dewasa juga menggunakan aplikasi Instagram. Suryanto (2010) menyebutkan bahwa salah satu pengguna Internet adalah Mahasiswa. Kebanyakan mereka yang menggunakan aplikasi Instagram ini untuk menghibur dirinya dengan melihat *explore* Instagram yang memuat banyak video yang menarik dan menginspirasi ataupun mengupload foto serta video dalam kiriman Instagramnya. Aplikasi ini memuat banyak fitur yang menarik seperti *boomerang*, *instastory*, *share location* dan sebagainya. Instagram



Gambar 1.1 Grafik media sosial yang paling sering digunakan tahun 2020.

terutama paling sering digunakan untuk berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan

membagikannya ke media sosial lainnya, termasuk di Instagram sendiri. Aplikasi Instagram juga memberikan fitur filter digital agar foto menjadi terlihat lebih menarik, menggunakan fitur *share location* untuk memberikan informasi pada *followers* dimana lokasi foto tersebut diambil dan memungkinkan pada penggunanya untuk mengupload video dengan durasi 60 detik dapat dilihat oleh para *followers*. Jika foto atau video yang menarik menurut pengguna Instagram yang menjadi *followers*, maka pengguna Instagram lainnya dapat memberikan komentar dan memberi tanda suka (*like*) pada foto atau video tersebut, dan akan muncul pada fitur pencarian pengguna lain sehingga foto atau video tersebut akan semakin tersebar luas dan *followers* bisa menjadi bertambah.

Menurut data yang didapatkan dari Katadata.co.id penggunaan media sosial Instagram mengalami hingga 40% selama pandemi Covid-19. Sebab, banyak yang menggunakan media sosial untuk berkomunikasi di tengah karantina wilayah atau *lockdown*. “Tampilan Instagram dan Facebook live juga berlipat ganda dalam waktu sepekan”. Kantar melaksanakan survei terhadap lebih dari 25 ribu konsumen di 30 pasar pengguna WhatsApp dan Instagram. Survei dilakukan dari 14 hingga 24 maret 2020. Laporan lain dari platform pemasaran Klear menunjukkan bahwa postingan pengguna di Instagram Story per harinya meningkat 15% dalam seminggu. Jumlah pengguna yang melihat story pengguna

lainnya pun meningkat 21% (Burhan, 2020). Laporan yang dimuat dalam data tersebut terlihat bahwa aplikasi Instagram juga memiliki peningkatan yang lumayan signifikan, ditambah lagi dengan fitur yang sering mengalami peningkatan kualitasnya sehingga membuat para penggunanya betah berlama-lama dalam menggunakan aplikasi Instagram.

Instagram menjadi pilihan untuk mengupload juga menyimpan foto, dan bisa dijadikan sebagai mini album. Perilaku para pengguna Instagram tanpa disadari mulai berubah seperti seseorang yang biasanya tidak pernah berdandan ketika keluar rumah, lalu ia berdandan pergi ke suatu tempat yang sering muncul di Instagram dan meniru setiap pose foto yang sering dilakukan oleh selebgram, itu semua dilakukan agar pengguna tersebut terlihat keren atau istilahnya *hits*. Sadar atau tidak, pengguna Instagram jika sedang berkumpul bersama teman-temannya bukan banyak membahas suatu topik, tetapi lebih banyak untuk berfoto-foto lalu mengeditnya menggunakan filter yang tersedia di Instagram yang kemudian mengunggahnya di media sosial Instagram dengan harapan banyak yang memberikan *like* dan juga komentar berupa puji-pujian pada foto atau video yang diupload itu, bahkan ada juga yang merasa bahwa dengan banyaknya *like* dan komentar positif pada postingannya itu menandakan bahwa banyak individu yang menyukainya walaupun sebenarnya tidak demikian, yang mana ini merupakan salah satu bentuk kecenderungan perilaku narsistik.

Terdapat informasi dari berita “efek yang dirasakan oleh seorang ketika mendapatkan *like* di Instagram, akan menghasilkan hormon *dopamine*, yakni hormon yang bisa memicu perasaan senang. Hormon ini sebetulnya juga tercipta saat orang meminum alcohol, merokok atau bahkan menggunakan obat-obatan terlarang,” kata Alter sebagaimana dikutip dari Liputan6.com. Jika si pengguna Instagram jarang mendapatkan *likes* pada postingan yang diunggah akan berdampak sebaliknya. Ia akan kurang percaya diri dan akan menanti *likes* dari *followers*nya. Menariknya adalah kebiasaan seseorang suka menampilkan sisi terbaik di media sosial, mereka akan rela foto berkali-kali sebelum mengunggahnya. Ironisnya, hal tersebut hanya menjadi pembanding kesempurnaan media sosial seseorang. Karna itulah hal ini dapat membawa dampak psikologis yang mendalam bagi kita. Jeko (2017).

memperhatikan keestetikannya” (YN, 20 tahun Mahasiswa Fakultas Ilmu Komputer).

Sadikides (Jazilah, 2017) juga memberikan hasil risetnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ciri-ciri narsistik yaitu harga diri (*self esteem*) bahwa harga dirinya tidak stabil dan terlalu tergantung pada interaksi sosialnya memiliki harga diri yang rapuh, sehingga sangat rentan terhadap kritik. Myers (2012) menjelaskan bahwa harga diri merupakan evaluasi diri individu secara keseluruhan. Evaluasi ini memperlihatkan bagaimana individu menilai dirinya sendiri dan diakui atau tidaknya kemampuan dan keberhasilan yang diperolehnya. Penilaian

tersebut terlihat dari penghargaan mereka terhadap keberadaan dan keberartian diri. Individu yang mempunyai harga diri positif akan menghargai dan menerima diri apa adanya. Individu dengan harga diri yang rendah akan cenderung sensitif terhadap lingkungan yang dirasanya tidak sesuai dengan kondisi dirinya.

Coopersmith (1967) membagi tingkat harga diri individu menjadi dua golongan yaitu individu dengan harga diri tinggi dan individu dengan harga diri yang rendah. Individu dengan harga diri tinggi yaitu individu yang aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik, berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial, dapat menerima kritik dengan baik, percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri, tidak terpaku pada dirinya sendiri atau hanya memikirkan kesulitannya sendiri, memiliki keyakinan diri dan tidak didasarkan atas fantasi karena ia memang mempunyai kemampuan, kecakapan, dan kualitas diri yang tinggi, tidak terpengaruh oleh penilaian individu lain tentang kepribadiannya, lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah dan memiliki ketahanan diri yang seimbang. Selanjutnya individu dengan harga diri rendah menurut Coopersmith ialah individu yang memiliki perasaan inferior, takut gagal dalam membina hubungan sosial, terlihat sebagai individu yang putus asa dan depresi, merasa diasinkan dan tidak diperhatikan, kurang dapat mengekspresikan diri, sangat tergantung pada lingkungan, tidak konsisten, secara pasif

mengikuti lingkungan, menggunakan banyak taktik mempertahankan diri, dan juga mudah mengakui kesalahan.

Setelah dilakukannya penelitian tentang kecenderungan perilaku narsistik, sehingga muncullah beberapa teori yang menjelaskan tentang kecenderungan perilaku narsistik., Durand & Barlow (2007 Kristanto 2012) menyatakan bahwa individu dengan kecenderungan perilaku narsis memanfaatkan individu lain untuk kepentingan diri sendiri dan hanya menunjukkan sedikit empati kepada individu lain.

Menurut Kristanto (2012) kecenderungan perilaku narsistik adalah derajat kecintaan dan pengaguman atas dirinya. Sedangkan menurut Panek et al (2013) bahwa individu dengan kecenderungan narsisme dapat mengelola dan mempromosikan diri secara *online* setiap harinya dengan mengunggah foto, mempernaharui ststus untuk mendapatkan tanda suka (*love*), komentar atau menapatkan *follower*.

Aspek kecenderungan perilaku narsistik menurut Kristanto (2012) bahwa perilaku narsistik melibatkan beberapa aspek yaitu:

- a. Aspek terobsesi penampilan fisik, kategori ini menunjukkan individu mampu menunjukkan keadaan dirinya dengan penampilan yang mencolok dan mampu menempatkan dirinya dengan penampilan yang terlihat ekspresif.
- b. Aspek selalu ingin jadi pusat perhatian, individu yang merasa selalu ingin menjadi pusat perhatian ataupun menjadi sosok

- yang diidolakan bagi teman-temannya, mereka cenderung mampu menerima keadaannya sendiri dan berusaha menonjolkan dirinya dihadapan banyak orang.
- c. Aspek senang difoto atau dilukis bahkan pada setiap kesempatan memfoto diri dengan kamera *handphone* individu mengikuti keinginan pribadinya untuk memotret dirinya sendiri dengan pose atau gaya yang terlihat lucu dan imut pada setiap kesempatan, baik dengan *background* pemandangan atau tempat lainnya yang terlihat menarik baginya.
 - d. Aspek pandangan yang dibesar-besarkan mengenai pentingnya diri sendiri. Individu yang memiliki kecenderungan perilaku narsistik adalah individu yang senang membanggakan diri sendiri secara berlebihan dan senang membicarakan kehebatannya dan ingin dipuji oleh orang lain.
 - e. Aspek terfokus pada keberhasilan, kecerdasan dan kecantikan diri, individu merasa bahwa orang lain juga perlu mengetahui kesuksesannya dan sering menceritakan keberhasilannya pada orang lain.
 - f. Aspek kebutuhan ekstrim untuk dipuja dan dikagumi, dalam penelitian ini kemungkinan subjek penelitian masih dalam proses pencarian jati diri, sehingga individu menganggap pujian sebagai hal yang pantas untuk dirinya ketika berhasil melakukan sesuatu.
 - g. Aspek iri pada orang lain, individu merasa bahwa dirinya belum cukup dan merasa

bahwa apa yang dimilikinya belum cukup dan masih mengharapkan sesuatu yang berlebihan atas apa yang dimiliki oleh orang lain.

- h. Aspek memanfaatkan orang lain, individu berusaha memanfaatkan orang lain sebagai penunjang dirinya, ia melakukan hal itu untuk kepentingan dirinya sendiri dengan menunjukkan hanya sedikit empati terhadap orang lain.

Moon et al (2016) menjelaskan bahwa individu yang lebih tinggi dalam narsisme cenderung memposting foto diri, memperbarui citra profil mereka lebih sering, dan menghabiskan lebih banyak waktu di Instagram dibandingkan dengan rekan mereka.

Setelah dilakukan penelitian-penelitian tentang harga diri, maka muncullah definisi harga diri yang salah satunya menurut Santrock (2013) menyebutkan bahwa harga diri juga disebut sebagai gambaran diri, yang merupakan hasil evaluasi secara menyeluruhan terhadap diri.

Menurut Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa harga diri merupakan evaluasi individu dan bagaimana individu memandang dirinya sendiri, dan mengarah pada penerimaan atau penolakan, serta keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya, dan kesuksesan yang telah diraihnya

Baron & Bryne (2012) juga berpendapat bahwa harga diri adalah evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap orang lain terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi

positif sampai negatif. Baron Byrne menegaskan bahwa harga diri merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri, mulai dari sangat negatif sampai sangat positif, individu yang ditampilkan nampak memiliki sikap negatif terhadap dirinya sendiri. Harga diri yang tinggi berarti seorang individu menyukai dirinya sendiri, evaluasi positif ini sebagian berdasarkan opini orang lain dan sebagian berdasarkan dari pengalaman spesifik. Sikap terhadap diri sendiri dimulai dengan interaksi paling awal antara bayi dengan ibunya atau pengasuhan lain, perbedaan budaya juga mempengaruhi apa yang penting bagi harga diri seseorang. Self esteem adalah suatu penilaian atau evaluasi terhadap diri sendiri, baik secara negatif maupun positif yang dapat mempengaruhi tingkah laku sosial individu (Sarwono & Meinarno, 2018).

Coopersmith (1967) mengemukakan empat aspek dalam harga diri, yaitu:

1. *Power* (kekuasaan), yaitu kemampuan untuk memengaruhi dan mengontrol orang lain beserta dirinya sendiri. Pada situasi tertentu ini ditunjukkan dengan penghargaan dan penghormatan dari orang lain. Aspek ini dapat berupa pengaruh dan wibawa pada seorang individu. Ciri-ciri individu yang mempunyai aspek ini biasanya menunjukkan sikap asertif.
2. *Significant* (keberartian), yang merupakan keberartian individu dalam lingkungan. Individu akan merasa berarti jika ada penghargaan, penerimaan, perhatian, dan kasih sayang dari orang-orang terdekat seperti keluarga, sahabat, atau masyarakat. Dengan adanya lingkungan yang mendukung, menerima dan menghargai akan membuat individu semakin berarti yang akhirnya membentuk harga diri yang positif. Sebaiknya, jika lingkungan tidak atau jarang memberikan stimulus positif yang berupa penerimaan, penghargaan atau dukungan kepada seorang individu, maka ia akan merasa ditolak dan kemudian mengucilkan diri.
3. *Virtue* (kebijakan), yaitu ketaatan pada nilai moral, etika, dan aturan-aturan yang ada dalam masyarakat. Seseorang yang taat pada aturan-aturan dan ketentuan yang ada dalam masyarakat akan mempunyai perasaan berharga dan bangga pada diri sendiri. Hal ini disebabkan bahwa dengan menunjukkan perilaku yang diharapkan dan diinginkan oleh masyarakat, maka orang lain akan menghargai dan menghormati individu yang bersangkutan sebagai orang yang berkelakuan baik dan bisa dijadikan teladan. Hal ini akan mendorong terbentuknya harga diri yang positif, demikian juga sebaliknya. Aspek ini ditunjukkan dengan bagaimana individu melihat persoalan benar atau salah berdasarkan moral, norma dan etika yang berlaku dalam lingkungan interaksinya.
4. *Competence* (kemampuan), yaitu kemampuan untuk mencapai apa yang dicita-citakan atau diharapkan. Hal ini berhubungan dengan kemampuan yang

dimiliki individu, dengan adanya kemampuan yang cukup individu merasa yakin untuk mencapai apa yang dicita-citakan dan mampu mengatasi setiap masalah yang dihadapinya. Aspek ini didukung oleh pengalaman tentang kesuksesan yang pernah diraih seorang yang membuat individu yakin dan mampu menghadapi tiap masalah, sedangkan pengalaman masa lalu yang penuh dengan kegagalan akan membuat individu bermasalah dengan harga dirinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa harga diri itu terdiri dari beberapa aspek yaitu, adanya kekuatan, keberartian, kebijakan dan kemampuan.

McCain et al (2016) menunjukkan bahwa semakin sering orang-orang melakukan selfie dan mempublikasikan ke Instagram, maka semakin rentan terkena perilaku narsisme. Raskin & Terry (1988) mendefinisikan narsistik sebagai kekaguman pada diri sendiri yang ditandai dengan kecenderungan menilai dirinya secara berlebihan, suka menjadi pusat perhatian, kurang suka dikritik dengan dirinya, memiliki hubungan dengan individu lain yang mengutamakan dirinya sendiri, eksploratif dan kurang memiliki empati. Menurut Kristanto (2012) kecenderungan perilaku narsistik adalah derajat kecintaan dan pengaguman atas dirinya.

Berdasarkan pembahasan latar belakang di atas tampak bahwa harga diri menunjukkan hubungan yang positif antara harga diri terhadap kecenderungan perilaku narsistik pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara

Jakarta Raya. Berdasarkan fenomena dan hasil wawancara yang telah dipaparkan di atas terlihat bahwa harga diri dan kecenderungan perilaku narsistik Mahasiswa menjadi hal yang perlu untuk diteliti. Oleh karena itu peneliti memilih judul “*Peran Harga Diri dengan Kecenderungan Perilaku Narsistik pada Mahasiswa Pengguna Instagram*”.

METODE

Responden Penelitian. Sampel pada penelitian ini berjumlah 115 orang, dengan ketentuan sebagai berikut:

Subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa pengguna Instagram di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
2. Berusia 18-40 tahun
3. Pengguna Instagram

Teknik pengambilan sampel disebut juga teknik sampling, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah non probability sampling dengan jenis *Convinience Sampling*. Non probability dipilih sebagai teknik pengambilan sampel karena tidak memberikan peluang/kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk di pilih menjadi sampel (Sugiyono, 2016).

Desain Penelitian. Penelitian ini menggunakan tipe penelitian kuantitatif.

Menurut Sugiyono (2012) metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif regresi, yaitu melihat efek prediksi variabel dependen terhadap variabel independen.

Instrumen Penelitian. Penyusunan skala kecenderungan perilaku narsistik disusun berdasarkan aspek kecenderungan perilaku narsistik. Adapun aspek-aspek tersebut yaitu: Aspek terobsesi penampilan fisik, Aspek selalu ingin jadi pusat perhatian, Aspek senang difoto atau dilukis bahkan pada setiap kesempatan memfoto diri dengan kamera *handphone*, Aspek pandangan yang dibesarkan mengenai pentingnya diri sendiri, Aspek terfokus pada keberhasilan, kecerdasan dan kecantikan diri, Aspek kebutuhan ekstrim untuk dipuja dan dikagumi, Aspek iri pada orang lain, Aspek memanfaatkan orang lain.

Penyusunan skala harga diri disusun berdasarkan indikator dalam aspek-aspek harga diri yang dikemukakan oleh Coopersmith (1967). Adapun aspek-aspek harga diri yaitu: *Power* (kekuasaan), *Significant* (keberartian), *Virtue* (kebijakan), *Competence* (kemampuan). Penskalaan model likert dikenal memiliki 5 (lima) alternatif jawaban atas pernyataan yang ada yakni: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Namun pada penelitian ini, peneliti menggunakan 4 (empat) alternatif jawaban dan menghilangkan jawaban Netral (N).

Prosedur Penelitian. Prosedur penelitian, yaitu peneliti melakukan pre-eliminari terlebih dahulu terkait judgment secara teoritis untuk menemukan fenomena di lapangan, ketika dalam proses pembuatan proposal. Kemudian dalam pengambilan data peneliti melakukan uji coba skala baru kemudian pengambilan data untuk uji hipotesis dilakukan.

Analisis Data. Analisis data menggunakan uji regresi dengan menggunakan Software SPSS (Statistical Package Sosial Science).

HASIL

Uji Regresi Linear sederhana dilakukan untuk mengukur besarnya pengaruh variabel bebas atau independent variable terhadap variable terikat atau dependent variable, hal ini dimaksudkan untuk melihat seberapa besar sumbangannya variabel Harga Diri terhadap variable kecenderungan perilaku narsistik. Nilai *Unstandardized Coefficient* digunakan untuk melihat nilai konsistensi variabel kecenderungan perilaku narsistik. Angka Koefisien Regresi digunakan untuk melihat penambahan variabel terikat pada setiap 1% peningkatan variabel bebas. Dilihat pada nilai signifikansi $p < 0,05$. Besarnya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dilihat pada nilai R Square.

Tabel 1. Hasil Analisa Data

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana yang telah dilakukan peneliti, dilihat pada angka konstan dari *unstandarized coefficients* didapatkan hasil 13.982 artinya ketika harga diri baik-baik saja maka nilai kecenderungan perilaku narsistik sebesar 13.982. Dilihat pada angka koefisien regresi, nilainya sebesar 1.150 artinya setiap penambahan 1% harga diri maka kecenderungan perilaku narsistik Mahasiswa meningkat sebesar 115%. Karena nilai regresi bernilai plus maka dapat disimpulkan bahwa harga diri memiliki pengaruh positif terhadap kecenderungan perilaku narsistik. Untuk melihat apakah koefisien regresi signifikan atau tidak dilihat pada nilai signifikansi (Sig.) dengan $p \geq 0,05$, pada penelitian ini didapatkan hasil nilai $p \geq 0,05$ yaitu 0,021 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan.

Besarnya pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku narsistik dalam analisis regresi linear sederhana dapat dilihat pada nilai R Square pada bagian *Model Summary*. Output diatas diketahui nilai R Square sebesar 0,402 artinya pengaruh harga diri terhadap kecenderungan perilaku narsistik sebesar 40,2%, sisanya 59,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

SIMPULAN

Peneliti melakukan uji regresi linear sederhana untuk melihat seberapa besar sumbangan pengaruh dan arah hubungan

Variable	Unstandar dized	Koefis ien coefficient	Si g. regresi	R Squ are
Kecenderungan perilaku narsistik	13.982	1.150 21	.0 .402	
Harga diri				harga diri terhadap kecenderungan perilaku narsistik Mahasiswa pengguna Instagram, berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana jika dilihat pada angka konstan dari <i>unstandarized coefficients</i> didapatkan hasil 13,982 artinya ketika harga diri baik-baik saja maka nilai kecenderungan perilaku narsistik sebesar 13,982. Angka koefisien regresi nilainya sebesar 1,150 artinya setiap penambahan 1% harga diri maka kecenderungan perilaku narsistik pada Mahasiswa meningkat sebesar 115%. Karena nilai regresi bernilai plus maka dapat disimpulkan bahwa harga diri memiliki pengaruh positif terhadap kecenderungan perilaku narsistik. Guna melihat apakah koefisien regresi signifikan atau tidak, dilihat pada nilai signifikansi dengan $p < 0,05$ pada penelitian ini didapatkan hasil nilai $p < 0,05$ yaitu 0,021 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan.

Penelitian ini membagi ke dalam 3 kategorisasi berdasarkan rumus yang dikemukakan Azwar (2017), yaitu kategorisasi berdasarkan signifikansi perbedaan, hal itu dikarenakan pada penelitian ini memiliki data yang tidak berdistribusi normal, pada kecenderungan perilaku

narsistik dengan kategori tinggi sebanyak 30 responden dengan persentase 26,1%, sebanyak 27 responden dengan kategori sedang dengan persentase 11,7%, dan kategori rendah sebanyak 58 responden dengan persentase 50,4%. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki kecenderungan perilaku narsistik yang rendah sehingga membuatnya tidak terlalu tertarik untuk mengeksplos hal tentang dirinya di media sosial khususnya Instagram. Mereka juga tidak terlalu terobsesi terhadap fisiknya, menghindari menjadi pusat perhatian saat dikeramaian. Kemudian mereka juga mensyukuri segala hal yang mereka miliki tanpa merasa iri dengan apa yang dimiliki oleh orang lain, sehingga mereka dapat melakukan segala sesuatu secara mandiri tanpa memanfaatkan orang lain demi mendapat keuntungan untuk dirinya pribadi.

Harga diri dengan kategori tinggi sebanyak 30 responden dengan persentase 26,1%, sebanyak 16 responden dengan kategori sedang dengan persentase 13,9%, dan kategori rendah sebanyak 69 responden dengan persentase 60%. Hal ini menunjukkan bahwa responden kurang mampu menerima diri dengan apa adanya serta kurang percaya diri dengan apa yang ada pada dirinya mulai dari fisik, skill bahkan inteligensi. Mereka merasa kurang mampu, tidak berarti dan juga kurang dapat menunjukkan kemampuannya dimuka umum. Mereka kurang mendapatkan dukungan ataupun support berupa penerimaan, penghargaan, atau dukungan dari lingkungan maupun keluarganya sehingga

mereka merasa kurang berarti dan juga merasa ditolak dan akhirnya mereka menutup diri.

DISKUSI

Hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kecenderungan perilaku narsistik dengan harga diri pada Mahasiswa pengguna Instagram di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Berdasarkan analisis data yang dilakukan, hipotesis ini dinyatakan diterima dengan nilai koefisien korelasi positif menunjukkan hubungan lurus yaitu kenaikan suatu variable akan menyebabkan kenaikan variable lain. Artinya mendukung teori yang dikemukakan oleh Yonatan Wibowo bahwa harga diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecenderungan perilaku narsistik (Wibowo, 2018).

Penelitian ini juga memiliki kekurangan yang disebabkan oleh, sebagai berikut: 1) Pengumpulan data dalam penelitian ini melalui kuesioner yang disebarluaskan melalui *Google Form* dikarenakan seluruh Mahasiswa sedang melaksanakan kuliah daring atau *online* yang diakibatkan adanya pandemic Covid-19 sehingga peneliti tidak dapat menyebarkan kuesioner secara langsung kepada responden dan tak dapat mendampingi dan mengontrol secara penuh selama proses pengisian kuesioner sehingga terdapat responden yang tidak focus dalam memberikan jawaban, mengisi asal-asalan atau tidak sesuai dengan keadaan dirinya, 2)

Studi pendahuluan dilakukan dengan cara wawancara by *Google Meet* kepada Mahasiswa pengguna Instagram, sehingga hasilnya kurang memiliki gambaran sepenuhnya terhadap fenomena di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, 3) Kriteria yang diambil oleh peneliti dalam penelitian ini kurang mengerucut, bisa saja yang menjadi responden adalah pengguna Instagram namun bukan pengguna aktif. Karna tidak semua subjek yang merespon itu sering membuka dan mengupload di Instagram.

Hasil kategorisasi di atas menyatakan bahwa kecenderungan perilaku narsistik dan harga diri pada Mahasiswa pengguna Instagram berada dalam kategori rendah dikarenakan adanya beberapa faktor yaitu penghinaan terhadap diri karena mereka selalu membandingkan dirinya dengan orang lain sehingga mereka selalu merasa tidak puas terhadap dirinya, mereka cenderung menyendiri. Kurangnya dukungan dari keluarga dan teman sehingga mereka merasa kecewa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardani, T., (2011). *Psikologi abnormal*. Bandung; CV. Lubuk Agung.
- Azwar, S. (2016). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar. (2017). *Metode penelitian psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron & Byrne. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Burhan. (2020). *Penggunaan WhatsApp dan Instagram Melonjak 40% Selama Pandemi Corona*. Katadata.co.id. Retrieved from <https://katadata.co.id/febrinaiskana/digital/5e9a41f84eb85/penggunaan-whatsapp-dan-Instagram-melonjak-40-selama-pandemi-corona>
- Coopersmith. (1967). *The Antecedent of Self esteem*. San Francisco: W.H Freeman and Company.
- Etikan, Musa, & Alkassim. (2016). *Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling Comparison of Convenience Sampling and Purposive Sampling*. American Journal of Theoretical and Applied Statistics. 5. 1–5.
- Hertanto, E (2017). *Perbedaan skala likert lima skala dengan modifikasi skala likert empat skala*. In *Metodologi Penelitian*, 2. 2-3.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Gramedia.

- Hurlock, E. (1996). *Psikologi perkembangan*. Alih bahasa: dr. Med. Metasari T. & Dra. Muslichah Z. Jakarta: Erlangga
- Jazilah, N. (2017). *Hubungan kesepian dengan ciri-ciri narsistik pada pelaku selfie di media sosial*. Naskah Publikasi, 1–13.
- Jeko, L., (21 Maret 2017). *Sering dapat 'Likes' di Instagram? Ini Dampak Psikologisnya*. Retrieved from <https://m.liputan6.com/teknologi/read/2903952/sering-dapat-likes-di-instagram-ini-dampak-psikologisnya>
- Kristanto, S. (2012). *Tingkat Kecenderungan Narsistik Pengguna Facebook*. *Journal of Social and Industrial Psychology*. 1(1).
- McCain, J. L., Zachary G. B., Ariel H. R., Kristina M. C., Paul W., & Keith C. (2016). *Personality and selfies: Narcissism and the Dark Triad*. *Computers in Human and Behavior*. 64. 126-133.
- Moon, J. H., Eunji L., Jung L., Tae R. C., & Yongjun S. (2016). *The role of narcissism in self-promotion on Instagram*. *Personality and Individual Differences*. 101, 22-25.
- Mo. (2014). *Examining the mediating roles of microblog use in the relationship between narcissism, social anxiety, and social capital*. *International Journal of Cyber Behavior Psychology and Learning*. 4(2), 58-75.
- Myers. G. D., (2012). *Psikologi Sosial* (10). Jakarta: Salemba Humanika
- Najib, M. A., Sugiarto, A., & Erawati, E. (2018). *Swafoto Narsistik dan Harga Diri Remaja*. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(2), 103.
- Panek, E.T., Nardis., Y, & Konrath, S. (2013). *Mirror or megaphone? How relationships between narcissism and social networking site use differ on facebook and twitter*. *Computers in Human Behavior*. 29.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi* (1st ed.). Pustaka Pelajar.
- Periantalo, J. (2017). *Penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Periantalo. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Priyatno. (2012). *Cara Kilat Belajar Analisis*

- Data Dengan SPSS 20.
- Raskin, R., & Terry, H. (1988). *A principal-component analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity*. Journal of Personality and Social Psychology, 54(5), 890-902.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton: Princeton University Press.
- Sakti. (2015). *Hubungan antara Kecendrungan Narsistik dengan Adiksi Jejaring Sosial pada Mahasiswa Pengguna Path*. Universitas Negeri Makasar. Makasar: Universitas Negeri Makasar.
- Santrock J W. (2013). *Adolescence (perkembangan remaja)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W & Meinarno, E. A. (2018). *Psikologi Sosial Edisi 2 (2nd ed)*. Jakarta Selatan: Salemba Humanika.
- Siyoto & Ali. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Memahami penelitian kualitatif*. Bandung: ALFABETA.
- Suryanto. (13 Oktober 2017). *Mahasiswa AS kecanduan internet*. Retrieved from <http://www.antaranews.com/berita/184267/Mahasiswa-as-kecanduan-internet>
- Wibowo, Y. (2018). *Hubungan Self-Esteem Dan Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Perilaku Narsisme Di Kalangan Siswa Kelas Viii Smpk Penabur Bintaro Jaya*. Jakarta: Universitas Persada Indonesia Y.A.I.
- Widhiarso. (2011). *Mengaplikasikan Uji-t untuk Membandingkan Gain Score antar Kelompok dalam Eksperimen*. Yogyakarta: FP UGM.
- Winarso, B. (17 September 2015). *Apa itu Instagram, Fitur dan cara Menggunakannya*. Retrieved from <https://dailysocial.id/post/apa-itu-Instagram>

Bagaimana IBSA Mempengaruhi Subjeknya: Studi Fenomenologi

How IBSA Affected Victims: A Phenomenological Study

MASAYU NANDHIA DWIPUTRI¹, DEWI SURYANINGTYAS²

Fakultas Magister Profesi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

Email: ¹nandhiadwiputri93@gmail.com

Abstrak: *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* merupakan kegiatan menyebarkan konten seksual baik dalam bentuk foto maupun video tanpa seizin orang yang muncul di dalamnya. Seorang individu tidak hanya menafsirkan peristiwa *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* yang dialaminya sebagai peristiwa eksternal namun juga menafsirkan pengalaman mereka sendiri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perasaan dan pengalaman subjek pasca mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*. Subjek dalam penelitian ini merupakan 10 orang subjek berjenis kelamin perempuan pasca mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* oleh orang yang dikenal. Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini adalah in-depth interview, sebagai pendukung peneliti juga menggunakan metode observasi serta analisis dokumen. Peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para subjek yang mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* oleh mantan pacar maupun orang terdekat yang dikenal mengalami trauma dalam berhubungan sosial, mereka juga merasa tidak percaya kepada siapapun yang di sekitar mereka. Para subjek melakukan perilaku menarik diri dari lingkungan pertemanan dan media sosial setelah mengetahui bahwa foto atau video mereka tersebar di internet karena malu. Selanjutnya subjek merasa tidak percaya diri saat di dunia luar karena cemas jika ada orang yang mengetahui bahwa foto dan video mereka pernah tersebar di internet.

Kata Kunci: *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*, Psikologi Siber.

Abstract: *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* is an activity to spread sexual content both in the form of photos and videos without the permission of the people who appear in it. An individual not only interprets the *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* event they experience as an external event but also their own experience. The purpose of this study was to find out how the victim's feelings and experiences after experiencing *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*. The subjects in this study were 10 female victims by a known person. The technique used in collecting data in this study was an in-depth interview and also used the method of observation and document analysis. Researchers used qualitative methods with a phenomenological approach. The results showed that the victims who experienced *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* by people they knew had trauma in social relationships, and felt distrustful. Victims have withdrawn from their circle of friends and social media after finding out that their photos or videos were spread on the internet out of shame. Furthermore, victims feel insecure when in the outside world because they are worried that someone will find out that their photos and videos have been spread on the internet.

Keywords: *Image Based Sexual Abuse (IBSA), Cyberpsychology.*

PENDAHULUAN

Image-Based Sexual Abuse (IBSA) merupakan kegiatan menyebarkan konten seksual baik dalam bentuk foto maupun video tanpa seizin orang yang muncul di dalam foto dan video tersebut. Umumnya saat salah satu dari mereka memutuskan hubungan dan merasa tersakiti kemudian timbulah keinginan untuk mempublikasikan dengan tujuan menjatuhkan salah satu pasangan maupun rasa ingin memiliki yang masih tinggi (Eaton & McGlynn, 2020). Sebanyak 82% mengalami disfungsi pada kehidupan sosialnya dan 39% mengaku kehidupan profesionalnya hancur. Subjek *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* kebanyakan tidak berani untuk melaporkan dengan alasan pelaku adalah orang yang dikenal, malu ataupun takut dipercaya.

Bagi subjek yang mengalaminya, akan berdampak dalam sisi psikologis maupun sosialnya. Perasaan intens atas reaksi terhadap suatu pengalaman yang membekas akan berdampak pada bagaimana pandangan subjek terhadap diri sendiri dan bagaimana subjek berada di lingkungan sekitarnya. Seorang individu tidak hanya menafsirkan peristiwa *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* yang dialaminya sebagai peristiwa eksternal namun juga menafsirkan pengalaman mereka sendiri. Begitu emosi muncul, individu mungkin memiliki keyakinan terhadap durasi, kebutuhan untuk mengontrol, pemahaman emosi, rasa malu atau bersalah atas emosi, toleransi perasaan, tuntutan rasionalitas dengan

mengorbankan pengalaman emosional, penerimaan emosi, fokus pada perenungan, menyalahkan orang lain atas emosi mereka, ekspresi emosi serta persepsi bahwa orang lain memvalidasi mereka.

Keyakinan tentang pengalaman emosional seseorang diharapkan dapat menimbulkan strategi pada permasalahan dalam mengatasi emosi yang dialami subjek. Umumnya saat salah satu dari mereka memutuskan hubungan dan merasa tersakiti kemudian muncul keinginan untuk mempublikasikan dengan tujuan menjatuhkan salah satu pasangan maupun rasa ingin memiliki yang masih tinggi (Eaton & McGlynn, 2020). Sebagian besar laporan meningkat berasal dari subjek yang mengalami pelecehan berbasis gambar oleh pasangan intimnya yang kasar dan mengontrol. Subjek perempuan dilaporkan mengalami kerugian dan ketakutan yang lebih besar terhadap keselamatan mereka sendiri dan juga mengalami berbagai bentuk perundungan.

Sebanyak 82% mengalami disfungsi pada kehidupan sosialnya dan 39% mengaku kehidupan profesionalnya hancur. Subjek *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* kebanyakan tidak berani untuk melaporkan dengan alasan pelaku adalah orang yang dikenal, malu ataupun takut tidak dipercaya. Sebagian besar penelitian melaporkan tingginya subjek *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* dialami oleh wanita daripada laki-laki (Ruvalcaba & Eaton, 2019) dan

pada usia dewasa awal yaitu 18-29 tahun (Powell & Henry, 2019). Penelitian tersebut menemukan bahwa subjek *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* hampir dua kali lebih mungkin untuk dilaporkan daripada laporan subjek yang mengalami tekanan psikologis tingkat tinggi. Dampak ini paling tinggi bagi subjek yang pernah mengalami ancaman untuk menyebarkan gambar, 80% di antaranya melaporkan tingkat tekanan psikologis yang tinggi, konsisten dengan diagnosis sedang hingga berat depresi atau gangguan kecemasan. 75% mengalami depresi sedang hingga berat dan kecemasan pada subjek yang fotonya disebarluaskan dan 67% di antaranya yang fotonya diambil tanpa persetujuan. Fenomena yang muncul dari seluruh subjek yaitu mengalami trauma dan merasa tertekan atas kejadian tersebut. Pada wawancara terhadap 75 orang subjek, dilaporkan terdapat kehancuran pada aspek sosial, keteguhan permanen yang mempengaruhi seluruhnya, ancaman yang selalu ada, isolasi diri, dan terbatasnya kebebasan. Ancaman menyebar gambar tanpa persetujuan Sebagian diidentifikasi dapat melumpuhkan dan berpotensi mengancam nyawa (McGlynn, 2020). 64 orang wanita yang mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*, melukai dirinya sendiri untuk meringankan perasaan yang buruk atau pikiran yang berhubungan dengan setelah mereka menjadi subjek (Short et.al, 2016).

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui dampak apa saja yang dirasakan dan perubahan perilaku apa saja pada subjek pasca *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*. Diharapkan peneliti dapat

berkontribusi dalam mengembangkan wawasan bagi masyarakat pada pengetahuan tentang buruknya dampak kejahatan perilaku *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* terhadap subjek secara jangka panjang dan dapat dijadikan bahan untuk tindakan lebih lanjut demi kesehatan mental bagi para subjek.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-fenomenologi. Fokus penelitian ini adalah penggalian informasi mengenai pengalaman dan dampak dari kejadian serta perubahan perilaku apa saja pada subjek subjek setelah mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* oleh orang yang dikenal. Subjek penelitian ini berjumlah 10 orang dengan rentang usia 16-23 tahun. Penggalian data kepada 10 subjek penelitian yaitu MZ, DN, TA, RN, IR, LA, AP, KF, AD dan EN. Subjek penelitian dipilih secara purposif dengan strategi *typical sampling*. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah subjek pasca mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* dengan media foto atau video yang tersebar di sosial media dan berjenis kelamin perempuan. Teknik yang digunakan dalam mengumpulkan data pada penelitian ini adalah *in-depth interview*, sebagai pendukung peneliti juga menggunakan metode observasi serta analisis dokumen. Lama waktu penelitian adalah 3 bulan. Untuk analisis data, prosedur yang dilakukan yaitu: 1) membuat dan mengatur data yang sudah dikumpulkan; 2) membaca dengan teliti data yang sudah diatur; 3) menyusun

deskripsi pengalaman peneliti di lapangan; 4) horisonalisasi; 5) unit-unit makna; 6) susun deskripsi tekstural disertai pernyataan orisinil dari subjek; 7) deskripsi struktural; 8) makna atau esensi pengalaman subjek.

HASIL

Dari hasil analisis data menggunakan metode fenomenologi pada 10 orang subjek yaitu MZ (21 tahun), DN (22 tahun), TA (16 tahun), RN (19 tahun), IR (19 tahun), LA (20 tahun), AP (22 tahun), KF (18 tahun), AD (23 tahun) dan EN (23 tahun) ditemukan beberapa kesamaan dampak yang dirasakan dan perubahan perilaku yang terindikasi pada subjek yang mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* oleh mantan pacar dan orang terdekatnya. Subjek DN, TA, RN dan IR memiliki foto dan video pribadi yang menunjukkan sebagian dari bagian tubuh para subjek yang terbuka, foto dan video ini juga dimiliki oleh mantan kekasih mereka. Saat memutuskan hubungan, mantan kekasih mereka menyebarkan foto dan video tersebut ke teman-teman sekitar dan juga media sosial yang mereka miliki. Lain halnya dengan subjek MZ, LA, AP, KF yang foto dan video tersebut diambil oleh kekasih dan mantan kekasih mereka dengan secara paksa, saat memutuskan hubungan akhirnya terjadi penyebaran dengan alasan balas dendam. Kemudian pada subjek AD dan EN menyebarnya foto dan video pribadi mereka dikarenakan teman mereka sendiri yang menyebarkan dari HP milik subjek.

Kejadian yang dialami para subjek sangat

berdampak pada kehidupan mereka setelahnya. Subjek TA yang dikeluarkan dari sekolah karena tersebar dengan membawa nama sekolah subjek pada videonya. Lalu pada subjek KF yang juga di skors selama 3 bulan oleh sekolah bersama pacarnya. Subjek DN, IR dan AP yang tersebar di teman-teman kuliah akhirnya membuat mereka pindah kuliah. Beberapa pasca kejadian dari para subjek, setelah didalami lebih lanjut oleh peneliti, didapatkan beberapa kesamaan dampak dan perubahan perilaku pada mereka, antara lain:

Mengalami Trauma

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 subjek, seluruhnya mengalami rasa trauma setelah foto dan video mereka tersebar yang akhirnya diketahui oleh keluarga dan teman-teman. Seluruh subjek mengalami kejadian ini setelah putus dari kekasihnya. 6 dari 10 subjek yaitu DN, TA, RN, IR, MZ dan LA merasa *shock* dan tidak menyangka karena yang menyebarkan merupakan mantan kekasihnya sendiri. Mereka terkejut karena foto dan video yang mereka miliki bertujuan sebagai konsumsi pribadi dan tidak memikirkan dampak jangka panjang. Saat mereka mengakhiri hubungan, para subjek mengira bahwa foto atau video tersebut sudah terhapus. Namun ternyata tiba-tiba tersebar yang sangat tidak disangka, para subjek merasa terkejut dan cenderung bingung untuk bereaksi seperti apa.

Saat awal kejadian tersebut seluruh subjek merasa takut tetapi tidak berani melaporkan dan bercerita kepada siapapun, menangis setiap hari, bahkan 3 dari 10 subjek

yaitu TA, RN dan IR sering berpikiran untuk bunuh diri, namun 2 dari 10 subjek sudah pernah melakukan percobaan bunuh diri. Hal ini dikarenakan seluruh subjek merasa bunuh diri adalah jalan terbaik karena mereka berpikiran bahwa hidup mereka dan citra diri mereka sudah sangat hancur dan tidak bisa diperbaiki lagi. Selain itu mereka juga merasa tidak sanggup untuk melanjutkan hidup karena tersebarnya foto atau video merupakan aib seumur hidup. 5 dari 10 subjek sudah pernah mencoba untuk melaporkan kepada pihak yang berwajib akan tetapi tidak mendapatkan *feedback* yang baik dikarenakan subjek tidak memiliki cukup bukti yang kuat dan kesulitan dalam memberikan saksi.

Krisis Kepercayaan Terhadap Orang Lain

Seluruh subjek merasa tidak lagi bisa percaya terhadap orang lain dalam hal apapun. Seluruh subjek sama-sama merasa dikhianati oleh orang yang pernah dekat dengan mereka selama beberapa tahun. Para subjek merasa bahwa mereka sudah memberikan kepercayaan besar kepada mantan kekasihnya saat memberikan foto atau video tersebut namun ternyata disalahgunakan dan disebar luaskan. Hal ini berdampak pada rasa percaya dari seluruh subjek kepada semua orang yang ada di sekitar subjek. 8 subjek yaitu DN, EN, LA, AP, KF, TA, RN dan MZ mengaku bahwa tidak akan berpacaran lagi setelah ini bahkan tidak ingin menikah setelah kejadian tersebut karena tidak ingin mempercayakan hal apapun kepada orang lain lagi. Mereka takut bahwa akan terjadi hal-hal buruk lagi jika mempercayakan sesuatu kepada orang lain. Seluruh subjek juga menjadi

tidak ingin mempercayakan hal apapun kepada orang-orang di sekitarnya. Terutama subjek AD dan EN yang disebarluaskan oleh teman dekatnya sendiri. Hal tersebut membuat mereka menjadi krisis kepercayaan terhadap orang-orang di sekitarnya.

Menarik Diri dari Lingkungan

Seluruh subjek memiliki kesamaan saat setelah mengalami kejadian *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* yaitu langsung menarik diri dari lingkungannya. Mereka tidak ingin bertemu dengan orang-orang karena merasa malu dan takut jika dikucilkan. Mereka juga takut diperbincangkan dan dihina karena tersebarnya foto atau video mereka. 7 dari 10 subjek yaitu MZ, DN, IR, AP, AD, EN dan RN yang merupakan mahasiswa perguruan tinggi sempat tidak mengikuti perkuliahan selama 3 hingga 6 bulan bahkan IR terpaksa pindah kuliah, lalu DN dan AP dikeluarkan dari kampus secara tidak terhormat yang akhirnya membuat mereka berhenti kuliah. 2 dari 10 subjek yang merupakan siswi SMA yaitu TA dan KF mengaku saat foto atau video tersebut mereka dikeluarkan dan di skors oleh sekolah dan hampir tidak ingin melanjutkan studinya di sekolah lain. Namun akhirnya mereka melanjutkan studi di sekolah lain di luar kota sehingga tidak ada yang mengenali mereka. Setelah pindah sekolah subjek mengaku tidak ingin berteman dengan siapapun dan tidak ingin kenal dengan siapapun karena malu dan merasa cemas jika suatu hari ada yang mengetahui kejadian yang pernah menimpak mereka.

Kehilangan Kepercayaan Diri

Kesamaan berikutnya setelah kejadian tersebut seluruh subjek merasa tidak percaya diri lagi dan merasa kehidupannya sudah tidak seperti sebelumnya yang normal. Para subjek sudah tidak ingin melakukan kegiatannya sehari-hari karena selalu terbayang terhadap kejadian tersebut dan berpikir bahwa semua orang mengetahui dan tidak menghargai segala yang dilakukan oleh para subjek. Seluruh subjek merasa tidak mampu menghadapi lingkungannya saat ini karena hilangnya kepercayaan diri di dalam diri mereka. Saat mendapat masalah-masalah kecil mereka menjadi mudah frustasi dan menyerah yang kemudian selalu menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan masalah. Seluruh subjek juga sama-sama sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas di dalam aktivitasnya sehari-hari dan kurang termotivasi untuk melakukan suatu hal yang baru. Seluruh subjek juga sudah tidak memakai media sosial mereka lagi karena tidak percaya diri untuk memposting foto diri atau menunjukkan kegiatan sehari-hari mereka di media sosial.

SIMPULAN

Pasca mengalami kejadian *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*, seluruh subjek memiliki indikator dampak dan perubahan perilaku yang sama yaitu mengalami trauma, krisis kepercayaan terhadap orang lain, menarik diri dari lingkungan dan kehilangan kepercayaan diri. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya adalah diharapkan

peneliti lain lebih memperhatikan indikator yang timbul dari penelitian ini dan meneliti lebih dalam mengenai kesehatan mental yang dialami oleh para subjek pasca mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*.

DISKUSI

Dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti mendapatkan fenomena yang muncul terkait dengan perasaan dan pengalaman subjek pasca mengalami *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)*. Terdapat 4 hal kesamaan yang muncul saat menjadi subjek yaitu mengalami trauma, krisis kepercayaan terhadap orang lain, menarik diri dari lingkungan dan kehilangan kepercayaan diri. Berdasarkan hasil yang didapat dari lapangan, seluruh subjek mengalami kejadian *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* dilakukan oleh mantan kekasihnya yang merasa kesal terhadap subjek dengan alasan yang beragam. Subjek mendapat kejadian tersebut dikarenakan setelah putus dengan mantan kekasihnya mereka, kemudian merasa sakit hati tanpa alasan yang tidak subjek pahami. Setelah itu subjek lain mengalami kejadian tersebut dikarenakan konten foto dan video yang dimiliki tidak sengaja dikirim ke teman dari mantan kekasih subjek yang akhirnya tersebar kemana-mana. Dengan kejadian tersebut para subjek mengalami trauma atas kejadian tersebut karena foto atau video yang tersebar menunjukkan para subjek dalam kondisi tidak berbusana.

Indikasi selanjutnya yang muncul adalah para subjek subjek *Image-Based Sexual Abuse*

(IBSA) ini mengalami krisis kepercayaan terhadap orang lain. Mereka awalnya sangat percaya terhadap mantan kekasih dan teman terdekatnya namun foto atau video yang tersebar tersebut dilakukan oleh orang yang mereka percaya. Subjek menggambarkan bahwa hal tersebut membuat mereka menjadi sangat waspada saat berinteraksi secara langsung maupun secara tidak langsung (online), terlalu banyak menganalisis interaksi sosial, memeriksa internet dan media sosial mereka secara terus menerus. *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* bisa membuat trauma pada subjek secara emosional, sosial, ekonomi maupun fisik (Backe et.al, 2018).

Seluruh subjek juga memiliki perilaku yang sama yaitu menarik diri dari lingkungan. Hal ini dikarenakan subjek merasa semua orang yang di sekitarnya mengetahui kejadian yang dialami oleh subjek dan berpikir bahwa mereka akan mengucilkan subjek selamanya. Sebanyak 40% partisipan melaporkan bahwa mereka menjaga jarak dan menarik diri bahkan memutus hubungan dengan orang lain setelah mereka menjadi subjek. Mereka juga terindikasi membahayakan hubungan intim pasangan mereka sebanyak 38%, hal ini dikarenakan bahwa mereka merasa khawatir secara terus menerus bahwa ancaman pelecehan akan kembali muncul dan gambar yang dulunya sudah tersebar, di masa yang akan datang akan kembali tersebar dan muncul di dunia maya sehingga orang-orang baru dapat melihat gambar intim tersebut. Mereka merasa orang lain tidak mengetahui aspek yang mereka hadapi dan terima setiap harinya (McGlynn, 2020). Subjek menggambarkan bahwa hal tersebut membuat

mereka menjadi sangat waspada saat berinteraksi secara langsung maupun secara tidak langsung (online), terlalu banyak menganalisis interaksi sosial, memeriksa internet dan media sosial mereka secara terus menerus.

Kehilangan kepercayaan diri juga dirasakan oleh seluruh subjek pasca mengalami kejadian reveng porn ini. Beberapa kesulitan yang dihadapi oleh subjek yaitu menjadi mudah frustasi dan menyerah saat memiliki masalah sekecil apapun. Seluruh subjek juga sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas di dalam aktivitasnya sehari-hari dan kurang termotivasi untuk melakukan suatu hal yang baru. Koss (2006) menemukan bahwa subjek kekerasan seksual tidak akan melaporkan kepada pihak berwajib jika mereka mengenal pelaku karena malu, takut dan merasa tidak akan dipercaya oleh orang lain, beberapa subjek juga mengalami rasa malu dan kehilangan harga diri. Hasil penelitian Weiss (2010) menjelaskan bahwa rasa malu di dalam kasus kekerasan seksual juga masih sangat menguasai subjek, dalam penelitian ini juga menemukan bahwa subjek percaya bahwa itu adalah kesalahan mereka sendiri dan mereka mengalami kekerasan tersebut, yang akan sangat memalukan jika dilaporkan ke pihak berwajib, mereka juga cenderung takut jika kehidupan pribadi maupun pengalaman seksual di masa lalunya akan terpublikasi. Subjek *Image-Based Sexual Abuse (IBSA)* melaporkan bahwa mereka kehilangan kendali atas tubuhnya sendiri dan kontrol terhadap keputusan dan pengalaman terhadap perasaan stress, cemas dan distress (Bates, 2017).

DAFTAR PUSTAKA

- Backe, Emma L. (2018). *A Crisis of Care: The Politics and Therapeutics of a Rape Crisis Hotline*. *Medical Anthropology Quarterly* Volume 32 Issue 4 p. 463-480. <https://doi.org/10.1111/maq.12463>
- Bates, S. (2017). *Revenge Porn and Mental Health: A Qualitative Analysis of The Mental Health Effects of Revenge Porn on Female Survivors*. *Feminist Criminology Journal*, 12(1), 22-42.
- Eaton, A. A., Jacobs, H., & Ruvalcaba, Y. (2017). *Nationwide Online Study of Nonconsensual Porn Victimization and Perpetration: A Summary Report*. Cyber Civil Rights Initiative.
- Eaton, Asia E. and McGlynn, Clare (2020) *The Psychology of Nonconsensual Porn: Understanding and Addressing a Growing Form of Sexual Violence*'. Policy Insights From The Behavioral and Brain Sciences.
- Koss, M. P. (2006). *Restoring Rape Survivors: Justice, Advocacy, and a Call To Action*. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1087, 206-234.
- McGlynn, C., et al. (2019). *Shattering Lives and Myths: A report on Image-Based Sexual Abuse*. Project Report. Durham University.
- Powell, A., & Henry, N. (2017). *Beyond 'Revenge Pornography'*. Sexual Violence in a Digital Age. London: Palgrave Macmillan.
- Short, M. B., Wetterneck, C. T., Bistricky, S. L., Shutter, T. and Chase, T. E. (2016). *Clinicians' Beliefs, Observations, and Treatment Effectiveness Regarding Clients' Sexual Addiction and Internet Pornography Use*. *Community Mental Health Journal*, 52(8), 1070-1081. <https://doi.org/10.1007/s10597-016-0034-2>
- Weiss, K. G. (2010). Too Ashamed to Report: Deconstructing the Shame of Sexual Victimization. *Feminist Criminology*, 5(3), 286-310.
doi:10.1177/1557085110376343

Lorum ipsum



Kampus
Merdeka
INDONESIA JAYA



Lorum ipsum

Sekretariat Prosiding Temu Ilmiah Nasional
Gedung Fakultas Psikologi Universitas Pancasila Jl.Serengseng Sawah,
Jagakarsa Jakarta Selatan 12640

Email: tinpsiup@univpancasila.ac.id
Website: <http://psikologi.univpancasila.ac.id/ppm>

ISSN 2807-8128

9 772807 812001

