

Hubungan Regulasi Diri Dalam Belajar Dengan Perilaku *Cyberslacking* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar

Andi Nurahmy M¹, Lukman², Muh. Nur Hidayat Nurdin³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

E-mail: emynurrahmyfurqon@gmail.com¹, lukman7210@unm.ac.id², mnurhidayat@unm.ac.id³

Article History:

Received: 17 Oktober 2023

Revised: 23 Oktober 2023

Accepted: 30 Oktober 2023

Keywords: Mahasiswa Kota Makassar, Perilaku *Cyberslacking*, Regulasi Diri Dalam Belajar.

Abstract: *Regulasi diri dalam belajar merupakan pengaturan diri bagi mahasiswa untuk mencapai tujuan pembelajaran, sehingga dapat mengurangi kecenderungan untuk melakukan perilaku cyberslacking. Perilaku cyberslacking merupakan perilaku menyimpang mahasiswa menggunakan jaringan internet untuk tujuan yang tidak berhubungan dengan pelajaran selama proses perkuliahan berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan regulasi diri dalam belajar (X) terhadap perilaku cyberslacking (Y) pada mahasiswa di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan teknik probability yaitu cluster random sampling untuk memperoleh responden penelitian. Responden dalam penelitian ini adalah 424 mahasiswa (n=424, 95 laki-laki, 329 perempuan). Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan adaptasi skala regulasi diri dalam belajar dan adaptasi skala perilaku cyberslacking dalam bentuk skala Likert. Data penelitian dianalisis menggunakan teknik korelasi Uji Spearman Rho dengan bantuan IBM SPSS Statistics 26. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dalam belajar dengan perilaku cyberslacking ($R = 0,051$, $p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan tidak terdapat hubungan antara peningkatan regulasi diri dalam belajar terhadap penurunan cyberslacking, begitu pun sebaliknya.*

PENDAHULUAN

Internet yang mudah diakses oleh mahasiswa memberikan tantangan bagi dosen di ruang kelas, karena adanya kecenderungan mahasiswa untuk mencari konten non-akademik, seperti membuka media sosial, memperbarui status, mengakses *game*, dan berselancar di situs web yang tidak memiliki kaitan dengan materi pembelajaran yang sedang dibahas. Varol dan Yıldırım (2018) mengemukakan bahwa perilaku siswa mengakses internet selama di dalam kelas untuk tujuan non-akademik yang tidak berkaitan dengan tujuan pembelajaran disebut dengan *cyberslacking* atau *cyberloafing*.

Cyberslacking memiliki beragam sinonim seperti yang dikemukakan oleh Ugrin, Pearson, dan Odom (2007) yaitu, *cyberslacking* dalam konteks pekerjaan adalah *garbage computing*, *cyberslouching*, *cyberloafing*, dan *non-work related computing*, dan *junk computing*, sedangkan menurut Rana, Slade, Kitching, dan Slade (2019) istilah lainnya adalah *cyber deviance*, *personal use at work*, *internet abuse*, dan *workplace internet leisure browsing*. *Cyberslacking* secara umum dalam dunia pendidikan adalah penggunaan teknologi dan internet dengan tujuan selain akademik, atau terlibat dalam tugas yang memiliki sedikit atau tidak berhubungan dengan materi ajar di kelas Samson (2011).

Apperson, Laws, dan Scepanzky (2006) mengemukakan bahwa siswa dapat belajar lebih baik dan reseptif dengan instruktur saat kelas dilakukan dengan alat bantu visual, misalnya membuka video pembelajaran di *youtube*. Penggunaan internet untuk tujuan belajar di dalam kelas membuat individu lebih tertarik untuk belajar dan memiliki sumber informasi yang beragam. *Cyberslacking* di kelas dilaporkan sering dilakukan siswa selama pembelajaran berlangsung. Seorang mahasiswa di salah satu perguruan tinggi negeri di Makassar dipukul oleh dosen karena saat proses belajar mengajar berlangsung, dosen mendapati mahasiswa tersebut sedang bermain *smartphone* yang menurutnya tidak sesuai dengan aturan yang sudah diterapkan pada pertemuan pertama. Perilaku mahasiswa yang bermain *smartphone* saat perkuliahan berlangsung merupakan perilaku tidak terpuji dan kurang menghargai dosen yang sedang memberikan materi kuliah (KOMPAS.com, diakses 30 Agustus 2019).

Survei awal penelitian pada 64 responden (mahasiswa di Kota Makassar) menemukan bahwa 90,62% responden pernah melakukan *cyberslacking*. Perilaku *cyberslacking* yang mereka lakukan di kelas antara lain 56,89% (33 orang) membalas pesan masuk, 43,1% membaca atau mencari informasi yang tidak relevan dengan perkuliahan (25 orang). Alasan mengapa melakukannya adalah 34,48% (20 orang) karena bosan dan jenuh dengan materi perkuliahan, 36,2% (21 orang) karena mengantuk atau menghindari kebosanan dan kejenuhan, dan 29,31% (17 orang) mahasiswa merasa penasaran atau ingin mencari informasi tentang sesuatu. Hasil survei yang dilakukan menjelaskan bahwa *cyberslacking* dilakukan karena faktor internal seperti bosan atau jenuh dengan perkuliahan dan alasan eksternal, misalnya harus membalas pesan yang masuk dengan segera.

Hasil yang sama dilaporkan studi McCoy (2016) menemukan bahwa 269 siswa di beberapa kampus di Amerika Serikat, melakukan *cyberslacking* seperti mengirim pesan saat di kelas (92%), dan 30% dari responden melakukannya tiap hari. Anam dan Pratomo (2019) memperoleh data penelitian bahwa 40,5% mahasiswa di Universitas Negeri Semarang memiliki perilaku *cyberslacking* dalam intensitas rendah, 45,2% dalam kategori sedang, dan 14,3% pada level yang tinggi. Alasan yang individu kemukakan, mengapa mereka melakukannya di dalam kelas adalah karena pengaturan pengajaran di kelas kurang efektif, seperti cara mengajar dosen yang tidak menarik, materi pembelajaran dan lingkungan belajar yang tidak menyenangkan, dan diri mahasiswa itu sendiri (Varol & Yildirim, 2019).

Hasil penelitian Anugrah dan Margaretha (2013) menemukan bahwa regulasi diri memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku *cyberslacking* mahasiswa. Individu yang memiliki regulasi diri yang tinggi akan mengurangi perilaku *cyberslacking* dibandingkan dengan regulasi diri individu yang rendah. Simanjuntak, Nawangsari, dan Ardi (2019) mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan *cyberslacking*.

Pratama dan Satwika (2022) melakukan penelitian pada mahasiswa di Universitas Negeri Surabaya dan memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking*. Semakin tinggi regulasi diri, maka akan semakin rendah perilaku *cyberslacking* yang dilakukan mahasiswa. Sawitri dan Mayasari (2017) mengemukakan bahwa penelitian tentang *cyberslacking* pada konteks Universitas di Indonesia relatif jarang ditemukan

dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan tentang *cyberslacking* dalam dunia kerja. Padahal menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2018), survei penggunaan internet di Indonesia menunjukkan bahwa 79,23% pengguna internet adalah mahasiswa.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan regulasi diri dalam belajar dengan perilaku *cyberslacking* pada Mahasiswa di Kota Makassar.

LANDASAN TEORI

Perilaku *Cyberslacking*

Flanigan dan Kiewra (2018) mengemukakan bahwa *cyberslacking* merupakan mahasiswa yang sering menggunakan teknologi seluler untuk keperluan pribadi atau di luar tugas saat menghadiri kuliah di dalam kelas. Lavoie dan Pychyl (2001) mengemukakan bahwa *cyberslacking* merupakan penggunaan internet oleh mahasiswa selama perkuliahan di dalam kelas untuk tujuan non-akademik. Akbulut, Donmez, Durzun, dan Sahin (2016) mengemukakan bahwa *cyberslacking* merupakan perilaku individu selama perkuliahan di dalam kelas meliputi berbagi aktivitas di media sosial (*sharing*), belanja (*shopping*), mengakses konten online (*accessing online content*), memperbaharui status (*real-time updating*), dan bermain *game online* atau berjudi (*gaming/gambling*).

Akbulut dkk., (2016) mengemukakan bahwa perilaku *cyberslacking* terdiri dari lima aspek, yaitu:

- a. *Sharing* merupakan perilaku individu dengan berbagi aktivitas di media sosial yang tidak berhubungan dengan proses pembelajaran yang berlangsung, seperti aktivitas akses internet berupa mengecek postingan, memberikan komentar pada postingan orang lain, mengecek video yang dibagikan di media sosial serta melakukan pembicaraan dengan orang lain.
- b. *Shopping* merupakan perilaku individu membuka dan melakukan belanja online pada saat proses pembelajaran berlangsung, seperti aktivitas internet yang berhubungan dengan shopping online antara lain mengunjungi situs online shopping dan situs perbankan secara online.
- c. *Real-time updating* merupakan kegiatan individu dengan memperbaharui status di media sosial yang tidak berhubungan dengan proses pembelajaran yang berlangsung, seperti menggunakan akses media sosial untuk membagikan kondisi terkini (update) serta memberikan komentar pada hal-hal yang menjadi pembicaraan terkini (trending topic).
- d. *Accessing online content* merupakan perilaku individu saat mengakses konten online yang tidak berhubungan dengan proses pembelajaran yang berlangsung, seperti melakukan akses internet yang berhubungan dengan musik, video, aplikasi yang terdapat pada situs-situs online.
- e. *Gaming/gambling* merupakan perilaku individu membuka dan bermain game online saat proses pembelajaran berlangsung, seperti aktivitas akses internet yang berhubungan dengan permainan dan taruhan.

Regulasi Diri dalam Belajar

Zimmerman dan Schunk (2001) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan proses saat individu melakukan pengawasan keefektifan metode atau strategi pembelajaran dengan menanggapi umpan balik dalam berbagai cara dimulai pada perubahan persepsi diri hingga perilaku, seperti mengganti satu strategi pembelajaran. Pintrich (1995) mengemukakan bahwa individu dapat memantau dan menilai kinerja sendiri dengan membuat penyesuaian yang baik. Regulasi diri dalam belajar merupakan cara dalam pendekatan tugas akademik individu melalui pengalaman dan refleksi diri untuk mencapai tujuan.

.....

Boekaerts (1999) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan kemampuan individu untuk memilih, menggabungkan, dan mengkoordinasikan strategi kognisi dengan cara yang efektif. Butler dan Winne (1995) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan proses yang disengaja, dapat dinilai, dan individu melakukan penyesuaian. Individu memilih strategi dengan mengatur diri dan menyesuaikan serta mengelola motivasi untuk membuat kemajuan. Individu yang mengatur diri sendiri akan menyadari kualitas pengetahuan, keyakinan, motivasi, dan pemrosesan kognitif untuk menyelesaikan tugas atau mencapai tujuan pembelajaran.

Zimmerman dan Pons (1986) mengemukakan bahwa regulasi diri dalam belajar memiliki sepuluh strategi, yaitu:

- a. Evaluasi diri (*self evaluation*)
Evaluasi diri merupakan individu berusaha mengevaluasi diri dengan berusaha memperbaiki kualitas dan kemajuan tugas.
- b. Mengatur dan mengubah materi pelajaran (*organizing and transforming*)
Individu berusaha menyusun ulang bahan ajar yang sulit maupun mudah dengan tujuan meningkatkan efektivitas proses belajar.
- c. Membuat rencana dan tujuan belajar (*goal setting and planning*)
Individu mengatur waktu, tugas, dan menyelesaikan kegiatan yang berhubungan dengan tujuan yang ditetapkan.
- d. Mencari informasi (*seeking information*)
Individu berupaya untuk mencari informasi lebih lanjut dari lingkungan non sosial saat mengerjakan tugas.
- e. Mencatat hal penting (*keeping record and monitoring*)
Individu berusaha mencatat materi atau hal penting yang berhubungan dengan topik pelajaran.
- f. Mengatur lingkungan belajar (*environmental structuring*)
Individu berusaha mengatur lingkungan belajar secara reaktif dan proaktif sehingga membantu proses belajar lebih baik.
- g. Konsekuensi setelah mengerjakan tugas (*self consequating*)
Individu mengatur dengan cara memberikan dan membayangkan hadiah dan hukuman saat berhasil dan gagal dalam mengerjakan tugas atau ujian.
- h. Mengulang dan mengingat (*rehearsing and memorizing*)
Individu berusaha mempelajari ulang materi pelajaran dengan mengulang dan mengingat bahan bacaan secara reaktif atau proaktif.
- i. Meminta bantuan sosial (*seeking social assistance*)
Individu berusaha mencari bantuan dari teman, guru, dan orang tua.
- j. Meninjau catatan (*reviewing records*)
Individu memiliki inisiatif untuk membaca kembali materi pelajaran, yaitu bahan ujian, catatan, atau buku pelajaran dengan tujuan mempersiapkan diri pada kelas dan ujian selanjutnya. Sepuluh indikator ini akan digunakan peneliti untuk mengukur tinggi rendahnya regulasi diri (*self-regulated learning*) dalam belajar pada individu.

Hubungan Regulasi Diri dalam Belajar terhadap Perilaku *Cyberslacking* pada Mahasiswa

Perilaku *cyberslacking* merupakan salah satu fenomena yang muncul bersamaan dengan penggunaan alat elektronik dan internet di tempat kerja, seperti organisasi, perusahaan, atau lembaga. Perilaku *cyberslacking* merupakan perilaku mahasiswa yang bersifat tidak produktif dan dapat merugikan diri individu serta tidak menghargai pematerei atau guru. Perilaku *cyberslacking* membuat mahasiswa kurang berpartisipasi saat proses diskusi disebabkan oleh kemudahan

mengakses internet untuk keperluan pribadi di jam perkuliahan yang sedang berlangsung.

Perilaku *cyberslacking* merupakan perilaku menyimpang mahasiswa menggunakan jaringan internet untuk tujuan yang tidak berhubungan dengan pelajaran selama proses perkuliahan berlangsung, seperti berbagi informasi (*sharing*), belanja *online*, mengakses konten *online* atau hiburan, memasang dan mengunduh status atau cerita di media sosial, dan bermain *game online*, sehingga dapat menurunkan partisipasi mahasiswa dalam diskusi atau kinerja mahasiswa untuk menyelesaikan tugas saat proses perkuliahan berlangsung.

Simanjuntak (2018) mengemukakan bahwa siswa dengan regulasi diri dalam belajar yang tinggi terlihat dapat mengontrol keinginan untuk mengakses materi non-akademik saat siswa diharuskan menyelesaikan tugas akademik. Siswa dengan regulasi dalam belajar yang tinggi dapat mengendalikan perilaku saat mengakses internet dengan hanya berfokus pada informasi yang sesuai dengan proses pembelajaran di kelas. Mahasiswa selama perkuliahan akan membatasi diri dengan menghindari akses ke materi yang tidak relevan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif survey dengan menguji dua variabel, yaitu regulasi diri dalam belajar sebagai variabel independen dan perilaku *cyberslacking* sebagai variabel dependen. Kriteria responden penelitian adalah mahasiswa aktif (strata-1) pada perguruan tinggi Negeri di Kota Makassar. Teknik pengambilan sampel yang digunakan, yaitu teknik *probability*, yaitu *cluster random sampling*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 424 mahasiswa (n=424, 95 laki-laki, 329 perempuan). Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala Likert.

Skala perilaku *cyberslacking* dalam penelitian ini adalah adaptasi dari skala *cyberslacking* berdasarkan aspek, yaitu berbagi aktivitas di media sosial (*sharing*), belanja (*shopping*), mengakses konten online (*accessing online content*), memperbaharui status (*real-time updating*), dan bermain *game online* atau berjudi (*gaming/gambling*) yang dikembangkan oleh Akbulut, Dursun, Donmez, dan Sahin (2016) dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Ermida Simanjuntak (2019) yang terdiri dari 24 aitem pernyataan.

Pengukuran regulasi diri dalam belajar dilakukan dengan menggunakan skala regulasi diri dalam belajar oleh Amelia Puspa Ningrum (2015) dari teori Zimmerman dan Pons (1986) yang terdiri dari sepuluh strategi, yaitu evaluasi diri, mengatur dan mengubah materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan pelajaran, mencari informasi, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, meminta bantuan dan sosial, dan meninjau catatan. Tinggi rendahnya regulasi diri dalam belajar yang dimiliki responden akan ditunjukkan oleh skor dari skala yang telah diisi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 424 mahasiswa(i) di Kota Makassar yang berusia 18 hingga 25 tahun. Gambaran deskriptif responden penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel. 1 Karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n=424)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	95	22,4
Perempuan	329	77,6
Universitas		
Universitas Negeri Makassar	322	75,9
Universitas Hasanuddin	56	13,2
Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar	46	10,8
Usia		
18	1	0,2
19	18	4,2
20	109	25,7
21	144	34
22	82	19,3
23	42	9,9
24	26	6,1
25	2	0,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 329 orang (77,6%), sedangkan responden laki-laki hanya sebanyak 95 orang (22,4%). Selain itu, responden pada penelitian ini didominasi oleh mahasiswa Universitas Negeri Makassar (75,9%) dan sebanyak 144 mahasiswa (34%) berusia 21 tahun.

2. Deskripsi Data Penelitian

Data deskriptif regulasi diri dalam belajar diperoleh dari respon yang diberikan 424 responden terhadap 28 aitem skala regulasi diri dalam belajar. Hasil pengolahan data deskriptif dari variabel regulasi diri dalam belajar adalah sebagai berikut:

Tabel. 2 Deskripsi variabel regulasi diri dalam belajar

Regulasi Diri dalam Belajar	Min	Max	Mean	SD
Hipotetik	28	140	84	18,67
Empirik	70	134	100,31	12,307

Berdasarkan data pada tabel 2, hasil analisis deskriptif skala regulasi diri dalam belajar menunjukkan bahwa *mean* hipotetik dari data regulasi diri dalam belajar adalah 84 dengan standar deviasi sebesar 18,67. Data skor total terendah (*min*) adalah 28 dan skor total tertinggi (*max*) adalah 140. Adapun hasil kategorisasi data deskriptif skala regulasi diri dalam belajar berdasarkan data hipotetik adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Kategorisasi skala regulasi diri dalam belajar

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$103 \leq X$	175	42,27	Tinggi
$65 \leq X < 103$	249	58,73	Sedang
$X < 65$	0	0	Rendah
Total	424	100	

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat 175 responden (42,27%) masuk dalam kategori regulasi diri dalam belajar tinggi, 249 responden (58,73%) masuk dalam kategori sedang, dan tidak ada responden masuk dalam kategori rendah. Hasil kategorisasi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori regulasi diri dalam belajar sedang dengan persentase sebesar 58,73%.

Tabel 4. Uji korelasi strategi regulasi diri dalam belajar dengan perilaku cyberslacking

N	Variabel	Strategi regulasi diri dalam belajar	r	p	Keterangan
424	<i>Cyberslacking</i>	Evaluasi diri	0,014	0,770	Tidak signifikan
		Mengatur dan mengubah materi pelajaran	0,17	0,728	Tidak signifikan
		Membuat rencana dan tujuan belajar	0,002	0,974	Tidak signifikan
		Mencari informasi	0,137	0,005	Signifikan
		Mencatat hal penting	-0,061	0,208	Tidak signifikan
		Mengatur lingkungan belajar	0,063	0,193	Tidak signifikan
		Konsekuensi setelah mengerjakan tugas	0,085	0,081	Tidak signifikan
		Mengulang dan mengingat	-0,050	0,305	Tidak signifikan
		Meminta bantuan sosial	0,064	0,191	Tidak signifikan
		Meninjau catatan	0,061	0,208	Tidak signifikan

Berdasarkan tabel 4, hasil uji korelasi antara strategi evaluasi diri, mengatur dan mengubah materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan belajar, mencari informasi, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, meminta bantuan sosial, serta meninjau catatan secara berturut turut adalah, 0,014, 0,17, 0,002, 0,137, -0,061, 0,063, 0,085, -0,050, 0,064, 0,061 dengan nilai signifikansi yaitu, 0,770, 0,728, 0,974, 0,005, 0,208, 0,193, 0,081, 0,305, 0,191, 0,208.

Tabel 5. Deskripsi variabel perilaku *cyberslacking*

Regulasi Diri dalam Belajar	Min	Max	Mean	SD
Hipotetik	24	120	62,5	19,17
Empirik	25	120	70,39	17,267

Berdasarkan data pada tabel 5, hasil analisis deskriptif skala perilaku *cyberslacking* menunjukkan bahwa *mean* hipotetik dari data perilaku *cyberslacking* adalah 62,5 dengan

standar deviasi sebesar 19,17. Data skor total terendah (*min*) adalah 24 dan skor tertinggi (*max*) adalah 120. Adapun hasil kategorisasi data deskriptif skala perilaku *cyberslacking* berdasarkan data hipotetik adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Kategorisasi skala perilaku *cyberslacking*

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$82 \leq X$	113	26,65	Tinggi
$43 \leq X < 82$	273	64,39	Sedang
$X < 43$	38	8,96	Rendah
Total	424	100	

Tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat 113 responden (26,65%) masuk dalam kategori perilaku *cyberslacking* tinggi, 273 responden (64,39%) masuk dalam kategori sedang, dan 38 (8,96%) responden masuk dalam kategori rendah. Hasil kategorisasi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori perilaku *cyberslacking* sedang dengan persentase sebesar 64,39%.

3. Hasil uji hipotesis

Hipotesis dalam penelitian diuji secara non parametrik menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil uji korelasi regulasi diri dalam belajar dengan perilaku *cyberslacking*

<i>r</i>	<i>p</i>	Keterangan
0,051	0,293	Tidak signifikan

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai korelasional sebesar 0,051 dengan signifikansi sebesar 0,293. Kriteria hipotesis yang digunakan adalah apabila taraf signifikansi di bawah atau sama dengan 0,05 ($p < 0,05$), yaitu $0,293 > 0,05$, maka H_a ditolak dan H_0 diterima. Berdasarkan Vaus (2002) nilai koefisien korelasi sebesar 0,051 menunjukkan adanya hubungan yang kurang berarti dengan arah hubungan bernilai positif.

4. Temuan tambahan

Hasil uji korelasi antara strategi evaluasi diri, mengatur dan mengubah materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan belajar, mencari informasi, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, meminta bantuan sosial, serta meninjau catatan secara berturut turut adalah, 0,014, 0,17, 0,002, 0,137, -0,061, 0,063, 0,085, -0,050, 0,064, 0,061 dengan nilai signifikansi yaitu, 0,770, 0,728, 0,974, 0,005, 0,208, 0,193, 0,081, 0,305, 0,191, 0,208.

Pembahasan Penelitian

Gambaran deskriptif regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa

Hasil analisis deskriptif regulasi diri dalam belajar yang telah dilakukan terhadap 424 Mahasiswa di Kota Makassar menunjukkan bahwa terdapat 175 responden (42,27%) termasuk dalam kategori regulasi diri dalam belajar tinggi, responden 249 (58,73%) termasuk kategori regulasi diri dalam belajar sedang, dan tidak ada responden yang berada pada kategori regulasi diri dalam belajar rendah. Hasil persentase total keseluruhan menunjukkan bahwa responden penelitian skala regulasi diri dalam belajar mayoritas tergolong kategori sedang dengan persentase 58,73%.

Berdasarkan hasil tersebut, mahasiswa yang melakukan proses pembelajaran mampu mempertahankan fokus dan usaha untuk mencapai tujuan belajarnya. Sartika (2021) dalam penelitiannya mengenai regulasi diri dalam belajar terkait pola belajar pada mahasiswa bergantung pada orientasi tujuannya, yaitu mahasiswa tetap mengerjakan tugas akademik meskipun banyak

hal yang lebih menarik. Mahasiswa tetap berkonsentrasi dalam menyimak materi pembelajaran secara utuh agar tidak ketinggalan materi.

Gambaran deskriptif perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa

Hasil analisis deskriptif perilaku *cyberslacking* yang telah dilakukan terhadap 424 Mahasiswa di Kota Makassar menunjukkan bahwa terdapat 113 responden (26,65%) termasuk dalam kategori perilaku *cyberslacking* tinggi, 273 responden (64,39%) termasuk dalam kategori perilaku *cyberslacking* sedang, dan 38 responden (8,96%) berada pada kategori perilaku *cyberslacking* rendah. Hasil persentase dari total keseluruhan menunjukkan bahwa responden penelitian skala perilaku *cyberslacking* mayoritas tergolong pada kategori *cyberslacking* sedang dengan persentase 64,39%.

Berdasarkan hasil analisis, mahasiswa melakukan *cyberslacking* saat proses pembelajaran berlangsung. Hal ini dikarenakan perilaku dalam mengakses internet dapat menimbulkan perilaku adiksi. Siste dkk., (2020) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa berbagai kegiatan mulai dari sekolah, kerja, ibadah, maupun sosialisasi dilakukan secara daring dari rumah, sehingga situasi tersebut menjadikan internet sebagai bagian penting dalam aktivitas sehari-hari, bahkan cenderung menimbulkan perilaku adiksi.

Hubungan regulasi diri dalam belajar dengan perilaku *cyberslacking* pada Mahasiswa di Kota Makassar

Hasil uji hipotesis penelitian ini menggunakan korelasi *Spearman Rho* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 26* memperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,051 dengan signifikansi sebesar 0,293. Nilai signifikansi $p < 0,05$ ($0,293 > 0,05$) menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak terdapat hubungan negatif antara regulasi diri dalam belajar dengan perilaku *cyberslacking* pada Mahasiswa di Kota Makassar. Tidak terdapat hubungan antara peningkatan regulasi diri dalam belajar terhadap penurunan *cyberslacking*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa regulasi diri tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa (Azzahra, 2018). Simanjuntak dkk., (2019) dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa regulasi diri dalam belajar tidak memiliki hubungan yang negatif dengan perilaku *cyberslacking*, melainkan ada hubungan positif antara regulasi diri dalam belajar yang menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri dalam belajar yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku *cyberslacking*. Selama menyelesaikan tugas kuliah, mahasiswa akan mengobrol dan berdiskusi dengan temannya menggunakan media sosial dan kegiatan tersebut termasuk dalam perilaku *cyberslacking*.

Hal ini sejalan dengan kenyataan bahwa internet, khususnya media sosial merupakan alat untuk mencari bantuan dan dukungan ketika menghadapi situasi yang sulit Alt (2017). *Cyberslacking* dapat dianggap sebagai sarana dalam mencari bantuan untuk memahami materi pembelajaran yang sulit. Hasil lebih lanjut membuktikan bahwa kaum muda menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mendapatkan dukungan dari teman sebayanya dan dalam menghadapi kesulitan, termasuk kesulitan belajar atau adaptasi Timmis dkk., (2012).

Simanjuntak dkk., (2020) dalam penelitiannya menemukan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara regulasi diri dalam belajar terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa. Tetapi, ada kecenderungan pada mahasiswa dengan regulasi diri dalam belajar yang tinggi untuk melakukan *cyberslacking* dalam perkuliahan. Hal tersebut juga berlaku bagi mahasiswa dengan regulasi diri dalam belajar yang rendah bahwa mahasiswa melakukan *cyberslacking* saat perkuliahan.

.....

Cyberslacking dapat dianggap sebagai salah satu cara melepaskan diri dari rasa bosan, untuk kemudian fokus kembali pada materi pembelajaran yang sedang dibahas oleh dosen (Alt, 2017). Beberapa mahasiswa menyebutkan bahwa beberapa dosen tidak dapat menjelaskan materi pembelajaran dengan baik dan metode pembelajaran yang membosankan. Dalam hal ini, melakukan *cyberslacking* selama beberapa menit adalah solusi cepat untuk mengatasi kebosanan di kelas, sehingga mahasiswa dapat kembali fokus pada materi pembelajaran. Dosen sebaiknya menciptakan situasi belajar yang dapat menarik perhatian mahasiswa terhadap materi pembelajaran Keller (2010) dan (Li & Keller, 2018).

Beberapa dosen tidak dapat menimbulkan situasi pembelajaran yang menarik dan mahasiswa cenderung bosan di dalam kelas. *Cyberslacking* untuk beberapa mahasiswa dapat dianggap sebagai salah satu solusi yang mungkin untuk mengatasi kebosanan sebagai bagian dari pembelajaran mandiri (Kadioğlu dkk., 2011). Junco dan Cotten (2012) mengemukakan bahwa mahasiswa yang merasa perkuliahan tidak menarik cenderung mengalihkan perhatian dengan mengakses internet sesuai dengan keinginannya.

Temuan Tambahan

Lebih lanjut peneliti melakukan uji korelasi pada setiap strategi regulasi diri dalam belajar terhadap perilaku *cyberslacking*. Sembilan strategi regulasi diri dalam belajar, yaitu evaluasi diri, mengatur dan mengubah materi pelajaran, membuat rencana dan tujuan belajar, mencatat hal penting, mengatur lingkungan belajar, konsekuensi setelah mengerjakan tugas, mengulang dan mengingat, meminta bantuan sosial, serta meninjau catatan tidak berkorelasi negatif dengan perilaku *cyberslacking*. Berbeda dengan ke sembilan strategi, satu strategi regulasi diri dalam belajar, yaitu mencari informasi berkorelasi negatif dengan perilaku *cyberslacking* dengan nilai korelasi, yaitu 0,005.

Zimmerman (1986) mengemukakan bahwa mencari informasi (*seeking information*) merupakan upaya mahasiswa mencari informasi melalui sumber non sosial saat mengerjakan tugas, seperti mahasiswa pergi ke perpustakaan untuk mencari materi pelajaran yang sesuai dengan topik pembelajaran. Mahasiswa yang memiliki referensi yang sesuai dengan tema pelajaran lebih mudah menyelesaikan tugas. Mahasiswa juga ikut berpartisipasi dalam proses perkuliahan, sehingga kecenderungan untuk mengakses internet berkurang, serta perilaku *cyberslacking* dapat dihindari.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa di Kota Makassar, maka peneliti menyimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dalam belajar dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa di Kota Makassar. Tidak terdapat hubungan antara peningkatan regulasi diri dalam belajar terhadap penurunan *cyberslacking*. Sedangkan jika dianalisis berdasarkan perstrategi regulasi diri dalam belajar, strategi mencari informasi berkorelasi negatif dengan perilaku *cyberslacking* dengan nilai korelasi, yaitu 0,005. Semakin tinggi strategi mencari informasi, maka semakin rendah perilaku *cyberslacking*.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Kendala yang dialami peneliti selama proses penelitian dilaksanakan, yaitu sulit mencari responden dari Universitas Hasanuddin dan UIN Alauddin Makassar, sehingga frekuensi kedua universitas tersebut tidak sebanyak responden dari Universitas Negeri Makassar. Peneliti sulit melakukan kontrol dalam proses *sampling* serta sulit mengawasi mahasiswa dalam proses pengisian kuesioner.

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini. Peneliti dapat menghadapi hambatan berkat dukungan dan dorongan yang diberikan. Terima kasih tak terhingga atas nasehat dan kritik yang membangun, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik walau banyak rintangan yang dihadapi. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan teman-teman.

DAFTAR REFERENSI

- 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>
- Alt, D. (2017). Students' social media engagement and fear of missing out (FoMO) in a diverse classroom. *Journal of Computing in Higher Education*, 29(2), 388–410. <https://doi.org/10.1007/s12528-017-9149-x>
- Anam, K., & Pratomo, G. A. (2019). Fenomena Cyberslacking pada Mahasiswa. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 11(3), 202–210. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v11i3.23378>
- Anugrah, A. P., & Margaretha, M. (2013). Regulasi diri mempengaruhi perilaku cyberloafing yang dimoderasi oleh berbagai karakteristik individual Mahasiswa Universitas Kristen Maranatha. *Seminar Nasional Dan Call for Paper*, 28.
- Apperson, J. M., Laws, E. L., & Scepansky, J. A. (2006). The impact of presentation graphics on students' experience in the classroom. *Computers and Education*, 47(1), 116–126. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2004.09.003>
- Azzahra, S. (2018). Pengaruh kepribadian hexaco, self regulation dan variabel demografis terhadap academic cyberloafing pada Mahasiswa. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/44126>
- Boekaerts, M. (1999). Self-regulated learning: Where we are today. *International Journal of Educational Research*, 31(6), 445–457. [https://doi.org/10.1016/S0883-0355\(99\)00014-2](https://doi.org/10.1016/S0883-0355(99)00014-2)
- Bohang, F. K. (2018). *Berapa Jumlah Pnengguna Internet di Indonesia?* Kompas. <https://tekno.kompas.com/read/2018/02/22/16453177/berapa-jumlah-pengguna-internet-indonesia> (diakses 14 Oktober 2020)
- Butler, D. L., & Winne, P. H. (1995). Feedback and self-regulated learning: A theoretical synthesis. *Review of Educational Research*, 65(3), 245–281. <https://doi.org/10.3102/00346543065003245>
- Flanigan, A. E., & Kiewra, K. A. (2018). What college instructors can do about student cyber-slacking. *Educational Psychology Review*, 30(2), 585–597. <https://doi.org/10.1007/s10648-017-9418-2>
- <https://regional.kompas.com/read/2019/08/30/21221791/aniaya-mahasiswa-karena-main-ponsel-saat-kuliah-seorang-dosen-dinonaktifkan?amp=1&page=2>, diakses pada Minggu, 7 Oktober 2019 pukul 21.07 WITA.
- Junco, R., & Cotten, S. R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic performance. *Computers and Education*, 59(2), 505–514. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2011.12.023>
- Kadioğlu, C., Uzuntiryaki, E., & Aydin, Y. Ç. (2011). Development of self-regulatory strategies scale (SRSS). *Egitim ve Bilim*, 36(160), 11–23.
- Keller, J. M. (2010). Motivational design for learning and performance: The ARCS model approach. *Motivational Design for Learning and Performance: The ARCS Model Approach*, 1–353. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1250-3>
- Lavoie, J. A. A., & Pychyl, T. A. (2001). Cyberslacking and the procrastination superhighway: A

- web-based survey of online procrastination, attitudes, and emotion. *Social Science Computer Review*, 19(4), 431–444. <https://doi.org/10.1177/089443930101900403>
- Li, K., & Keller, J. M. (2018). Use of the ARCS model in education: A literature review. *Computers and Education*, 122(March), 54–62. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.03.019>
- McCoy, B. R. (2016). Digital distractions in the classroom phase II: Student classroom use of digital devices for non-class related purposes part of the communication commons, instructional media design commons, and the Scholarshi. *Journal of Media Education*, 7(1), 5–32. <https://digitalcommons.unl.edu/journalismfacpub/90/>
- Pintrich, P. R. (1995). Understanding self-regulated learning what is self-regulated learning? *New Directions for Teaching and Learning*, 63, 3–12.
- Pratama, M. Y. A., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Perilaku Cyberloafing pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 21–33.
- Rana, N. P., Slade, E., Kitching, S., & Dwivedi, Y. K. (2019). The IT way of loafing in class: Extending the theory of planned behavior (TPB) to understand students' cyberslacking intentions. *Computers in Human Behavior*, 101, 114–123. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.022>
- Samson, P. (2011). Deliberate engagement of laptops in large lecture classes to improve attentiveness and engagement. *ASEE Annual Conference and Exposition, Conference Proceedings*.
- Sartika, S. H. (2021). Motivasi Belajar dan Regulasi Diri Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 260–271. <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.127>
- Sawitri, H. S. R., & Mayasari, D. (2017). Keeping up with the cyberloafing: How do cyberloafing and creative self-efficacy bear with creativity? *Journal for Global Business Advancement*, 10(6), 652–670. <https://doi.org/10.1504/JGBA.2017.091931>
- Simanjuntak, E. (2018). *First year challenge: The role of self-regulated learning to prevent internet addiction among first-year university students*. 133, 180–184. <https://doi.org/10.2991/acpch-17.2018.5>
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2019). Do students really use internet access for learning in the classroom?: Exploring students' cyberslacking in an Indonesian university. *Behavioral Sciences*, 9(12), 1–9. <https://doi.org/10.3390/bs9120123>
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2020). *Cyber Slacking among University Students: The Role of Internet Habit Strength, Media Multitasking Efficacy and Self Regulated Learning*. June 2020, 239–247. <https://doi.org/10.5220/0008587702390247>
- Siste, K., Hanafi, E., Sen, L. T., Christian, H., Adrian, Siswidiani, L. P., Limawan, A. P., Murtani, B. J., & Suwartono, C. (2020). The Impact of Physical Distancing and Associated Factors Towards Internet Addiction Among Adults in Indonesia During COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study. *Frontiers in Psychiatry*, 11(September), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.580977>
- Timmis, J., Hart, E., Hone, A., Neal, M., & Robins, A. (2012). *Immuno-engineering*. 268, 3–17.
- Ugrin, J. C., Pearson, J. M., & Odom, M. D. (2007). Profiling cyber-slackers in the workplace: Demographic, cultural, and workplace factors enterprise system security management view project. *Article in Journal of Internet Commerce*, 6(3), 75–89. <https://doi.org/10.1300/J179v06n03>
- Varol, F., & Yıldırım, E. (2018). An examination of cyberloafing behaviors in classrooms from students' perspectives. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, July, 26–46. <https://doi.org/10.17569/tojqi.349800>

- Varol, F., & Yildirim, E. (2019). Cyberloafing in higher education: Reasons and suggestions from students' perspectives. *Technology, Knowledge and Learning*, 24(1), 129–142. <https://doi.org/10.1007/s10758-017-9340-1>
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2001). *Self regulated learning and academic achievement: Theoretical perspective*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Zimmerman, Barry J., & Pons, M. M. (1986). Development of a Structured Interview for Assessing Student Use of Self-Regulated Learning Strategies. *American Educational Research Journal*, 23(4), 614–628. <https://doi.org/10.3102/00028312023004614>
-