

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pengguna media belakangan ini, semakin meningkat. Hal ini dapat terlihat pada tahun-tahun sebelumnya. Seperti pada tahun 2019, dimana pengguna media sosial secara global hanya mencapai 3,7 miliar. Sedangkan, pada tahun 2020 penggunaannya mengalami kenaikan menjadi 4,1 miliar. Tahun berikutnya juga mengalami kenaikan menjadi 4,6 miliar. Hingga tahun 2022 naik menjadi 4,7 miliar (Annur, 2022). Seperti halnya di Indonesia, sebanyak 48% dari populasi yang ada atau sekitar 130 juta orang menggunakan media sosial (databoks, Harahap & Adeni, 2020). Peningkatan penggunaan media sosial tersebut dikarenakan media sosial memudahkan masyarakat untuk saling berinteraksi dengan menggunakan berbagai aplikasi (Meraz, 2011). Berbagai aplikasi dari media sosial antara lain, seperti *WhatsApp*, *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *Snapchat*, *TikTok*, *YouTube* dan *LinkedIn* (Ozimek & Förster, 2021).

Salah satu aplikasi baru marak digunakan oleh sebagian masyarakat yaitu aplikasi TikTok (Mekler, 2021). Jumlah penggunaannya yang terus naik melonjak di skala global, yaitu sebanyak 1,39 miliar pengguna aktif di seluruh dunia (Dihni, 2022). Hal tersebut membuktikan bahwa aplikasi TikTok mengalahkan media sosial lainnya. Aplikasi TikTok menyediakan berbagai macam fitur-fitur menarik, seperti salah satu keunggulan dari aplikasi ini adalah dengan satu hastag *fyp* atau dikenal dengan *foryourpage* berbagai macam informasi terintegrasi dengan mudahnya bisa kita dapatkan dan bersifat aktual dan *uptodate*. Selain itu, informasi berbentuk audio visual TikTok, berdurasi 15 detik hingga 3 menit, dan kini dilengkapi dengan fitur lainnya yaitu TikTokshop sebagai tempat transaksi jual beli (Bresnick, 2019). Pengguna TikTok pun mendapat informasi, hiburan, pertemanan sekaligus popularitas (Siedlecki, 2020).

Kemunculan Tiktok ini, tentunya memunculkan beberapa dampak baik dan buruk bagi masyarakat. Dampak baik dari Tiktok, yaitu seperti yang di jelaskan oleh Utami et al (2021) bahwa aplikasi Tik Tok sebagai wadah media hiburan juga sebagai tempat untuk mengekspresikan kreativitas masyarakat. Selain itu aplikasi Tik Tok juga efektif untuk meningkatkan kemampuan *public speaking* seseorang (Wula & Francesco, 2022). Aplikasi Tik Tok juga memiliki berbagai fitur yang mudah digunakan, sebagai sarana pembelajaran yang menyenangkan juga menarik (Fatimah et al., 2021). Dewa & Safitri (2021) juga menambahkan bahwa Tiktok dapat dijadikan sebagai wadah promosi yang efektif karena banyaknya pengguna, mudah digunakan oleh kalangan milenial, dan terdapat fitur Tiktok ads yang memudahkan penyebaran konten. Malik (2021) juga menjelaskan aplikasi Tik Tok dapat memotivasi masyarakat untuk mengembangkan bakat atau potensinya melalui pemanfaatan aplikasi Tik Tok seperti bakat bernyanyi, melukis, bermain *game online*, dan *public speaking*.

Disisi lain, aplikasi Tik Tok juga mempunyai dampak buruk, seperti yang di jelaskan oleh Malimbe et al (2021) yang menemukan mahasiswa pengguna Tik Tok cenderung mempunyai *time management* yang kurang baik, dimana individu tidak mampu membagi waktu belajar dengan waktu bermain handphone. Hal tersebut berkaitan dengan data yang di temukan oleh Ginee (2021) bahwa pengguna Tik Tok di Indonesia terbanyak berusia 18-25 tahun, dimana umumnya seseorang di umur tersebut tengah menempuh jenjang pendidikan tinggi atau sudah masuk pada kategori sebagai mahasiswa (Hulukati & Djibran, 2018). Buton, (2021) juga menambahkan bahwa lupa waktu akibat Tik Tok mempengaruhi prestasi kuliah pada mahasiswa. Sama halnya dengan penelitian Mekler (2021) yang menemukan bahwa mahasiswa dalam menjalani kegiatan belajarnya, menghabiskan sebagian besar waktu untuk bermain Tik Tok. Berbagai hambatan dalam menjalani kegiatan di perkuliahan dalam menggunakan Tik Tok tersebut di sebabkan oleh regulasi diri yang rendah pada mahasiswa. Seperti pada penelitian Putri (2021) menemukan regulasi diri cenderung rendah dapat menyebabkan ketergantungan pada media sosial.

Regulasi diri merupakan kemampuan seseorang untuk mengembangkan, menerapkan, dan mempertahankan perilaku yang telah direncanakan untuk mencapai tujuan seseorang (Carey et al., 2005). Dengan adanya fenomena banyaknya pengguna TikTok, karena aplikasi tersebut memiliki berbagai macam fitur menarik dan terbaru, membuat para penggunanya sering menghabiskan waktu untuk menggunakan aplikasi tersebut (Idris et al., 2022). Mahasiswa yang memiliki regulasi diri rendah, sulit untuk mempertahankan perilaku yang telah direncanakan dan sulit mengatur waktu karena lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain TikTok (Setiyawati, 2019).

Regulasi diri berguna bagi mahasiswa pengguna media sosial TikTok dalam menerapkan strategi-strategi untuk mengatur waktu dengan bijak, mengelola diri secara ketat dengan memberi batasan kapan boleh menggunakan aplikasi tersebut, kapan harus belajar. Sehingga, tidak mengganggu kegiatan belajar (Husna et al., 2014). Maka dari itu, regulasi diri penting bagi mahasiswa pengguna TikTok untuk mencapai kegiatan belajar yang tepat, dan prestasi di perkuliahan (Cho & Shen, 2013). Regulasi diri memungkinkan mahasiswa untuk mengendalikan dirinya ketika menempatkan diri di lingkungan universitas agar dapat mengikuti kegiatan perkuliahan walaupun mahasiswa tersebut bermain TikTok. Mahasiswa yang menggunakan TikTok juga dapat mengelola waktu, membangun kondisi yang optimal sehingga menghindari diri dari hambatan yang tak diharapkan (Rooij dalam Patricia, 2021). Mahasiswa pengguna media sosial TikTok yang memiliki regulasi diri tinggi diharapkan dapat mengelola dirinya secara baik, sehingga tidak mengganggu prestasi kuliah (Febritama & Sanjaya, 2018).

Untuk mengetahui fenomena regulasi diri pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok, peneliti melakukan wawancara kepada dua mahasiswa daerah Tangerang Selatan, narasumber S, dan B. Dari hasil wawancara, pada narasumber S yang menggunakan aplikasi TikTok dapat menetapkan tujuan akademik yang akan dicapai, mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan akademik yang telah ditentukan sebelumnya, merencanakan kegiatan perilaku, memantau pelaksanaan kegiatan yang dirancang untuk mencapai

tujuan, dan mengevaluasi perencanaan dan pelaksanaan [Narasumber S, Hasil Wawancara, Januari 2023].

Sedangkan pada narasumber B yang menggunakan aplikasi TikTok, ia tidak dapat menetapkan tujuan akademik yang akan dicapai dan tidak mengembangkan strategi untuk mencapai tujuan akademik yang telah ditentukan, juga evaluasi pelaksanaan untuk mencapai target. Sehingga keefektivitasan dari rencana yang telah disusun tidak sesuai dengan apa yang diinginkan [Narasumber B, Hasil Wawancara, Januari 2023].

Hal tersebut sejalan dengan penelitian / Siregar (2021) yang menemukan semakin siswa sering menggunakan media sosial TikTok, maka siswa memiliki regulasi diri cenderung rendah. Namun, penelitian tersebut fokus kepada responden remaja tidak ke mahasiswa. Selain itu, Umamah & Cahyono (2022) menemukan mahasiswa EFL yang menggunakan aplikasi TikTok memiliki regulasi diri yang kurang baik. Namun penelitian tersebut tidak hanya meneliti aplikasi TikTok, ada berbagai macam aplikasi lainnya. Dari pemaparan berbagai fenomena di atas, maka dari itu peneliti tertarik untuk melihat gambaran regulasi diri pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang ada pada penelitian ini adalah apakah terdapat regulasi diri yang tinggi pada mahasiswa pengguna media sosial TikTok?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah mendapatkan gambaran regulasi diri mahasiswa pengguna media sosial TikTok.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang terdapat pada penelitian ini yaitu berguna untuk dijadikan sebagai referensi untuk mata kuliah terkait, seperti Psikologi Pendidikan, Psikologi Kognitif, dan Psikologi Sosial yang melibatkan komponen regulasi diri mahasiswa yang menggunakan aplikasi Tiktok.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis pada penelitian ini bagi dosen pembimbing akademik dan Universitas. Bagi dosen pembimbing akademik, hasil penelitian ini diharapkan memberikan gambaran untuk merencanakan strategi bimbingan terkait meningkatkan regulasi diri agar mahasiswa dapat lulus tepat waktu dan prestasi yang meningkat. Bagi Universitas, hasil penelitian ini diharapkan memberikan gambaran untuk memberikan kegiatan seminar terkait meningkatkan regulasi diri pada mahasiswa untuk meningkatkan prestasi dan bagaimana cara menumbuhkan regulasi diri yang baik.