

HUBUNGAN ANTARA *SELF-REGULATED LEARNING* DAN INTENSI PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA DI KOTA MEDAN

Wiwik Wahyuni¹, Asina Christina Rosito²

Fakultas Psikologi Universitas HKBP Nommensen, Medan

Info Artikel

Diterima : (15 Oktober 2021)

Revisi : (13 November 2021)

Terbit : (18 Desember 2021)

Key words:

Self-regulated learning,
intention in using social media

Kata Kunci:

Self-regulated learning, Intensi
Penggunaan Media Sosial

Corresponding Author :

Asina Christina Rosito,

E-mail :

asina.christina@hotmail.com

Abstract

The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between self-regulated learning and the intention to use social media among adolescents in Medan. The participants in this study were 275 teenagers in Medan. The data collection was carried out by distributing the self-regulated learning scale and the social media use intention scale, online using the google form. The data analysis technique used descriptive analysis in the form of categorization of self-regulatory learning scores and scores of intention to use social media. In order to test the hypothesis, the correlation analysis was conducted. The results showed that research participants with high self-regulated learning were 44.4% (n=122), while those with the medium category were 52% (n=143) and those with low categories were 3.6% (n=10). The research participants with the intention to use social media in the high category were 17.1% (n=47), in the medium category are 74.9% (n=206) and in the low category are 8.0 % (n=22). Based on the results of the correlation test, the correlation coefficient value was -0.064, with a significance level of 0.288 ($p > 0.05$). With these results, it means that there is no significant relationship between self-regulated learning and the intention to use social media in adolescents in Medan. Thus the hypothesis of this study was rejected. Further discussion of the results is presented.

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan intensi penggunaan media sosial pada remaja di Kota Medan. Partisipan dalam penelitian ini adalah 275 orang remaja Kota Medan. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala *self-regulated learning* dan skala intensi penggunaan media sosial, secara online dengan menggunakan *google form*. Teknik analisis data yang digunakan adalah melakukan analisis deskriptif statistik berupa kategorisasi skor *self-regulated learning* dan skor intensi penggunaan media sosial. Dalam rangka menguji hipotesis penelitian, maka analisis korelasi dilakukan. Hasil pengolahan data berdasarkan kategorisasi untuk *self-regulated learning*, diperoleh hasil bahwa partisipan penelitian dengan *self-regulated learning* yang tinggi sebesar 44,4% (122 orang), sedangkan dengan kategori sedang sebesar 52% (143 orang) dan yang dengan kategori rendah sebesar 3,6% (10 orang). Hasil kategorisasi untuk intensi penggunaan media sosial, diketahui bahwa partisipan penelitian dengan intensi penggunaan media sosial dalam kategori tinggi sebesar 17,1% (47 orang), dalam kategori sedang sebesar 74,9% (206 orang) dan dengan kategori rendah sebesar 8,0% (22 orang). Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0.064, dengan taraf signifikansi 0,288 ($p > 0,05$). Dengan hasil ini, artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-regulated learning* dengan intensi penggunaan media sosial pada remaja di Kota Medan. Dengan demikian hipotesis dari penelitian ini ditolak. Diskusi tentang hasil dipaparkan lebih lanjut.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang masyarakatnya pengguna media sosial paling aktif dan terbesar di dunia. Berdasarkan dari data riset tren internet dan media sosial di Indonesia menurut Hootsuite (2020) menunjukkan bahwa pengguna internet sebesar 175,4 juta dan pengguna media sosial yang aktif sebesar 160 juta. Presentase pengguna internet berusia 16 tahun sampai 64 tahun yang memiliki masing-masing jenis perangkat. Dalam mengakses media sosial pengguna di Indonesia menghabiskan waktu rata-rata sebanyak 7 jam 59 menit dalam setiap harinya. Salah satu media sosial yang digunakan adalah *facebook* dengan jumlah pengguna 130 juta jiwa, dimana pengguna dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 44,4% dan laki-laki sebanyak 55,6%. Media sosial lainnya yang digunakan adalah *instagram* dengan jumlah pengguna sebanyak 63 juta jiwa, dimana pengguna jenis kelamin perempuan sebanyak 50,8% dan pengguna laki-laki sebanyak 49,2%.

Hal ini sejalan dengan hasil survey *Youth Audience Measurement* yang diadakan oleh Program Studi Periklanan Politeknik Negeri Media Kreatif (2020) terhadap 1080 remaja dengan metode *random sampling*. Ditemukan bahwa lebih dari 96% responden mengakses internet lebih dari 3 jam per hari. Dari responden yang sama, 89% dari mereka mengaku bahwa menggunakan media sosial menjadi salah satu alasan utama mereka mengakses internet. Walau banyak disebut sebagai generasi *digital native*, di mana sejak usia dini mereka sudah kenal dengan internet, ternyata generasi usia 15 – 25 tahun saat ini relatif lebih menjadi generasi *silent user*. Walau aktif menggunakan media sosial, 50,41% responden mengaku berkomentar kurang dari 5 komentar per hari di media sosial. Bahkan, 38,16% responden juga mengaku tidak pernah berkomentar di media sosial. Dari data yang didapat juga hanya 37,88% responden yang mengaku rutin mengupload konten di media sosial, baik itu *tweet*, status, foto, maupun video di akun media sosial mereka. Sedangkan 34,56% mengaku mengupload konten selama sebulan sekali, dan 27,56% menyampaikan tidak pernah mengupload konten di media sosial. Survey yang fokus terhadap perilaku generasi muda Indonesia dalam berkomunikasi di berbagai platform digital ini juga menemukan bahwa *Whatsapp* menjadi platform paling populer yang dipilih oleh generasi muda untuk berkirim pesan instan. Berdasarkan dari hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2019) mengungkapkan pengguna internet untuk bermain media sosial terbanyak ada pada usia 15 hingga 19 tahun. Sementara itu, pengguna terbanyak kedua berada pada usia 20 hingga 24 tahun.

Dari beberapa hasil survey yang dipaparkan di atas, dapat dilihat bahwa pengguna media sosial terbanyak adalah para remaja. Menurut Santrock (2007), remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial emosional. Untuk memenuhi salah satu perkembangan inteligensi dan kognitif masa remaja menurut Hurlock (2002), maka remaja

membutuhkan lebih banyak interaksi salah satunya adalah menggunakan media sosial. Sifa & Sawitri (2018) menyatakan suatu kejadian dapat dengan cepat diketahui hanya melalui ponsel pintar (*smartphone*), karena di dalam *smartphone* ini terdapat aplikasi internet seperti *Facebook*, *Whatsapp*, *Youtube* dan *Instagram* yang sedang populer saat ini. Internet dan sosial media memang memiliki manfaat yang positif yaitu sebagai sumber dan pemberi informasi, sarana ekspresi diri, serta membangun koneksi/relasi dengan kerabat dan teman. Akan tetapi jika penggunaannya sudah berlebihan dapat mengakibatkan dampak negatif dalam penggunaan media sosial.

Triastuti, Adrianto & Nurul (2017) mengatakan banyak anak remaja secara tidak sengaja dan sengaja mereka sering memperoleh informasi mengenai kekerasan, pornografi dan ujaran kebencian melalui iklan game, berita, film yang muncul pada time line, serta melalui postingan teman/keluarga. Selain itu, Triastuti, dkk (2017) juga mengungkapkan bahwa media sosial juga menambah risiko yang lain yaitu pada privasi anak dan remaja. Apalagi, kebanyakan anak dan remaja (juga orang tua) kurang memahami dengan baik informasi mengenai pengaturan privasi yang telah disediakan oleh platform media sosial.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rafiq (2020) mengatakan dampak negatif dari penggunaan media sosial yang berlebihan bagi remaja yaitu remaja banyak yang menjadi anti sosial dimana mereka terlena oleh keasyikan berbincang dalam sosial media dibandingkan bertatap muka langsung dalam dunia nyata, hal lainnya adalah banyak juga yang terjebak menjadi pemalas dan boros demi melanjutkan keasyikan mereka dalam berbincang di sosial media. Dampak lainnya bagi remaja Indonesia adalah lupa waktu, sehingga waktu mereka untuk belajar akan semakin sedikit. Padahal masa remaja masih merupakan masa belajar di sekolah, umumnya mereka masih belajar di Sekolah Menengah Pertama, Menengah Atas atau Perguruan Tinggi (Monks, Knoers, & Haditono, 2006).

Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya yang dipaparkan di atas, terlihat kecenderungan yang tinggi bagi remaja untuk menggunakan media sosial dengan intensitas yang tinggi, dimana memberi dampak negatif bagi dirinya. Dengan kata lain, ada kecenderungan remaja sekarang memiliki sikap yang positif terhadap penggunaan media sosial. Semakin tinggi sikap positif terhadap suatu perilaku, intensi perilaku tersebut juga akan semakin tinggi. Berdasarkan *Theory of Reasoned Action* dari Ajzen dan Fishbein (dalam Moriansyah, 2016), sikap positif dapat mengarah kepada melakukan suatu tindakan atau perilaku, sebaliknya sikap negatif akan mengarah kepada menghindari suatu tindakan atau perilaku. Hal ini akan berdampak negatif pada remaja yaitu pengelolaan diri mereka dalam hal belajar akan rendah, motivasi belajar mereka juga rendah dan perilaku

mereka akan lebih terarah dalam penggunaan media sosial sehingga akan menghabiskan waktu yang berjam-jam.

Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan untuk mengelola diri dalam proses belajar, sehingga dampak buruk dari penggunaan media sosial dapat dihindari. Tindakan seseorang dalam melakukan sesuatu memerlukan regulasi diri yang baik agar hasilnya berdampak positif. *Self-regulated learning* memiliki peranan penting terhadap terbentuknya perilaku dan tindakan seseorang dalam suatu rencana yang akan dilakukan. Zimmerman (1990) menyebutkan *self-regulated learning* sebagai suatu proses dimana individu mengaktifkan dan mendorong kognisi, perilaku, dan perasaan secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan belajar.

Regulasi diri yang baik akan berdampak pada masyarakat, karena individu dengan regulasi diri yang baik akan cenderung mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh norma, nilai dan hukum yang berlaku pada masyarakat dan dapat meredam konflik yang terjadi. Zimmerman (1990) memaparkan *self regulated learning* (SLR) dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu individu, perilaku, dan lingkungan. Untuk mencapai suatu tujuan tertentu, tentunya remaja harus memiliki *self-regulated learning*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan.

LANDASAN TEORI

Intensitas Bermain Game Online

Fishbein dan Ajzen (dalam Azwar, 2005) mengajukan teori terbentuknya tingkah laku berdasarkan hubungan timbal balik antara keyakinan (*belief*), sikap (*attitude*), dan intensi (*intention*) individu. Dalam pandangan ini keyakinan (*belief*) dikategorikan sebagai aspek kognitif individu yang didalamnya melibatkan pengetahuan, pendapat, dan pandangannya terhadap suatu objek. Sikap (*attitude*) dikategorikan sebagai aspek afektif yang mengacu pada perasaan individu terhadap suatu objek serta evaluasi yang dilakukan. Intensi (*intention*) dikategorikan sebagai aspek konatif atau kecenderungan berperilaku, yang menunjukkan intensi individu dalam bertingkah laku dan bertindak atau *behavioral intention*, saat berhadapan langsung dengan objek.

Ajzen dan Fishbein (dalam Azwar, 2005) mengambil kesimpulan mengenai intensi bahwa individu akan berniat untuk melakukan suatu perilaku jika ia menganggap perilaku tersebut positif, serta jika ia percaya bahwa orang-orang sekitar berpandangan bahwa perilaku tersebut sudah semestinya dilakukan. Berdasarkan *Theory of Reasoned Action* dari Ajzen dan Fishbein (dalam Moriansyah, 2015), sikap positif dapat mengarah kepada

melakukan suatu tindakan atau perilaku, sebaliknya sikap negatif akan mengarah kepada menghindari suatu tindakan atau perilaku. Sarwono (2002) juga mengungkapkan bahwa Intensi adalah niat dan semua perilaku yang dilakukan oleh setiap individu pasti dimulai dengan adanya niat. Karena jika tidak niat, maka suatu perilaku tidak akan terlaksana. Dapat disimpulkan bahwa intensi merupakan suatu usaha, keinginan atau kecenderungan individu dalam berperilaku yang didasari oleh *belief*, dan sikap yang positif atau negatif *attitude* terhadap suatu objek.

Berdasarkan batasan-batasan dari penjelasan para ahli di atas, intensi penggunaan media sosial dapat disimpulkan sebagai keinginan atau kecenderungan perilaku individu dalam suatu proses atau kegiatan yang dilakukan dengan menggunakan sebuah media berbentuk layanan berbasis *web* atau sistem jaringan yang dapat saling terhubung dengan orang lain.

Teori Ajzen & Fishbein (2005) menyebutkan faktor-faktor yang mempengaruhi intensi. Intensi dalam penelitian ini adalah intensi penggunaan media sosial. Berikut adalah faktor-faktornya:

1. *Attitude Toward Behavior* (sikap terhadap perilaku)

Ajzen (2005) mengungkapkan bahwa Sikap terhadap suatu perilaku merupakan suatu fungsi yang didasarkan oleh *belief* yang disebut sebagai *behavioral beliefs*, yaitu kepercayaan individu mengenai konsekuensi positif atau negatif yang akan diperoleh individu dari melakukan suatu perilaku. Secara spesifik dalam *theory planned behavior*, sikap terhadap perilaku didefinisikan sebagai derajat penilaian positif atau negatif individu terhadap suatu perilaku. Sikap terhadap perilaku ditentukan oleh kombinasi antara kepercayaan individu dan nilai subjektif individu mengenai konsekuensi positif dan atau negatif dari suatu perilaku. Jadi semakin besar keuntungan yang diperoleh dari melakukan perilaku, maka semakin besar keinginan orang tersebut untuk melakukan perilaku yang dimaksud, begitu pula sebaliknya Crano, D, & Prislin (dalam Setyorini, 2018).

2. *Subjective norm* (norma subjektif)

Norma subjektif adalah perasaan atau dugaan-dugaan seseorang terhadap harapan-harapan dari orang-orang yang ada di dalam kehidupannya tentang dilakukan atau tidak dilakukannya perilaku tertentu, karena perasaan ini sifatnya subjektif maka dimensi ini disebut norma subjektif (*subjective norm*). Norma subjektif juga merupakan fungsi dari keyakinan seseorang yang diperoleh atas pandangan orang-orang lain yang berhubungan dengannya (*normative belief*).

3. *Perceived behavioral control* (Persepsi kontrol perilaku)

Persepsi kontrol perilaku atau disebut juga dengan kontrol perilaku adalah perasaan seseorang mengenai mudah atau sulitnya mewujudkan suatu perilaku tertentu, (Ajzen, 2005). Dalam teori perilaku direncanakan,

Ajzen (2005) mengemukakan bahwa persepsi kontrol ditentukan oleh keyakinan individu mengenai ketersediaan sumberdaya berupa peralatan, kompatibilitas, kompetensi, dan kesempatan (*control belief strength*) yang mendukung atau menghambat perilaku yang akan diprediksi dan besarnya peran sumber daya tersebut (*power of control factor*) dalam mewujudkan perilaku tersebut.

Kemudian Ajzen & Fishbein (dalam Setyorini, 2018) juga menjelaskan tentang faktor eksternal intensi yang terdiri dari:

1. Latar Belakang Individual

Berdasarkan *theory of planned behavior* latar belakang individual terdiri dari kepribadian, suasana hati, emosi, kecerdasan, nilai dan stereotip. Hal ini dapat mempengaruhi intensi penggunaan media sosial.

2. Latar Belakang Sosial

Berdasarkan *theory of planned behavior* latar belakang sosial terdiri dari faktor demografis dan faktor sosiokultural. Berdasarkan *theory of planned behavior* latar belakang sosial di antaranya adalah pendidikan, usia, gender, pendapatan, agama, ras, etnis, budaya, dan hukum. Dengan begitu orang yang berada pada lingkungan sosiokultural yang berbeda bisa jadi memiliki pandangan yang berbeda terhadap suatu perilaku.

3. Latar Belakang Informasi

Berdasarkan *theory of planned behavior* latar belakang informasi terdiri dari pengetahuan, media serta intervensi. Pengetahuan dan informasi tentang penggunaan media sosial dapat diperoleh dari berbagai sumber baik dalam bentuk lisan maupun tulisan. Pengetahuan dan informasi akan mempengaruhi pandangan seseorang terhadap suatu perilaku sehingga pandangan tersebut akan mempengaruhi pembentuk intensi orang yang bersangkutan.

Menurut Fishbein dan Ajzen (1975) intensi memiliki empat aspek, yaitu:

1. Perilaku (*behavior*), yaitu perilaku spesifik yang nantinya akan diwujudkan. Pada konteks intensi penggunaan dalam penelitian ini adalah perilaku menggunakan media sosial.
2. Sasaran (*target*), yaitu objek yang menjadi sasaran perilaku. Objek yang menjadi sasaran dari perilaku spesifik dapat digolongkan menjadi tiga, yaitu orang atau objek tertentu (*particular object*), sekelompok orang atau objek (*a class of object*), dan orang atau objek pada umumnya (*any object*).
3. Situasi (*situation*), yaitu situasi atau tempat yang mendukung untuk dilakukannya suatu perilaku (bagaimana dan dimana perilaku itu akan diwujudkan).

4. Waktu (*time*), yaitu waktu terjadinya perilaku yang meliputi waktu tertentu, dalam satu periode atau tidak terbatas misalnya waktu yang spesifik (hari tertentu, tanggal tertentu, jam tertentu), periode tertentu (bulan tertentu), dan waktu yang tidak terbatas (waktu yang akan datang).

Self Regulated Learning

Zimmerman (dalam Puspita, 2018) berpendapat bahwa siswa yang memiliki *self-regulated learning* adalah siswa yang secara metakognitif, motivasional, dan behavioral merupakan peserta aktif dalam proses belajar. Menurut Friedman (2006) *self-regulated learning* adalah proses di mana seseorang dapat mengatur kecapaian dan aksi mereka sendiri, menentukan target untuk mereka, mengevaluasi kesuksesan mereka saat mencapai target tersebut, dan memberikan penghargaan pada diri mereka sendiri karena telah mencapai tujuan tersebut. Menurut Filho (dalam Fasikhah, 2013) *self-regulated learning (SRL)* merupakan kegiatan dimana individu yang belajar secara aktif, menyusun, menentukan tujuan belajar, merencanakan dan memonitor, mengatur dan mengontrol kognisi, motivasi perilaku serta lingkungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Menurut Zimmerman (2002) *Self-regulated learning* tidak bersifat alamiah atau turunan. Setiap proses *self-regulated learning*, seperti tujuan pengaturan, penggunaan strategi, dan evaluasi diri, bisa belajar dari instruksi dan pemodelan oleh orang tua, guru, pelatih, dan teman sebaya. Ghufron (2017) menjelaskan bahwa regulasi diri bukan merupakan kemampuan mental atau kemampuan akademik, tetapi kemampuan bagaimana individu mengolah dan mengubah suatu bentuk aktivitas.

Newman (dalam Kristiyani, 2016) menyatakan bahwa siswa yang memiliki *self-regulated learning* adalah siswa yang memiliki perasaan otonomi yang tinggi. Tetapi hal ini bukan berarti mereka terisolasi dan tidak membutuhkan bantuan orang lain, sebaliknya, mereka adalah siswa yang merasa nyaman untuk meminta bantuan ketika membutuhkan. Di kelas, guru dan teman sebaya adalah orang-orang yang dapat memfasilitasi kebutuhan ini, sedangkan di rumah, orangtua atau anggota keluarga lain dapat membantu memfasilitasi terpenuhinya kebutuhan ini.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan *self-regulated learning* adalah kemampuan seseorang untuk mengontrol, mengarahkan, merencanakan, dan mengatur perilaku dalam melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan dengan strategi tertentu meliputi metakognitif, motivasi dan perilaku agar apa yang kita lakukan sesuai dengan tujuan.

Menurut Zimmerman (1989) *self-regulation* mencakup tiga aspek yang diaplikasikan dalam belajar yaitu metakognitif, motivasi dan perilaku. Ghufron (2010) menjelaskan ketiga aspek diatas sebagai berikut :

a. Metakognitif

Matlin (1989) mengatakan metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir. Selanjutnya, ia mengatakan bahwa metakognisi merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan. Zimmerman dan Pons (1988) menambahkan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan pengelolaan diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan menginstruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar.

b. Motivasi

Devi (dalam Zimmerman dan Pons (1988) mengemukakan bahwa motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambah pula oleh Zimmerman dan Pons (1989) bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu.

c. Perilaku

Perilaku menurut Zimmerman (dalam Ropp, 1998) merupakan upaya individu untuk mengatur diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku ini Zimmerman dan Pons (1989) mengatakan bahwa individu memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan.

METODE PENELITIAN

Rancangan

Rancangan penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif korelasi. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dengan intensi penggunaan media sosial pada remaja di Kota Medan.

Subjek Penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah remaja di Kota Medan sejumlah 275 orang (laki-laki = 108 orang; perempuan = 167 orang)

Prosedur

Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menyebarkan skala *self-regulated learning* dan skala intensi penggunaan media sosial, secara online dengan menggunakan aplikasi *google form*. Periode pengumpulan data berlangsung dari awal bulan September 2021 sampai pertengahan bulan September 2021.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada dua (2) yaitu skala *self-regulated learning* dan skala intensi penggunaan media sosial. Skala *self-regulated learning* dikembangkan oleh peneliti, dengan mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989), Skala ini mengukur *self-regulated learning* melalui 3 aspek yakni: 1) metakognitif (sebanyak 7 item), 2) motivasi (sebanyak 8 item), 3) perilaku (sebanyak 6 item). Dalam skala ini total terdapat 21 item pernyataan dengan pilihan jawaban dari skala 1 (sangat tidak sesuai) sampai skala 4 (sangat sesuai).

Skala intensi penggunaan media sosial disusun berdasarkan teori intensi yang dikemukakan oleh Fishbein dan Ajzen (1975) dengan 4 aspek yaitu: 1) *Behavior* (perilaku) sebanyak 7 item. 2) sasaran (target) sebanyak 6 item, 3) *Situation* (situasi) sebanyak 5 item. 4) *time* (waktu) sebanyak 3 item. Dalam skala ini total terdapat 21 item pernyataan dengan pilihan jawaban dari skala 1 (sangat tidak sesuai) sampai skala 4 (sangat sesuai).

Teknik Analisis Data

Adapun teknik analisis data yang digunakan antara lain, pertama, melakukan analisis deskriptif statistik berupa kategorisasi untuk skor dari skala *self-regulated learning* dan skala intensi penggunaan media sosial. Kedua, menggunakan statistika inferensial untuk menguji hipotesis penelitian yang diajukan. Dalam penelitian ini, uji statistika yang digunakan adalah menggunakan statistik non parametrik Spearman's Rho dikarenakan uji asumsi normalitas data tidak terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis deskriptif statistik berupa kategorisasi terhadap skor *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial, dilakukan dalam tahap awal pengolahan data, untuk mengetahui gambaran kondisi *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada partisipan penelitian ini. Tabel 1 berikut ini menunjukkan hasil dari kategorisasi untuk *self-regulated learning*.

Tabel 1. Hasil Kategorisasi *Self-Regulated Learning*

Kategori	Frekuensi	Persen
Tinggi	122	44,4%
Sedang	143	52,0%
Rendah	15	3,6%
Total	275 Orang	100%

Dari Tabel 1 di atas, dapat disimpulkan bahwa partisipan penelitian dengan kategori *self-regulated learning* yang tinggi sebesar 44,4% (122 orang), sedangkan dengan kategori sedang sebesar 52% (143 orang) dan yang dengan kategori rendah sebesar 3,6% (10 orang). Dapat dilihat bahwa lebih dari separuh partisipan penelitian (52%), berada pada kategori sedang.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi Intensi Penggunaan Media Sosial

Kategori	Frekuensi	Persen
Tinggi	47	17,1%
Sedang	206	74,9%
Rendah	22	8,0%
Total	275 Orang	100%

Dari data yang tertera pada Tabel 2 di atas, dapat diketahui bahwa partisipan penelitian dengan intensi penggunaan media sosial dalam kategori tinggi sebesar 17,1% (47 orang), dalam kategori sedang sebesar 74,9% (206 orang) dan dengan kategori rendah sebesar 8,0% (22 orang). Dapat disimpulkan bahwa, sebagian besar (74,9%) berada pada kategori sedang.

Tabel 3. Uji korelasi *Self-Regulated Learning* dan Intensi Penggunaan Media Sosial

Variabel	Correlation coefficient	Sig	Keterangan
<i>Self-Regulated Learning</i> Intensi Penggunaan	-0,064	0,288	Hipotesis ditolak

Berdasarkan hasil dari tabel diatas, diketahui bahwa $r = -0,064$ dengan taraf signifikansi 0,288. Signifikansi atau p yang diperoleh sebesar 0,288 atau $p > 0,05$. Berdasarkan hasil penelitian, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak artinya tidak terdapat hubungan signifikan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan. Dari hasil uji hipotesis yang dilakukan terhadap data yang diperoleh, didapatkan hasil bahwa hipotesis penelitian yang diajukan, ditolak. Dimana, diperoleh hasil uji korelasi dengan nilai korelasi sebesar -0.064 , dengan taraf signifikan >0.5 . Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial.

Ditolaknya hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa *self-regulated learning* dianggap tidak menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya intensi penggunaan media sosial pada remaja. Hal ini didukung oleh penelitian Utami dan Aviani (2021) menunjukkan hasil hipotesis ditolak. Regulasi diri tidak menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya *fear of missing out* (kondisi di mana seseorang takut dikatakan tidak *update*, tidak gaul, dan takut ketinggalan berita) pada remaja pengguna instagram. Hal ini mungkin disebabkan karena tingkat regulasi diri tidak mempengaruhi remaja dalam penggunaan instagram. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Wibowo dan Nurwindasari (2019) yang menunjukkan hipotesis ditolak. Hal ini disebabkan karena intensitas penggunaan media sosial tidak memberikan kontribusi signifikan dalam pembentukan regulasi diri. Dikarenakan intensitas penggunaan media sosial instagram masih dalam kategori sedang (wajar).

Dari hasil kategorisasi variabel *self-regulated learning*, sebesar 52% (143 orang) partisipan penelitian tergolong sedang. Dapat dikatakan bahwa partisipan penelitian memiliki *self-regulated learning* yang cukup baik yang artinya mereka mampu mengobservasi dan mengevaluasi cara belajar mereka menjadi efektif, bisa memonitor diri dan merancang strategi belajar mereka sendiri (Puspita, 2018). Proporsi 52 % menunjukkan bahwa, lebih dari 50 % dari partisipan penelitian ini berada pada kategori sedang. Partisipan penelitian dengan *self-regulated learning* yang tinggi sebesar 44,4% (122 orang). Hal ini tentunya merupakan kondisi yang diharapkan, dimana para partisipan penelitian memiliki kapasitas yang baik dalam mengelola pembelajarannya. Partisipan penelitian dengan *self-regulated learning* yang rendah sebesar 3,6% (10 orang). Meskipun jumlah ini relatif jauh lebih kecil dibandingkan jumlah partisipan penelitian keseluruhan, namun masih menunjukkan adanya partisipan penelitian yang sangat kurang dalam kemampuan mengelola pembelajarannya secara mandiri. Tentunya hal ini dapat berpotensi menimbulkan masalah-masalah dalam proses pembelajarannya sehari-hari.

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel intensi penggunaan media sosial diketahui bahwa, sebagian besar dari partisipan penelitian (74.9% = 206 orang) tergolong sedang. Maka partisipan penelitian ini mempunyai tingkat intensi penggunaan media sosial yang sedang. Artinya intensi penggunaan media sosial pada remaja masih dalam kategori wajar dan tidak berlebihan. Dapat dikatakan bahwa remaja tersebut cukup baik dalam mengendalikan diri mereka untuk mengakses internet (Simanjuntak, 2018). Partisipan penelitian dengan intensi penggunaan media sosial dalam kategori tinggi sebesar 17,1% (47 orang). Intensi yang tinggi ini menunjukkan adanya minat yang tinggi terhadap media sosial, yang mana dapat berpotensi mengarah pada kurangnya pengendalian dalam menggunakan media sosial tersebut yang dapat memberikan dampak negatif bagi para penggunanya. Sementara itu, partisipan penelitian dengan intensi penggunaan media sosial dengan kategori rendah sebesar 8,0% (22 orang). Jumlah ini relatif jauh lebih kecil dibandingkan dengan jumlah keseluruhan partisipan penelitian. Hal ini mengindikasikan, hanya sebagian kecil saja yang memiliki intensi yang rendah terhadap penggunaan media sosial.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang diuraikan pada bagian sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Partisipan penelitian dengan kategori *self-regulated learning* yang tinggi sebesar 44,4% (122 orang), sedangkan dengan kategori sedang sebesar 52% (143 orang) dan yang dengan kategori rendah sebesar 3,6% (10 orang).
2. Partisipan penelitian dengan intensi penggunaan media sosial dalam kategori tinggi sebesar 17,1% (47 orang), dalam kategori sedang sebesar 74,9% (206 orang) dan dengan kategori rendah sebesar 8,0% (22 orang).
3. Dari hasil uji korelasi, diperoleh hasil koefisien korelasi $r = -0,064$ dengan taraf signifikansi 0,288 ($p > 0,05$). Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini ditolak artinya tidak terdapat hubungan signifikan antara *self-regulated learning* dan intensi penggunaan media sosial pada remaja Kota Medan.

Saran

Saran teoritis dari hasil penelitian ini bagi penelitian serupa selanjutnya adalah perlu dilakukan survey terlebih dahulu mengenai bentuk media sosial mana saja yang digunakan remaja di Kota Medan serta bagaimana

intensitas dan frekuensi dari penggunaan media sosial tersebut. Penentuan sampel yang representative perlu dipertimbangkan, mengingat begitu besarnya populasi remaja Kota Medan yang tersebar dalam belasan kecamatan. Selain itu, dalam menelaah faktor-faktor yang mempengaruhi intensi penggunaan media sosial, perlu dilakukan penelusuran literatur yang lebih komprehensif.

Saran praktis terkait upaya peningkatan *self-regulated learning* nya, bagi pihak sekolah dapat melakukan upaya seperti pendampingan atau pelatihan terkait mengembangkan aspek-aspek dari regulasi belajar ini, mengingat pentingnya kemampuan ini bagi para siswa dalam mengatur pembelajarannya sendiri, terutama di masa pembelajaran daring.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. 2005, *Attitudes, Personality, and Behavior*. 2nd Edition. New York: Open University Press.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. 2005, *Theory based Behavior Change Interventions: Comments on Hobbitts and Sutton*. Journal of Health Psychology, Volume 10, Nomor 1, 27-31.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2019. *Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018*. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Azwar, S. 2005, *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fasikhah, S. S., & Fatimah, S. 2013, *Self-Regulated Learning (SRL) dalam Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Volume 1
- Friedman, H. S., & Schustack, M.W. 2006, *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Edisi 3. Erlangga.
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. 2010, *Teori-teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. 2017, *Hubungan Antara Kepercayaan Epistemologis dengan Belajar Berdasar Regulasi Diri*. Jurnal Psikologi Insight, 40-54.
- Hurlock, E. B. 2002, *Psikologi Perkembangan*. 5th edition. Erlangga: Jakarta.
- Kristiyani, T. 2016, *Self-Regulated Learning Konsep, Implikasi, dan Tantangannya Bagi Siswa di Indonesia*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Matlin, W. M. 1989, *Cognition Second Edition*. United States of America: The Dryden Press
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, Siti R. 2006, *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Moriansyah, La. 2016, *Motivasi, Sikap, dan Intensi Penggunaan Media Sosial pada Kampanye Stop Illegal Fishing*. Jurnal Managemen & Agribisnis, Volume 13, Nomor 3.
- Puspita, S. A L & Rustika, I M. 2018, *Peran Self Regulated Learning Dan Konsep Diri Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Remaja Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Yang Pernah Menjadi Finalis Bali Pageants*. Jurnal Psikologi Udayana, Volume 5, Nomor 1
- Rafiq, A. 2020, *Dampak Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Suatu Masyarakat*. Global Komunika, Volume 1, Nomor 1
- Riset *Youth Audience Measurement*. 2020. Walau Aktif Bermedia Sosial, Generasi Muda Memilih Selektif untuk Berkomentar.
- Ropp, M. 1998, *A New Approach to Supporting Reflective Self Regulated Computer Learning*. www.coe.uh.edu/inSITE/elec/pub/HTML/1998/re_ropp.htm

- Santrock, J. W. 2007, *Psikologi Pendidikan Edisi Kedua*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sarwono, S. W. 2002, *Psikologi Sosial: Individu dan Teori-teori Psikologi Sosial*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Setyorini, D. 2018, *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Intensi Berwirausaha Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi Dipublikasikan.
- Sifa, Izka A M & Sawitri, Dian R. 2018, *Hubungan Regulasi Diri Dengan Adiksi Media Sosial*. Jurnal Empati, Volume 7, Nomor 2.
- Simanjuntak, E, Nawangsari, N. A F & Ardi, R. 2018, *Cyberslacking Among University Students: The Role of Internet Habit Strength, Media Multitasking Efficacy and Self Regulated Learning*. In Proceedings of the International Conference on Psychology in Health, Educational, Social and Organizational Settings, Surabaya, Indonesia
- Triastuti, Endah, Adrianto, Dimas, & Nurul, Amal. 2017, *Kajian Dampak Penggunaan Media Sosial Bagi Anak dan Remaja*. Jakarta : Pusat Kajian Komunikasi, FISIP Universitas Indonesia
- Utami, P. D., & Aviani, Y. I. 2021, *Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Fear of Missing Out (FoMO) pada Remaja Pengguna Instagram*. Jurnal Pendidikan Tambusai, Volume 5, Nomor 1
- We Are Social & Hootsuite.2020, *Digital Data Indonesia 2020*. In *Data Reportal*. Retrieved from <https://datareportal.com/reports/digital-2020-indonesia>
- Wibowo, Danan S. & Nurwindasari, Ratna. 2019, *Hubungan Intensitas Penggunaan Instagram Terhadap Regulasi Diri Dan Fear Of Missing Out*. Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial.
- Zimmerman, B. J., & Martinez-Pons, M. 1988, Construct validation of a strategy model of student self-regulated learning. *Journal of Educational Psychology*, Volume 80, 284-290.
- Zimmerman, Barry J. 1989, *A Social Cognitive View of Self-Regulated Academic Learning*. *Journal of Educational Psychology*, Volume 81, Nomor 3
- Zimmerman, Barry. J. 1990, *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview*. *Theory into Practice*, Volume 41, Nomor 2
- Zimmerman, B.J. 2002, *Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview Theory into Practice*. *Journal of Educational Psychology*. Volume 4, Nomor 2, 64-70.