

Studi Literasi *Self Regulated Learning* pada Mahasiswa yang Mengalami Adiksi Game Online Mobile Legends

Literacy Study Self Regulated Learning for College Student Who Addiction To The Online Game Mobile Legends

¹Shamira Dian Mayasari, ²Lilim Halimah

^{1,2}Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung,
Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116

email: shamiradian@yahoo.co.id, aumisyanida@gmail.com

Abstract. Students are demanded to carry out lecture activities, so they could achieve the objective of their study. In fact there are some students of Faculty of Communication at the University of X, they also addicted to online games. who in carrying out their active college activities also play online games, even to addiction. Therefore it required students to have good strategy. Students of the Faculty of Communication at the University of X, have a good strategy in carrying out and working on academic tasks, able to evaluate their performance that has been achieved. The purpose of this study was to find out how the description of self-regulated learning in students who experienced addiction to the online game Mobile Legends at the Faculty of Communication Sciences, University of X. The number of samples in this study were 48 students. Data collection uses a questionnaire constructed by researchers based on the theory of self regulated learning by Zimmerman (1989). The results showed that the students of the Faculty of Communication Sciences, University of X who had high self-regulated learning were 41 people with a percentage of 85.42%. It means, the students at the Faculty of Communication Sciences, University of X have the ability to regulate themselves in carrying out their demands in college and their desire to play Mobile legend online games, so they are able to demonstrate good academic performance even though they are also focused on playing Mobile Legends online games.

Keywords: Self Regulated Learning, Gaming Addiction, Mobile Legends

Abstrak. Mahasiswa memiliki tuntutan yaitu melaksanakan aktivitas-aktivitas kuliah dan mencapai tujuan kuliahnya. Tetapi terdapat mahasiswa yang dalam melaksanakan aktivitas kuliahnya aktif juga bermain *game online*, bahkan hingga menjadi adiksi. Hal tersebut mengharuskan mahasiswa memiliki strategi yang baik. Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi di Universitas X, memiliki strategi yang baik dalam melaksanakan serta mengerjakan tugas-tugas akademik, mampu mengevaluasi kinerja mereka yang telah dicapai. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran mengenai *self regulated learning* pada mahasiswa yang mengalami adiksi *game online* Mobile Legends di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 48 orang. Pengumpulan data menggunakan kuisioner yang dikonstruksikan peneliti berdasarkan teori *self regulated learning* dari Zimmerman (1989). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi sebanyak 41 orang dengan persentase sebesar 85,42%. Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya dalam menjalankan tuntutannya dalam berkuliah dan keinginannya untuk bermain game online Mobile legend, sehingga mampu menunjukkan prestasi akademik yang baik meskipun mereka juga tetap fokus bermain game online Mobile Legends.

Kata Kunci: *Self Regulated Learning*, Adiksi Game Online, Mobile Legends

A. Pendahuluan

Sebagai seorang mahasiswa tentunya mereka harus mengikuti peraturan dan segala bentuk aktivitas akademik yang ditekuninya, seperti kehadiran dalam perkuliahan, memiliki IPK diatas 3,0 agar dapat mengambil seluruh mata kuliah tiap semesternya, lulus tepat waktu, mengikuti

perkuliahan dengan baik, mengerjakan tugas dan mengerjakan ujian dengan baik.

Berdasarkan data yang diperoleh dari survey awal, terdapat 48 mahasiswa lainnya yang mengalami adiksi terhadap *Mobile Legends*. 48 mahasiswa tersebut dalam memainkan *Mobile Legends* dapat menghabiskan

waktu sekitar 10 – 18 jam setiap harinya dan waktu bermain dapat bertambah tergantung situasi, seringkali bertengkar dengan orangtua atau mengabaikan teman-teman ketika sudah bermain game, mereka berpikir bermain *Mobile Legends* sebagai alternatif untuk meredakan emosi, selain itu mereka cenderung kembali ke pola awal bermain. Berdasarkan hal-hal tersebut mengindikasikan bahwa para mahasiswa tersebut mengalami adiksi game online.

Walaupun demikian terdapat beberapa mahasiswa yang tidak kesulitan untuk mengatur waktu belajar dan bermain *Mobile Legends*. Walaupun seringkali mereka mendahulukan bermain *Mobile Legends* daripada belajar atau mengerjakan tugas-tugas, ketika mendapatkan tugas atau ujian *takehome* mereka dapat melaluinya dengan baik dan memperoleh nilai yang cukup memuaskan. Mereka berusaha untuk memotivasi dirinya sendiri untuk mengarahkan tindakannya pada tujuan yang ingin mereka capai. Dalam keseharian mereka sulit untuk melepaskan diri dari bermain game *Mobile Legends*, akan tetapi ketika disaat-saat tertentu, mereka berusaha memfokuskan diri untuk mencapai target mereka sebagai mahasiswa.

Sebagai seorang mahasiswa diharapkan dapat mengatur secara mandiri aktivitas akademiknya. Para mahasiswa tersebut kini hidup di zaman di mana peningkatan penggunaan dan keakraban dengan teknologi digital semakin sulit dipisahkan dari kehidupan. Setiap individu memiliki perbedaan dalam menyikapi teknologi yang semakin berkembang pesat. Oleh karena itu, dalam melaksanakan aktivitasnya diperlukan regulasi diri yang baik dalam bidang akademik pada mahasiswa. Regulasi diri dalam bidang akademik disebut dengan *Self-*

Regulated Learning. *Self Regulated learning* sendiri digambarkan sebagai sebuah siklus karena *feedback* dari *performance* sebelumnya digunakan untuk penyesuaian diri terhadap upaya yang sedang dilakukan (Zimmerman, 1989)

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimana gambaran mengenai *self regulated learning* pada mahasiswa yang mengalami adiksi game online mobile legends?”.

B. Landasan Teori

Self-Regulation merupakan keseluruhan diri individu mengenai pikiran, perasaan, dan tindakan-tindakannya yang direncanakan secara bertahap untuk menyelaraskan pada tujuan-tujuan yang ingin dicapai. Sementara itu, *Self regulated learning* merupakan suatu interaksi dari faktor-faktor pribadi individu, perilaku, dan lingkungan (Bandura, 1986; dalam Boekaerts, 2000:13). *Self regulated learning* digambarkan sebagai sebuah siklus karena umpan balik dari hasil sebelumnya digunakan untuk menyesuaikan diri terhadap usaha yang sedang dilakukan.

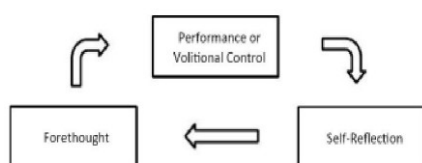
Self regulated learning adalah suatu proses dimana individu mengaktifkan pikiran, perasaan, dan perilakunya yang telah direncanakan dan secara sistematis telah menyesuaikan dengan kebutuhannya untuk mempengaruhi pembelajaran dan motivasi (Schunk, 1994; Zimmerman, 1989, 1990, 2000, Zimmerman & Kitsantas, 1996; dalam Boekaerts, 2000:631). *Self regulated learning* pada mahasiswa mengacu pada derajat metakognisi, motivasi, dan perilaku mereka dalam belajar (Zimmerman, 1986; dalam Boekaerts, 2000:632).

Seorang mahasiswa dapat memiliki *self regulated learning* yang berbeda-beda, seperti motivasi untuk

belajar, metode belajar yang digunakan, performance dari upaya yang dilakukan, dan sumber lingkungan yang mereka gunakan (Zimmerman, 1994; dalam Boekaerts, 2000:632).

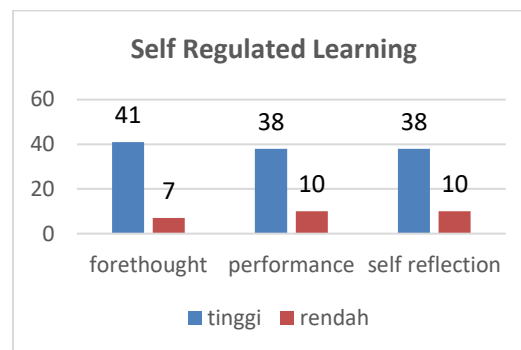
Adapun struktur *self regulated learning* yaitu sebagai berikut

Gambar 1. Struktur Self Regulated Learning



Hal ini terbagi menjadi tiga fase, yaitu forethought, performance or volitional control, dan self-reflection. Fase Forethought merupakan proses yang terjadi sebelum adanya upaya-upaya untuk bertindak, yaitu dengan melakukan persiapan terhadap aktualisasi dari tindakan tersebut. Fase Performance or volitional control merupakan proses yang terjadi selama upaya itu terjadi dan hal tersebut berpengaruh terhadap persiapan yang telah dibuat dan tindakan yang dikerahkan. Sementara itu fase Self-reflection terjadi apabila telah adanya upaya-upaya pada fase performance dan mempengaruhi pengalaman individu tersebut. Pada fase self-reflection ini, mempengaruhi forethought dalam upaya-upaya selanjutnya sehingga dengan demikian melengkapi siklus dari self-regulatory.

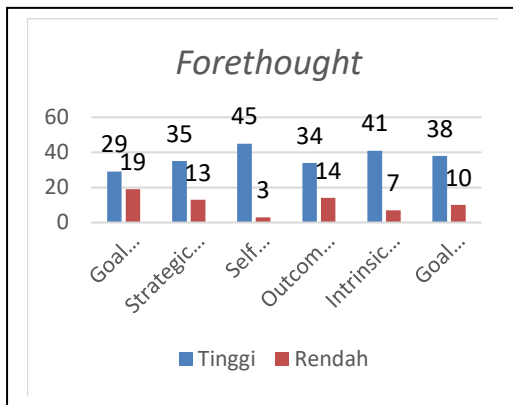
C. Hasil Penelitian dan Pembahasan



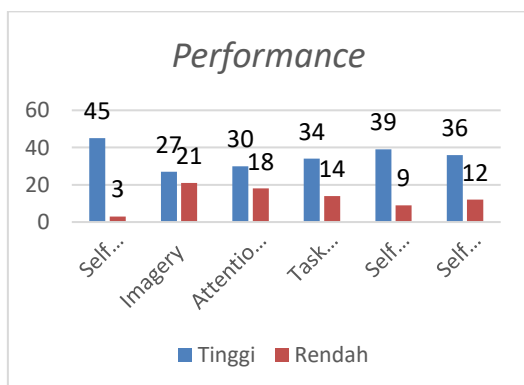
Berdasarkan perhitungan kategorisasi, diperoleh hasil bahwa sebanyak 85,42% (41 orang) subyek memiliki *forethought* yang tinggi dan 14,58% (7 orang) subyek memiliki *forethought* yang rendah, kemudian sebanyak 79,17% (38 orang) responden memiliki *performance/volitional control* yang tinggi dan 20,83% (10 orang) responden memiliki *performance/volitional control* yang rendah, dan sebanyak 79,17% (38 orang) responden memiliki *self reflection* yang tinggi dan 20,83% (10 orang) responden memiliki *self reflection* yang rendah.

Berdasarkan hasil pengukuran *self regulated learning* pada subyek, maka didapat jumlah pada fase *forethought*. Dalam fase *forethought* terdiri atas dua sub fase yaitu *task analysis* dan *self motivation belief*. Berikut hasil pengolahan data terhadap indikator pada kedua sub fase tersebut

Dari tabel dan diagram diatas, berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 48 orang mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X, terdapat 85,42% (41 orang) mahasiswa memiliki fase *forethought* yang tinggi.

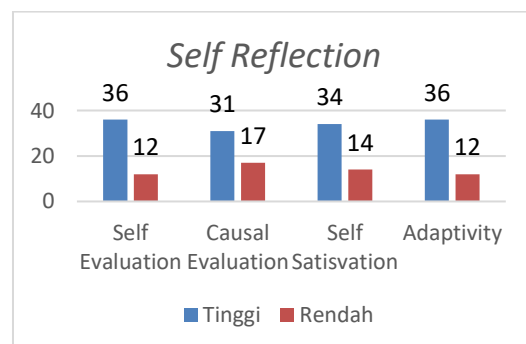


Dikatakan tinggi yaitu apabila subjek memenuhi kategori tinggi pada keenam indikator di fase *forethought*. Berdasarkan data yang diperoleh, berikut distribusi frekuensi pada indikator fase *forethought* yaitu, 85,42% (41 orang) mahasiswa memiliki fase *forethought* yang tinggi. Dikategorikan kepada fase *forethought* yang tinggi apabila mahasiswa mampu memenuhi kategori tinggi pada keenam indikator fase *forethought*. Berdasarkan data yang didapatkan, indikator pada fase *forethought* yang memiliki distribusi frekuensi di kategori tinggi adalah *goal setting* (60,42%), *strategic planning* (72,92%), *self efficacy beliefs* (93,75%), *outcomes expectation* (70,83%), *intrinsic interest* (85,42%), dan *goal orientation* (79,17%). Keenam indikator tersebut mempengaruhi fase *forethought* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X.



Dapat dilihat pada tabel dan diagram diatas, berdasarkan hasil

pengolahan data, dari 48 orang mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X, terdapat 79,17% (38 orang) mahasiswa memiliki fase *performance or volitional control* yang tinggi. Hal ini dapat dikatakan tinggi apabila subyek memenuhi kategori tinggi pada keenam indikator di fase *performance*. Berdasarkan data yang didapat, berikut distribusi frekuensi pada aspek-aspek fase *performance* yaitu, sebanyak 79,17% (38 orang) mahasiswa memiliki *self instruction* yang tinggi dan 20,83% (10 orang) memiliki *self instruction* yang rendah. Sebanyak 93,75% (45 orang) mahasiswa memiliki *imagery* yang tinggi dan 6,25% (3 orang) memiliki *imagery* yang rendah. Sebanyak 56,25% (27 orang) memiliki *attention focussing* yang tinggi dan 43,75% (21 orang) memiliki *attention focussing* yang rendah. Sebanyak 62,5% (30 orang) mahasiswa memiliki *task strategies* yang tinggi dan 37,5% (14 orang) memiliki *task strategies* yang rendah. Sebanyak 70,83% (34 orang) mahasiswa memiliki *self recording* yang tinggi dan 29,17% (14 orang) memiliki *self recording* yang rendah. Kemudian sebanyak 75,00% (36 orang) mahasiswa memiliki *self experimentation* yang tinggi dan 25,0% (12 orang) memiliki *self experimentation* yang rendah. Aspek yang paling mempengaruhi mahasiswa pada fase *performance* adalah *imagery*, *attention focussing*, *task strategies*, *self recording*, dan *self experimentation*.



Dapat dilihat pada tabel dan diagram diatas, berdasarkan hasil pengolahan data, dari 48 orang mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X, terdapat 79,17% (38 orang) mahasiswa memiliki fase *self reflection* yang tinggi. Dikatakan tinggi apabila subjek memenuhi kategori tinggi pada keenam aspek di fase *self reflection*. Berdasarkan data yang didapat, berikut distribusi frekuensi pada aspek-aspek fase *self reflection* yaitu, sebanyak 75,0% (36 orang) memiliki *self evaluation* yang tinggi dan 25,0% (12 orang) memiliki *self evaluation* yang rendah. Sebanyak 64,58% (31 orang) memiliki *causal evaluation* yang tinggi dan 35,42% (17 orang) memiliki *causal evaluation* yang rendah. Sebanyak 70,83% (34 orang) memiliki *self satisfaction* yang tinggi dan 29,17% (14 orang) memiliki *self satisfaction* yang rendah. Kemudian sebanyak 75,0% (36 orang) memiliki *adaptivity* yang tinggi dan 25,0% (12 orang) memiliki *adaptivity* yang rendah. Keempat aspek tersebut adalah yang paling berpengaruh pada fase *self reflection*.

Individu dengan tiga fase *self regulated learning* yang tinggi memiliki kemampuan dalam membuat perencanaan dan menyusun aktivitas belajarnya, memiliki kemampuan dalam memonitor kegiatan dan hasil belajarnya dan mampu melakukan evaluasi terhadap hasil belajarnya. Individu mampu untuk membuat strategi belajar, memberikan arahan diri dalam pelaksanaan belajarnya, mampu menemukan cara belajar yang efektif bagi dirinya sendiri dan mampu memotivasi diri dalam belajar tanpa bergantung pada lingkungan eksternalnya.

Individu yang menggunakan *self regulated learning* dalam proses belajarnya akan menggunakan cara atau strategi untuk mencapai tujuan

belajarnya serta umpan balik dari hasil belajarnya secara optimal. Individu dengan *self regulated learning* memiliki inisiatif dalam memahami pengetahuan (*knowledge*) dan kemampuan (*skills*) yang dimilikinya, dan mereka membuat *treatment* pada motivasi diri (mencapai tujuan/*goal*) dengan cara memperbaiki proses belajar. Individu dengan *self regulated learning* sadar dirinya sebagai diri yang yakin pada diri, memiliki tujuan belajar, dan pengalaman dari kompetensi yang dihasilkan melalui kemauan diri dan komponen motivasi yang baik. Individu memiliki kapabilitas dalam membangun dirinya dan *self-determinantion*.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi sebanyak 41 orang dengan persentase sebesar 85,42%. Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya dalam menjalankan tuntutannya berkuliah dan keinginannya untuk bermain game online *Mobile legends*, sehingga mampu menunjukkan hasil prestasi akademik yang baik meskipun mereka juga tetap fokus bermain game online *Mobile Legends*. Mereka dapat menyusun rencana atau strategi untuk mendapatkan tujuan yang mereka inginkan dalam kuliah, kemudian mampu mengontrol perilakunya dalam belajar sesuai dengan rencana yang telah dibuat dan mampu mengevaluasi terhadap hasil yang didapatkan sesuai dengan perilaku yang ditampilkan.

Mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X yang

memiliki *self regulated learning* yang tinggi sebanyak 41 orang dengan persentase sebesar 85,42%. Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa di Fakultas Ilmu Komunikas

E. Saran

Saran Teoritis

Untuk penelitian selanjutnya dapat melihat variabel-variabel lain untuk meningkatkan *self regulated learning* yang rendah pada mahasiswa yang mengalami adiksi game online Mobile Legends.

Saran Praktis

Untuk mahasiswa yang mengalami adiksi game online Mobile Legends di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas X Bandung yang memiliki *self regulated learning* yang tinggi, diharapkan dapat mempertahankan *self regulated learning* yang telah dimiliki.

Daftar Pustaka

- Azwar, Syaifuddin. 2005. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Greenfield & Gross. (2000). *Childrens Activities and Development. The future of children*, 10(2), 123-144.
- Griffiths M. (1995). *Technological addictions. Clinical Psychology Forum*, 76, 14-19.
- Hurlock, E. B. (2004), *Psikologi Perkembangan*: Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Lemmens, Js, Valkenburg, PM, & Peter, J. (2009) *Development and Validation of A Game Addiction Seale for Adolescents*. *Media Psychology*, Vol 12, pp. 77-95.
- Putra, MiD, Wahyudi, H. 2018. *Studi Deskriptif Mengenai Self Regulation pada Mahasiswa Gamers Game Online Dota 2 di Warnet J dan D Bandung*. *Prosiding Psikologi*, vol. 4, no. 1
- Rr. Vriska Dewi Riana. (2009). *Studi Mengenai Self Regulated pada Gamers Addict Game Online Dewasa Dini di U-net Bandung*. Bandung:
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Young, K. s (2009). *Uhderstanding Onl.ne Gaming Addliction and Treatment issues for adolescents*. *The American Journal of Family Therapy*. 37: 355-372.
- Zimmerman, Barry J., & Schunk, Dale H. 2008. *Motivation and Self-Regulated Learning Theory, Research, and Applications*. ISBN-13 :978-0-8058-5898-3. New York & London: Taylor & Fracis Group, Lawrance Erlbaum Associates.
- Zimmerman, Barry J., Bonner, Sebastian, & Kovach, Robert. 2002. *Developing Self-Regulated Learners Beyond Achievement to Self-Efficacy. The Graduate School and University Center. The City University of New York*. Washington DC : American Psychological Association.