

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini, dengan perkembangan teknologi dan juga informasi yang begitu pesat, masyarakat dapat menjalani kehidupan dengan lebih mudah. Kemajuan teknologi dan informasi ini menjadi sesuatu yang tidak asing sebagai dampak setiap individu berinteraksi. Perubahan interaksi dari hasil revolusi tentu mempengaruhi bagaimana individu tersebut berinteraksi. Salah satu cara cepat dan mudah untuk mencari berbagai informasi adalah melalui internet. Setiap tahunnya, jumlah pengguna internet di Indonesia semakin meningkat. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) yang menyebutkan terdapat 210 juta pengguna internet di Indonesia secara keseluruhan mengafirmasi hal tersebut. Berdasarkan hasil pendapat terbaru, populasi internet di Indonesia telah meningkat sebesar 78,19% dan pada tahun 2022, sekitar 215 juta dari 270 juta penduduk negara ini akan online. APJII (2022) melaporkan bahwa individu dengan gelar sarjana pendidikan dan berusia antara 18 hingga 34 tahun merupakan pengguna internet yang paling sering. Hal ini disebabkan karena semua kemudahan yang ditawarkan internet benar-benar bermanfaat bagi mahasiswa, sehingga memudahkan mereka dalam mencari informasi, referensi, tugas, e-book, jurnal penelitian, dan sumber lainnya.

Internet menjadi salah satu sumber informasi alternatif selain buku yang dapat memudahkan pencarian informasi. Dengan beragamnya sumber daya yang tersedia di internet, dapat menjadi komponen krusial dalam kegiatan

pembelajaran. Banyak data dengan akses yang cepat dan tidak terenkripsi dapat diakses melalui Internet. Bahkan dalam proses pendidikan dosen dan mahasiswa, internet dapat digunakan untuk melakukan akses e-learning, misalnya *Google Classroom*, *Zoom*, dan aplikasi belajar tanpa melakukan pertemuan dalam kelas. Penggunaan Internet ini akan menjadi suatu jembatan untuk peningkatan kemajuan pendidikan yang tertuju pada pengaksesan ke dalam berbagai media yang membantu dalam proses pembelajaran.

Di sisi lain, jenis timbal balik yang dikenal sebagai kecanduan online dapat terjadi sebagai akibat dari sejumlah masalah yang disebabkan oleh penggunaan internet yang berlebihan. Salah satu dampak negatif dari kecanduan internet ini disebut sebagai perilaku *cyberloafing*, Rahmawati Nur (2018). Menurut Rashimah (2011) *Cyberloafing* pada tahap awalnya didefinisikan sebagai pekerja lepas yang menggunakan akses internet yang disediakan Perusahaan selama jam kerja tanpa hubungan ke pekerjaannya masing-masing. Kemudian hal ini tidak hanya pada dunia usaha saja, *cyberloafing* juga terjadi pada pendidikan khususnya dalam situasi dimana sejumlah besar mahasiswa menggunakan internet untuk tujuan non-akademik saat belajar di kelas, Taneja,dkk (2015). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *cyberloafing* adalah suatu kegiatan yang menggunakan alat – alat elektronik selama proses perkuliahan yang tidak berhubungan langsung dengan aktivitas yang dilakukannya.

Perilaku ini merupakan bentuk perilaku mahasiswa dalam menggunakan internet selama perkuliahan untuk kepentingan pribadinya.

Ada banyak faktor yang menimbulkan perilaku *cyberloafing* dalam proses perkuliahan pada mahasiswa dalam belajar. Orang yang mengalami stres lebih besar kemungkinannya menjadi kecanduan. Stres akademik yang signifikan dapat menyebabkan siswa menjadi lebih fokus pada ponsel cerdasnya, yang pada akhirnya menyebabkan kecemasan. Karuniawan&Cahyanti (2019), mengemukakan bahwa stres akademik mempunyai dampak positif dan signifikan terhadap pengguna internet. Ketika stres akademis meningkat, jumlah waktu yang dihabiskan mahasiswa di depan ponsel juga meningkat. Sebaliknya, ketika stres akademik meningkat, penggunaan *handphone* oleh mahasiswa menurun. Lebih lanjut Dinarti & Yohana (2022) menyatakan bahwa *cyberloafing* pada mahasiswa berpengaruh positif dan signifikan yang dapat mempengaruhi hasil dari pembelajaran dan merusak perkembangan yang tidak sejalan dengan gaya hidup mahasiswa. Namun, siswa akan mendapatkan hasil belajar yang baik jika mereka menahan diri untuk tidak melakukan *cyberloafing* selama masa studinya.

Selain stres akademik, kontrol diri sebagai salah satu aspek yang berkontribusi terhadap terjadinya *cyberloafing* di kalangan pelajar adalah keinginan untuk mendapatkan akses internet tanpa dibatasi. Kontrol diri adalah reaksi emosional individu untuk menyikapi dalam perilaku tertentu. Kontrol diri membicarakan cara mahasiswa mengontrol perasaan dan stimulan pada dirinya Rianti & Rahardjo (2014). Menurut Tangney (2004), *Self Control* merupakan

kemampuan diri dalam mengelola pikiran, menahan emosi dan dorongan serta mengubah kebiasaan buruk. Kontrol diri penting bagi peserta didik karena memungkinkannya untuk menghambat perilaku antisosial sehingga ia tetap peduli walaupun terjadi perbedaan pendapat dalam suatu kesepakatan.

Ardilasari (2017) pada hubungan antara pengendalian diri dan *cyberloafing* pada Pegawai Negeri Sipil, yang mengklasifikasikan *cyberloafing* menjadi dua jenis berdasarkan intensitas yaitu *cyberloafing* ringan, yang mengacu pada *cyberloafing* individu dalam berbagai bentuk yang tidak terkait dengan pekerjaan. Contohnya, mengirim dan menerima email pribadi, mengakses situs web akses terbuka, dan memperbarui pembaruan status media sosial (seperti Facebook, *Instagram*), dan berbelanja online. Sedangkan yang kedua adalah *Serious Cyberloafing*, mengacu pada mereka yang terlibat dalam berbagai bentuk yang lebih berbahaya karena melanggar standar norma. Misalnya, perjudian online, mengidentifikasi situs web pribadi, dan membuat situs web yang mengandung pornografi. *Cyberloafing* seperti ini biasa dilakukan siswa pada saat proses pembelajaran, ketika mahasiswa kesulitan memahami materi pelajaran atau ketika ada presentasi dari dosen, biasanya mahasiswa tersebut menggunakan handphone untuk melakukan kegiatan *cyberloafing* ini.

Untuk memperkuat hasil observasi awal dan melihat kebenaran terkait pengaruh perilaku *cyberloafing* mahasiswa, penulis melakukan riset pendahuluan terhadap 30 mahasiswa program studi Pendidikan Ekonomi Stambuk 2020 Universitas Negeri Medan melalui angket yang didasarkan pada indikator dari

perilaku *cyberloafing*. Agar lebih dapat dipahami dapat dilihat penjelasan tabel 1.1 berikut:

Tabel 1.1
Observasi Perilaku *Cyberloafing*

No	Pertanyaan perilaku <i>Cyberloafing</i>	Ya	%	Tidak	%
1	Saya membalas cepat whatsapp pribadi yang masuk di saat jam perkuliahan	18	60%	12	40%
2	Pada jam Pelajaran, saya menggunakan story di whatsapp atau media sosial lainnya untuk memberitahu teman-teman saya tentang berita terkini	20	67%	10	33%
3	Selama jam perkuliahan, saya menikmati menggunakan <i>Youtube</i> atau situs media sosial lainnya untuk mendengarkan music.	23	77%	7	23%
4	Saat jam perkuliahan, saya jadi penasaran dan ingin segera mengecek akun media sosial saya untuk melihat pesan apa saja yang masuk.	16	54%	14	46%
Total		77	64,5%	43	35,5%

Sumber: Informasi tabel pra-survey dan data diolah penulis

Berdasarkan tabel informasi tersebut memperlihatkan sebesar 64,5% pada saat jam perkuliahan mahasiswa masih membalas cepat whatsapp pribadi yang masuk. Lalu ketika kembali diteliti, 67% dari mahasiswa membagikan berita *terupdate* kepada teman melalui *story* di media sosial pada saat jam perkuliahan. Selain daripada itu, 77% dari mereka suka mendengarkan musik melalui *youtube*

atau *platform* media sosial lainnya pada saat jam perkuliahan sebagai peralihan dari bentuk tindakan kejenuhan atas proses belajar mereka dalam perkuliahan. Dan pada pernyataan keempat, dengan persentase sebesar 54% mahasiswa akan langsung membaca pesan masuk melalui akun media sosial mereka pada saat jam perkuliahan berlangsung. Karena kecenderungan mereka untuk tidak bertanggungjawab, mahasiswa seringkali terlibat dalam perilaku *cyberloafing*, membuka situs web yang menurut mereka lebih menarik. Hal ini sejalan dengan hasil dari observasi awal melalui pengamatan yang dilakukan dari mahasiswa Pendidikan Ekonomi Angkatan 2020 yaitu tingkat perilaku *cyberloafing* mahasiswa masih cukup tinggi. Tingginya tingkat perilaku *cyberloafing* mahasiswa ini merupakan salah satu cara menghilangkan situasi tidak nyaman saat dalam perkuliahan dan untuk membantu penanganan rasa bosan yang dirasakan oleh mahasiswa dalam kelas selama pembelajaran berlangsung.

Menurut Barseli (2017) stres akademik adalah tekanan yang diakibatkan oleh penilaian subjektif seseorang terhadap status akademiknya. Siswa menanggung reaksi fisik, perilaku, ide, dan emosi yang tidak menyenangkan sebagai akibat dari tekanan ini, yang berasal dari ekspektasi pekerjaan akademis mereka. Alamsyah Riza Taufik et al., (2022), menjelaskan bahwa stres akademik mempunyai beberapa aspek sebab akibat, antara lain tuntutan fisik yang datang dari ruang belajar seperti kebersihan, penerangan, suhu, keamanan, serta sarana dan prasarana ruangan belajar, kemudian juga adanya tuntutan tugas, tuntutan peran yang harus memiliki motivasi belajar tinggi untuk mempertahankan nilainya, tuntutan interpersonal untuk dapat melakukan interaksi dengan baik.

Penulis menggunakan kuesioner untuk melakukan *pra-survey* kepada tiga puluh responden. Temuan *pra-survey* ini merupakan salah satu pengukuran penulis yang dimaksudkan untuk mengkaji faktor – faktor yang mempengaruhi keadaan perilaku *cyberloafing* mahasiswa. Temuan *pra-survey* Stres Akademik pada mahasiswa angkatan 2020 yang terdaftar pada program studi pendidikan ekonomi tercantum pada tabel 1.2.

Tabel 1.2
Jumlah Pra-Survey Stres Akademik mahasiswa program studi Pendidikan Ekonomi stambuk 2020 Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Medan

No	Pernyataan Stres Akademik	Ya	%	Tidak	%
1	Saya memperhatikan materi perkuliahan sepanjang jam perkuliahan berlangsung	23	77%	7	23%
2	Saya mudah menghafal pembelajaran yang diberikan dari dosen	9	30%	21	70%
3	Saya meminta bantuan teman untuk mengerjakan tugas kuliah	13	43%	17	57%
4	Dada saya terasa lapang untuk menerima materi dari dosen	14	47%	16	53%
5	Saya belajar, saya mengalami kecemasan, depresi atau kesepian.	26	87%	4	13%
Total		85	56,8%	65	43,2%

Sumber: Informasi tabel pra-survey dan diolah oleh peneliti

Dari data *pra-survey* Tabel 1.2 pada pernyataan pertama ada 77% mahasiswa memperhatikan materi perkuliahan sepanjang jam perkuliahan berlangsung. Hal ini menunjukkan hampir secara keseluruhan mahasiswa masih

memperhatikan materi selama perkuliahan berlangsung. Sedangkan pada pernyataan kedua, hanya 30% mahasiswa mudah mengingat materi yang diberikan dosen. Hal ini menunjukkan bahwa tingginya stres akademik siswa diakibatkan oleh kurangnya perhatian mahasiswa selama proses perkuliahan sehingga menyebabkan mahasiswa tersebut kurang memperhatikan, mengingat bahkan kelelahan selama proses perkuliahan. Selanjutnya pada pernyataan ketiga, sebanyak 43% mahasiswa akan meminta bantuan teman untuk mengerjakan tugas kuliah. Selanjutnya ada 47% mahasiswa dengan dada yang lapang untuk menerima materi dari dosen. Ada sebanyak 87% mahasiswa yang tidak fokus selama perkuliahan berlangsung yang berdampak pada kondisi merasa stres, murung atau kesepian dalam perkuliahan. Oleh karena itu dapat diketahui bahwa 56,8% mahasiswa masih mengalihkan aktivitas belajarnya dengan menggunakan internet untuk mengalihkan pada aktivitas belajarnya dalam proses perkuliahan.

Penelitian Andriani, Sriati dan Yamin (2019:115) menunjukkan bahwa penggunaan internet siswa menurun seiring dengan meningkatnya pengendalian diri. Pada sebuah penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Nuha, 2021) yang menyatakan sejauh mana kemampuan setiap siswa dalam melakukan pengendalian diri masih mempengaruhi perilaku *cyberloafing*nya. Menyadari hal tersebut, peneliti tertarik untuk melihat kondisi kontrol diri dari mahasiswa yang terdaftar pada program studi Pendidikan ekonomi Angkatan 2020 Universitas Negeri Medan. Hal ini membantu untuk menunjukkan kebenaran fenomena isu dalam penelitian ini. Seperti terlihat pada tabel 1.3, temuan pra penelitian

mengenai pengendalian diri mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 adalah sebagai berikut.

Tabel 1.3
Hasil Pra-Penelitian Kontrol Diri
Mahasiswa Pendidikan Ekonomi angkatan 2020

No	Pernyataan Kontrol Diri	Ya	%	Tidak	%
1	Pada saat saya akan menyerah, saya teringat kembali alasan mengambil pilihan tersebut	5	17%	25	83%
2	Saya akan mengambil informasi apapun baik salah maupun benar	24	80%	6	20%
3	Saya memiliki tujuan dan keinginan untuk kehidupan yang akan saya jalani	11	37%	19	63%
4	Saya merasa sulit untuk belajar ketika nilai saya jelek	13	43%	17	57%
5	Ketika saya malas saya memutuskan untuk tidak berangkat kuliah	6	20%	24	80%
Total		59	39,4%	91	60,6%

Sumber : Informasi tabel pra-penelitian diolah oleh peneliti

Berdasarkan hasil pra-penelitian Tabel 1.3 menunjukkan ada sebesar 17% mahasiswa pada saat akan menyerah sehingga mengingat kembali alasan memilih tindakan tersebut. Hal ini menunjukkan masih tingginya jumlah mahasiswa yang langsung menyerah dalam setiap pekerjaan yang dilakukan. Selanjutnya, 80% mahasiswa menerima informasi apapun meskipun itu tidak benar, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih belum bisa mengontrol untuk menerima informasi yang aktual dari sumber terpercaya. Kemudian 37%, mahasiswa

menetapkan tujuan untuk menjalankan kehidupan kedepan, hal ini menunjukkan bahwa pencapaian mahasiswa kedepannya masih rendah dalam menjalankan *planning* yang akan mereka kerjakan kedepannya. Kemudian 43% mahasiswa akan menjadi malas belajar ketika mendapatkan nilai yang jelek, hal ini menunjukkan mahasiswa yang masih belum bisa mengontrol dirinya bahwa nilai yang jelek adalah bentuk dari proses pengerjaan mereka. Pada pernyataan terakhir 20% mahasiswa ketika merasa malas, mereka akan memilih untuk tidak berangkat kuliah, hal ini menunjukkan sebesar 80% mahasiswa masih dapat mengontrol diri mereka dengan tetap untuk pergi kuliah.

Kontrol diri membicarakan bagaimana seseorang mengatur perasaan dan kecenderungannya sendiri. Kapasitas untuk menahan atau menghentikan perilaku impulsif atau acak adalah aspek lain dari pengendalian diri. Melatih pengendalian diri cukup melelahkan, terkadang menguras banyak energi karena individu mengarahkan pikirannya secara total untuk mengendalikan emosinya sendiri. Mahasiswa sebagai salah satu yang terlibat dalam mengontrol diri harus menguasai dirinya sendiri agar membatasinya dalam sikap egois, tidak peduli, agresif dan tidak dapat memperlakukan orang lain dengan baik.

Penulis menyimpulkan dari uaian ini bahwa dua masalah yang paling signifikan adalah stres akademik dan kontrol diri. Dengan menggunakan penelitian ini, diyakini mahasiswa akan mampu mengelola masalah stres akademik dan kontrol diri sehingga tidak melakukan perilaku *cyberloafing* selama proses pembelajaran. Dengan demikian, penelitian ini bisa digunakan untuk pihak

kampus dan mahasiswa untuk menghindari perilaku semakin meningkatnya *cyberloafing* dalam proses perkuliahan. Sehingga penelitian ini berfokus pada perilaku *cyberloafing* mahasiswa program studi Pendidikan Ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penjelasan latar belakang yang telah dikemukakan, dapat dibagi beberapa masalah dalam penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. Perilaku *Cyberloafing* pada mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 masih tinggi.
2. Stres akademik yang dialami mahasiswa Pendidikan ekonomi Angkatan 2020 masih tinggi.
3. Kontrol diri yang rendah pada mahasiswa Pendidikan ekonomi Angkatan 2020 menyebabkan tingginya perilaku *cyberloafing*.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disebutkan sebelumnya, untuk meningkatkan fokus, efektivitas, efisiensi, terarah dan penghindaran penyimpangan dalam penelitian ini, penulis membatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu sebagai berikut :

1. Stres akademik adalah stres akademik mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan .

2. Kontrol Diri adalah kontrol diri mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan.
3. Perilaku *Cyberloafing* yang diteliti adalah perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan.

1.4 Rumusan Masalah

Berikut ini permasalahan yang dapat dirumuskan dalam penelitian ini berdasarkan uraian masalah sebelumnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah Stres akademik berpengaruh positif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan?
2. Apakah Kontrol Diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan?
3. Apakah stres akademik dengan kontrol diri secara bersama - sama berpengaruh secara signifikan terhadap mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan?

1.5 Tujuan Penelitian

Berikut tujuan penelitian berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan dalam penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh stres akademik terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan

2. Untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan
3. Untuk mengetahui pengaruh stres akademik dengan kontrol diri secara bersama -sama terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa pendidikan ekonomi angkatan 2020 Universitas Negeri Medan.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Tujuan dari penelitian ini adalah agar dapat dijadikan acuan bagi penelitian- penelitian lain yang berkaitan, terutama mengenai pengaruh stres akademik dan kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini, diyakini dapat menambah konsep dan pemahaman mengenai perilaku *cyberloafing* yang nyatanya hampir dilakukan oleh semua mahasiswa.

b. Bagi Pendidik (Dosen)

Hubungan antara stres akademik dan kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing* yang hampir secara universal diamati mahasiswa mungkin dapat dipahami dengan lebih baik berkat penelitian ini,

yang dapat digunakan oleh para pendidik sebagai informasi saat berupaya meningkatkan standar pengajaran.



THE
Character Building
UNIVERSITY