

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat regulasi diri yang rendah pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok, yang artinya bahwa H_0 pada penelitian ini dapat diterima dan H_a pada penelitian ditolak.

5.2 Diskusi

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat regulasi diri yang rendah pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok. Didukung oleh penemuan Malimbe et al (2021) bahwa mahasiswa pengguna TikTok cenderung mempunyai manajemen waktu yang buruk dimana tidak bisa membagi waktu, antara waktu belajar dengan waktu bermain ponsel. Kemudian Putri et al., (2021) juga menemukan bahwa mahasiswa yang menggunakan TikTok sulit berkonsentrasi saat belajar.

Penelitian ini juga menemukan bahwa dimensi *triggering* dari variabel regulasi diri cenderung rendah dibandingkan dengan dimensi lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menggunakan TikTok tidak melakukan perubahan pada perilaku yang buruk atau tidak menggunakan ide gagasan yang bervariasi dalam mengatasi sebuah masalah. Hal ini dapat terjadi karena mahasiswa tidak dapat mengolah informasi yang didapatkan untuk melakukan inovasi atau perbaikan. Saat siswa dihadapkan dengan tugas yang diberikan dosen, ia tidak dapat menyelesaikan tugasnya dengan maksimal karena bermain TikTok dan tidak merubah metode pengerjaan tugas. Hal ini dapat membuat siswa tidak memiliki progres untuk berkembang menjadi lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Awalia & Rifandi (2022) yang menemukan bahwa peran regulasi diri penting untuk membantu mahasiswa mengatur waktu, kapan harus belajar dan kapan bisa bermain media sosial.

Dalam penelitian ini terdapat beberapa kekurangan, seperti banyaknya butir aitem yang harus di eliminasi sebanyak 18 aitem sehingga mengartikan bahwa subjek kurang memahami materi yang diuji, karena aitem tersebut dibawah 0,3. Widhiarso (2010) berpendapat penyebab aitem yang di eliminasi menggambarkan sejauh mana aitem dan juga seluruh tes sudah mengukur atribut. Jika peneliti mendapati banyaknya aitem yang di eliminasi, hal tersebut disebabkan oleh pengukuran multidimensional.

Selain itu penelitian ini tidak mencantumkan pertanyaan kepada subjek tentang durasi waktu menggunakan TikTok, mengingat hal tersebut penting untuk ditanyakan agar peneliti mendapatkan gambaran regulasi diri subjek yang menggunakan TikTok. Seperti yang di kemukakan oleh Putri (2022) dalam pembuatan kuesioner yaitu individu perlu menetapkan informasi apa yang ingin diperoleh sesuai dengan yang dibutuhkan penelitian. Lalu, membuat *list* pada formulir kuesioner apa yang perlu dicantumkan. Jika ingin mendapati gambaran yang mencerminkan subjek, peneliti perlu memeriksa kembali apakah pertanyaan sudah sesuai dan lengkap agar nantinya hasil dapat memberikan gambaran subjek sdengan sebenarnya.

5.3 Saran

5.3.1 Saran Metodologis

- a. Penelitian ini memiliki keterbatasan dimana banyaknya butir aitem yang di eliminasi pada alat ukur regulasi diri, sehingga diharapkan penelitian selanjutnya perlu mengevaluasi dalam proses pengujian, dengan menambah subjek saat uji coba dan meningkatkan butir aitem yang digunakan untuk memperoleh hasil yang relevan.
- b. Pada penelitian ini memiliki keterbatasan dalam menjangkau subjek, sehingga penelitian selanjutnya perlu memperhatikan teknik pengambilan *sampling* sehingga bisa mendapati gambaran subjek dengan sebenarnya.
- c. Pada penelitian ini tidak mencantumkan pertanyaan kepada subjek

tentang durasi waktu menggunakan TikTok, hal tersebut penting untuk ditanyakan agar peneliti mendapatkan gambaran regulasi diri subjek yang menggunakan TikTok, sehingga diharapkan penelitian selanjutnya dapat mencantumkan pertanyaan durasi penggunaan TikTok.

5.3.2 Saran Praktis

- a. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat regulasi diri yang rendah terhadap mahasiswa pengguna media sosial TikTok, sehingga saran praktis yang dapat peneliti berikan kepada dosen pembimbing akademik, yaitu melatih regulasi diri mahasiswa salah satunya adalah dengan mengikuti kegiatan seminar atau pelatihan terkait dengan pengaplikasian regulasi diri di kehidupan sehari-hari atau dalam belajar.
- b. Saran yang dapat peneliti berikan kepada Universitas agar mempertimbangkan untuk membuat kegiatan edukasi tambahan terkait pengembangan regulasi diri mahasiswa dalam bentuk seminar, webinar, atau layanan konsultasi.