

## Hubungan Variabel Interaksi Sosial Sebelum dan Saat Pandemi terhadap Regulasi Belajar Mahasiswa

<sup>1</sup>Moh. Humam Arkan Hutomo, <sup>2</sup>Diah Fatmawati, <sup>3</sup>Nazilah Khotimatussannah,  
<sup>4</sup>Rika Dwi Agustiningih  
Universitas Muhammadiyah Bandung  
Email: rentanpecah@gmail.com

### Abstrak

Masa pandemi menuntut pemerintah untuk menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang berdampak pada aktivitas pembelajaran. Terjadi perubahan proses interaksi sosial pada mahasiswa, baik terhadap dosen dan sesama mahasiswa. Hal ini berpengaruh terhadap capaian prestasi belajar mahasiswa yang terlihat dari perbedaan regulasi belajar mahasiswa sebelum dan saat pandemi. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi perbedaan regulasi belajar sebelum dan selama pandemi, sehingga diketahui proses interaksi sosial yang efektif untuk meningkatkan regulasi belajar mahasiswa selama era kebiasaan baru. Sampel penelitian sebanyak 62 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung dipilih secara acak. Instrumen penelitian menggunakan tiga kuesioner, Kuesioner Regulasi Belajar Mahasiswa ( $\alpha=0,854$ ), Kuesioner Interaksi Sosial Sebelum Pandemi ( $\alpha=0,9222$ ), dan Kuesioner Interaksi Sosial Saat Pandemi ( $\alpha=0,900$ ). Data kuantitatif dianalisis menggunakan uji regresi untuk mengetahui hubungan variabel interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. Uji parsial (uji-t) untuk mengetahui pengaruh dari setiap variabel bebas, yaitu interaksi sosial sebelum dan saat pandemi, terhadap variabel terikat, yakni regulasi belajar mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh interaksi sosial sebelum pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa ( $\text{sig.}\alpha=0,000$ ), dan untuk interaksi sosial saat pandemi tidak berpengaruh signifikan ( $\text{sig.}\alpha=0,390$ ) terhadap regulasi belajar mahasiswa. Hal ini disebabkan faktor lain yang mempengaruhi regulasi belajar mahasiswa selama masa pandemi, seperti konsentrasi, kemandirian, percaya diri, emosi, dan media belajar elektronik (faktor eksternal). Dengan demikian, selama era kebiasaan baru interaksi sosial tetap harus terjadi meskipun dilakukan secara virtual karena dapat membangun iklim positif dalam kesejahteraan mahasiswa saat menghadapi situasi saat ini.

*Kata kunci: interaksi sosial, regulasi belajar, pandemi covid-19*

### Pendahuluan

Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat dipisahkan dengan interaksi sosial karena pada dasarnya interaksi dalam lingkup masyarakat merupakan hal yang utama. Interaksi memegang peranan penting dalam hubungan antara individu satu

dengan individu lainnya. Penerapan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) pada masyarakat memiliki pengaruh yang sangat besar, terutama aktivitas pembelajaran mahasiswa yang dilakukan dari rumah. Terbatasnya interaksi sosial selama masa pandemic menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian diri, mencapai prestasi akademik yang baik, membuat perencanaan belajar yang baik, mengontrol waktu belajar dengan baik, dan memiliki sikap belajar yang positif pada mahasiswa. Hal ini dalam teori dikenal dengan regulasi belajar (Bandura, 1997).

Terdapat empat aspek dalam interaksi sosial (Gerungan, 2004), yakni imitasi, adanya masalah dorongan mahasiswa untuk mematuhi nilai-nilai serta aturan yang berlaku dalam setting akademik. Kemudian aspek sugesti, adanya masalah mahasiswa yang menerima pandangan-pandangan atau sikap-sikap tertentu yang dimiliki oleh mahasiswa lainnya dan dosen, karena memiliki prestise sosial yang tinggi. Kemudian aspek identifikasi, adanya masalah mahasiswa dalam membentuk dirinya melalui komunikasi yang terjadi dalam situasi akademik. Terakhir, aspek simpati yang menimbulkan permasalahan dalam hal tingkat ketertarikan mahasiswa terhadap mahasiswa lainnya dan dosen sehingga mendorong mereka untuk terlibat dan saling bekerjasama.

Sebuah penelitian mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki banyak peran sangat membutuhkan regulasi diri dalam belajar yang baik agar mendapatkan prestasi akademik yang baik (Schaie dan Carstense, 2006). Penelitian lainnya pun menyebutkan bahwa salah satu teori yang relevan dengan regulasi diri adalah teori dalam psikologi sosial yang berorientasi pada peran yaitu teori pemantauan diri (*self-monitoring*) jadi bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya (Bimo Walgito, 2011). Namun terdapat penelitian, yang menjelaskan bahwa “40% lebih tindakan yang dilakukan orang setiap hari bukanlah keputusan sungguhan melainkan kebiasaan yang memang ada sebelumnya, jadi regulasi belajar yang tercipta pun akan sama sesuai kebiasaannya bukan karena adanya permasalahan pandemi saat ini (Charles Duhigg, 2014). Terdapat penelitian lain dalam jurnal psikologi menyimpulkan bahwa subjek yang menggunakan regulasi diri dalam

belajar berupa regulasi kognitif, regulasi motivasi, regulasi perilaku, dan regulasi emosi bukan hanya terkait interaksi sosial. Dengan demikian interaksi sosial memiliki peranan penting dalam mendukung prestasi belajar mahasiswa.

Dalam teori regulasi belajar yang disampaikan oleh Bandura, (1986) mengidentifikasi lima aspek terbentuknya mahasiswa dalam mengendalikan proses belajarnya. Pertama, *self-determined standards and goals*, yaitu mengidentifikasi tujuan-tujuan tertentu yang mereka hargai dan yang banyak mereka arahkan terhadap perilaku mereka. Lalu aspek *self-observation*, mengamati diri sendiri dalam tindakan, untuk membuat kemajuan menuju tujuan penting, orang harus menyadari seberapa baik mereka lakukan saat ini. Kemudian aspek *self-evaluation*, dimana perilaku orang sering dinilai oleh orang lain. Selanjutnya ada aspek *self-reaction*, saat orang menjadi semakin mengatur diri, mereka mulai memperkuat diri mereka. Terakhir, adalah aspek *self-reflection*, ketika peserta didik yang benar-benar mengatur diri sendiri merefleksikan dan secara kritis memeriksa tujuan mereka, keberhasilan dan kegagalan masa lalu, dan keyakinan tentang kemampuan mereka, dan mereka membuat penyesuaian apa pun terhadap apa yang tampaknya diperlukan.

Dalam beberapa penelitian ditemukan adanya pengaruh regulasi belajar dengan peran sosial yang lain berbagai faktor seperti karakteristik individu atau kepribadian, ajaran budaya dan agama yang dianut, motivasi, keyakinan diri dan situasi pencetus yang menyebabkan munculnya proses regulasi (Rachmah, 2015). Terdapat pula hubungan positif antara hubungan dengan teman sebaya saat terjadinya interaksi sosial pada regulasi diri dalam belajar (Sumia, 2020), dan terakhir ada pula hubungan positif antara interaksi sosial mahasiswa terhadap regulasi belajar, yang salah satunya melalui Implikasi mahasiswa terhadap meregulasi diri dengan bergabung dengan salah satu organisasi kemahasiswaan, baik itu yang berada di dalam atau di luar kampus (Alfina, 2013). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut menggambarkan adanya hubungan positif antara intraksi sosial dengan regulasi belajar.

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui pengaruh interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. Hal ini akan memberikan gambaran terkait proses interaksi sosial pada era tatanan baru yang menunjang regulasi belajar mahasiswa. Adapun manfaat yang akan diperoleh mahasiswa yakni mengetahui bagaimana cara berinteraksi yang dapat menunjang capaian akademik mereka di era tatanan baru. Hipotesis dalam penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat pengaruh antara interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa.

### Metode

Penelitian menggunakan *non experimental design* yang bertujuan untuk melihat pengaruh antara interaksi sosial (variabel bebas) dengan regulasi belajar (variabel terikat). Responden penelitian berjumlah 62 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung angkatan 2016-2019. Teknik pengambilan sampel secara acak (*random sampling*) dari anggota populasi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi. Instrumen penelitian yang digunakan berupa *self-report* (kuesioner). Kuesioner dalam penelitian ini terdiri dari Kuesioner Regulasi Belajar Mahasiswa ( $n=39$  item,  $\alpha=0,854$ ), Kuesioner Interaksi Sosial Sebelum Pandemi ( $n=40$  item,  $\alpha=0,9222$ ), dan kuesioner Interaksi Sosial Saat Pandemi ( $n=40$  item,  $\alpha=0,900$ ).

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari interaksi sosial dan regulasi belajar.

1. Variabel bebas Interaksi sosial (hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu mempengaruhi, mengubah atau memperbaiki kelakuan individu yang lain, atau sebaliknya (Gerungan, 2004)). Dalam penelitian ini, interaksi sosial terbagi ke dalam dua kondisi, yaitu;
  - 1) Interaksi sosial mahasiswa disaat sebelum pandemi adanya kontak primer antara mahasiswa dikampus.
  - 2) Interaksi sosial mahasiswa ditengah pandemic menjadikan mahasiswa melakukan interaksi melalui media sosial atau kontak sekunder.

2. Variabel terikat

*Self-regulation* (bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri (Bandura, 1997)).

Data penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik regresi, untuk mengetahui hubungan variabel interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. Di sisi lain, uji parsial (uji-t) untuk mengetahui pengaruh dari interaksi sosial sebelum dan saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa.

**Hasil**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	16.766	17.048		.983	.329
interaksisosialpre	.729	.086	.737	8.433	.000
interaksisosialpandemi	.101	.117	.076	.867	.390

a. Dependent Variable: selfregulation

Uji regresi linear digunakan untuk mengetahui hubungan variabel interaksi sosial sebelum pandemi dan saat pandemi terhadap regulasi belajar, yang dinyatakan dengan persamaan:

$$Y = 16,766 + 0,729 X_1 + 0,101 X_2$$

Koefisien regresi untuk variabel  $X_1$  (interaksi sosial sebelum pandemi) bernilai positif, artinya adanya hubungan yang searah antara variabel interaksi sosial sebelum pandemi terhadap variabel regulasi belajar. Koefisien regresi variabel  $X_1$  menunjukkan nilai sebesar 0,729. Koefisien regresi untuk variabel  $X_2$  (interaksi sosial saat pandemi) bernilai positif, artinya adanya hubungan yang searah antara variabel interaksi sosial saat pandemi terhadap variabel regulasi belajar. Koefisien regresi variabel  $X_2$  menunjukkan nilai sebesar 0,101.

Uji t dimanfaatkan untuk mengetahui pengaruh dari variabel interaksi sosial sebelum pandemi dan saat pandemi terhadap variabel regulasi belajar. Apabila hasil uji t dengan nilai signifikan  $< 0,05$ , maka artinya variabel bebas secara individual atau parsial memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel terkait. Berdasarkan tabel di atas, pada variabel interaksi sosial sebelum pandemi mendapatkan nilai t hitung sebesar 8,433 dengan nilai *sig* sebesar 0,000. Dari hasil uji ini dapat dikatakan bahwa variabel interaksi sosial sebelum pandemi memiliki pengaruh signifikan terhadap regulasi belajar. Selain itu pada variabel interaksi sosial saat pandemi mendapatkan nilai t hitung sebesar 0,867 dengan nilai *sig* sebesar 0,390. Maka dari hasil uji ini dapat dikatakan bahwa variabel interaksi sosial saat pandemic tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap regulasi belajar. Dengan demikian ada faktor lain yang memiliki pengaruh signifikan terhadap regulasi belajar.

### Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh interaksi sosial sebelum pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. Penelitian ini membuktikan bahwa mahasiswa dengan interaksi sosial lain yang dimilikinya akan melakukan regulasi diri dalam belajar yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak memiliki interaksi sosial lain (Schaie dan Carstensen, 2006). Interaksi sosial sebelum pandemi menjadi sangat penting bagi regulasi belajar mahasiswa yang mampu mendorong perubahan diri yang signifikan sehingga terlihat dari prestasi belajarnya.

Interaksi sosial memiliki empat aspek pembentuk, yakni imitasi, sugesti, identifikasi, dan simpati. Kemampuan berinteraksi sosial salah satu keberhasilan adaptasi yang dilakukan mahasiswa dalam aspek pembelajaran di lingkungan kampusnya. Interaksi sosial ini dapat dilakukan dengan mengikuti program yang diadakan kampus seperti organisasi kemahasiswaan yang menjadi wadah interaksi sosial mahasiswa yang menunjang kemampuan regulasi belajarnya. Mahasiswa bisa mencari pengalaman mereka selama di kampus dengan banyak bersosialisasi

dengan mahasiswa lainnya maupun dosen yang menjadi sumber pengetahuan baru bagi mereka.

Pintrich memaparkan bahwa regulasi diri dalam belajar merupakan usaha keras untuk mengontrol perilaku, motivasi dan afek, kognisi, serta usaha keras untuk mencapai tujuan tertentu maka individu harus mengendalikan tindakannya (Yukselturk et al, 2009). Thoresen dan Mahoney memaparkan dari perspektif sosial kognitif, bahwa keberadaan regulasi diri dalam belajar ditentukan oleh tiga wilayah yakni wilayah individu, perilaku, dan lingkungan (Zimmerman, 1989). Dengan demikian, regulasi belajar mahasiswa akan lebih baik jika mendapatkan dukungan sosial melalui proses interaksi sosial.

Hasil penelitian lainnya menyebutkan bahwa tidak terdapat pengaruh interaksi sosial saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa. Hal ini dapat disebabkan adanya faktor lain yang mempengaruhi regulasi belajar mahasiswa selama masa pandemi, seperti konsentrasi, percaya diri, emosi, dan media belajar elektronik (faktor eksternal). Pintrich (2004) menyebutkan bahwa perspektif regulasi diri dalam belajar mengasumsikan seorang pembelajar memiliki potensi untuk dapat mengontrol dan meregulasi beberapa aspek pada diri mereka seperti kognisi, motivasi, perilaku dan juga beberapa aspek lingkungan mereka.

Regulasi belajar mahasiswa selama masa pandemi pun dapat dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dan lingkungannya sekalipun tanpa adanya pengaruh dari luar. Seperti yang dikemukakan oleh Alwisol (2009), bahwa pada dasarnya manusia memiliki kemampuan berpikir yang dapat digunakan untuk memanipulasi lingkungan sehingga mengakibatkan perubahan lingkungan serta mampu mengatur tingkah lakunya sendiri. Hal ini menjadi faktor penyebab tidak adanya pengaruh dari dukungan sosial terhadap regulasi belajar.

Konsentrasi mahasiswa dalam perkuliahan menjadi faktor lain yang turut berperan terhadap regulasi belajar. Selama kegiatan belajar, penggunaan sarana dan prasarana jaringan menjadi komponen yang mempengaruhi konsentrasi mahasiswa selama belajar. Hal ini membuat mahasiswa kesulitan dalam memahami

materi karena akses jaringan yang buruk. Husamah (2013) menyatakan bahwa jika jaringan kurang memadai, maka akan berpengaruh terhadap pembelajaran yang dilaksanakan sehingga menjadi tidak efektif.

Emosi negatif yang muncul akan mempengaruhi regulasi belajar mahasiswa selama masa pandemi. Regulasi emosi dibutuhkan untuk mengatur pengalaman emosional dalam mencapai keinginan sosial dan memberikan respon yang tepat secara fisik dan psikologis terhadap tuntutan instrinsik dan ekstrinsik (Hwang, 2006). Mahasiswa pada masanya juga melakukan regulasi emosi yaitu dengan memilih tugas yang disenangi terlebih dahulu untuk diselesaikan, meminimalisir hal yang tidak menyenangkan agar tidak memengaruhi emosi. Faktor lainnya, seperti percaya diri, keinginan untuk mendapatkan nilai yang terbaik dari setiap pembelajaran nyatanya belum terlihat dari kepercayaan diri mahasiswa, menunjukkan beberapa mahasiswa masih merasa kurang percaya diri terhadap tugas-tugas yang telah mereka kerjakan.

Adanya keterbatasan dalam interaksi sosial saat pandemi, seperti pada proses imitasi menyebabkan mahasiswa menjadi kurang terbuka dalam menerima masukan dosen dan mahasiswa kurang termotivasi untuk belajar bersama mahasiswa lainnya. Hal ini berdampak kurangnya dorongan untuk mematuhi nilai-nilai serta aturan akademik yang berlaku. Selain itu, proses sugesti yang terbatas membuat mahasiswa menjadi kurang aktif dan kritis dalam menyikapi suatu persoalan dalam lingkup perkuliahan, dan mahasiswa yang belajar dalam waktu yang lebih singkat selama pandemi ini. Di sisi lain proses identifikasi mahasiswa untuk mengaplikasikan ilmu yang didapat dari dosen dalam kehidupan sehari-hari menjadi sulit. Proses simpati saat dosen atau mahasiswa yang saling berinteraksi secara virtual pun mengalami hambatan dalam menyampaikan pesan serta mahasiswa kesulitan berbincang bersama teman secara luwes. Berdasarkan keempat aspek tersebut, interaksi sosial dalam masa pandemi ini mengurangi capaian prestasi belajar mahasiswa, sehingga hambatan regulasi belajar pun dipicu pula oleh munculnya faktor lain.



*"New Normal"* menjelaskan suatu era dimana berbagai kemungkinan akan hadir bagi mereka yang mau bermain dengan aturan baru untuk jangka lama. Interaksi sosial selama era kebiasaan baru tetap penting dan dibutuhkan agar mahasiswa tetap terjaga kesejahteraannya dan mampu berprestasi dengan baik. Berdasarkan empat aspek interaksi sosial menurut Gerungan (2004), interaksi yang dapat dijalankan dalam era tatanan baru yakni mengembangkan aspek simpati dengan mengarahkan keinginan untuk bekerjasama dalam menghasilkan suatu tujuan bersama.

Interaksi sosial pada aspek simpati ini sangat penting dalam era tatanan baru, hal ini yang akan dijadikan sebagai tuntunan hidup kedepannya. Simpati dalam peningkatan regulasi belajar dapat dilakukan dengan menyadari bahwa setiap individu perlu memenuhi kebutuhan untuk saling peduli. Sebagai contoh interaksi yang dilakukan antar dosen dengan mahasiswa, seperti melakukan penelitian, menganalisis data penelitian bersama dosen berdasarkan hasil riset yang diberikan dosen sekalipun dalam masa pandemi dan secara daring karena ada rasa ingin saling membanggakan lewat kerja sama, dan mahasiswa dengan mahasiswa lainnya seperti selama kuliah daring ini, mahasiswa tetap mengajak teman yang pintar untuk belajar materi dikelas yang belum paham.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh adanya keberhasilan mahasiswa dalam melakukan regulasi belajar sebelum pandemi disebabkan interaksi sosial yang terjadi antara mahasiswa dengan mahasiswa dan mahasiswa dengan dosen. Sedangkan interaksi sosial saat pandemi terhadap regulasi belajar mahasiswa tidak berpengaruh signifikan yang dipengaruhi oleh munculnya faktor lain, seperti konsentrasi, percaya diri, emosi, dan media belajar elektronik (faktor eksternal).

Dengan demikian adanya interaksi sosial saat pandemi, dengan memiliki simpati yang baik individu akan memiliki keinginan untuk kerjasama sehingga menghasilkan suatu tujuan bersama yang dapat menguntungkan kedua belah

pihak. Simpati dalam peningkatan regulasi belajar dapat digunakan sebagai interaksi sosial yang diperlukan dalam era tatanan baru. Rasa simpati ini dapat dibangun dengan kesadaran masing-masing, karena dalam kehidupan bermasyarakat khususnya pada era tatanan baru ini kita akan saling membutuhkan antar individu dengan individu lainnya. Sehingga membangun ketertarikan mahasiswa terhadap mahasiswa lainnya dan dosen sehingga mendorong mereka untuk terlibat dan saling bekerjasama dan lebih percaya diri.

### Daftar Pustaka

- Fitriyani, Y., Fauzi, I. & Sri, M. Z., (2020). Motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemik covid-19. *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan*, 6(2), pp. 165-175.
- Lerek, F., (2015). Pengaruh motivasi belajar dan dukungan sosial teman sebaya terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang. *Jurnal Psikologi*, 3(1), pp. 441-452.
- Ormord, J. E., (2012). *Human Learning* sixth edition ed. United States of America: Pearson Education.
- Rachmah, D. N., (2015). Regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang memiliki peran banyak. *Jurnal Psikologi*, 42(1), pp. 61-77.
- Sumia, D., Sandayanti, V. & Detty, A. U., (2020). Pengaruh teman sebaya dan regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), pp. 10-17.
- Umairah, P. & Z., (2020). Peningkatan motivasi belajar menggunakan “google classroom” ditengah pandemi covid-19 pada peserta didik kelas XI IPS 4 SMAN 1 Bangkinang Kota. *Journal On Education*, 2(3), pp. 275-285.
- Z. & Susilowati, A., (2020). Meningkatkan motivasi belajar peserta didik dengan menggunakan media modul elektronik di era revolusi industri 4.0. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Biolog*, 6(2), pp. 145-158.