

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Zaman perkembangan seperti saat ini begitu memberikan pengaruh terhadap kehidupan dunia, karena setiap negara pasti menginginkan negaranya maju sesuai dengan keadaan sekarang. Oleh karena, itu arus globalisasi saat ini tidak dapat dihindari keberadaannya, dimana telah memberikan pengaruh yang begitu besar bagi suatu kehidupan negara, salah satunya ialah negara Indonesia. Hal yang sangat berpengaruh dari adanya globalisasi yaitu teknologi informasi dan komunikasi. Teknologi informasi dan komunikasi di era globalisasi saat ini semakin hari berkembang dengan pesat, begitu juga dengan perkembangan internet di dalam kehidupan kita saat ini.

Penggunaan fasilitas teknologi informasi dan komunikasi yang beriringan dengan perkembangan internet yang setiap hari semakin canggih memberikan peluang bagi setiap individu. Tanpa disadari manusia milenial khususnya di negara Indonesia, termasuk dalam suatu populasi yang sering menggunakan media internet, baik dari kalangan anak-anak hingga dewasa. Penggunaan media internet yang sering digunakan oleh kalangan remaja hingga dewasa yaitu media sosial, guna untuk mencari informasi, sebagai hiburan ataupun berjejaring dengan teman-temannya.

Pengguna situs media sosial saat ini telah mengalami kemajuan yang begitu cepat di seluruh dunia. Hampir setiap orang sekarang terhubung dengan akun media sosial yang mereka miliki yang dapat diakses melalui berbagai macam alat elektronik, seperti komputer, laptop, ponsel pintar (*smartphone*), maupun tablet. Selain itu pula, dengan berbagai alat elektronik ini seseorang dapat mengetahui dan

berkomunikasi dengan orang lain. Kemajuan zaman dapat mempermudah individu untuk dapat terhubung ke segala belahan dunia, dengan menggunakan beberapa media elektronik ini individu dapat melihat dengan jelas suatu kejadian yang terjadi tanpa harus jauh-jauh pergi ke tempat kejadian.

Kejadian yang terjadi di suatu tempat dapat dengan cepat diketahui hanya melalui ponsel pintar (*smartphone*), karena di dalam *smartphone* ini terdapat aplikasi media sosial seperti Facebook, Whatsapp, Youtube dan Instagram yang sedang populer saat ini. Pesatnya perkembangan dunia media sosial saat ini, mengakibatkan adanya pergeseran fungsi dari media sosial itu sendiri, yang awalnya media sosial lebih digunakan untuk menjalin komunikasi jarak jauh, kemudian bergeser pada fungsi hiburan yang mana media sosial banyak menampilkan cuplikan-cuplikan berita, foto dan video singkat sebagai sarana hiburan yang bersifat *online*.

Tidak hanya itu, media sosial dan berbagai aplikasi yang berbasis internet juga memiliki fungsi baru dalam pemakaiannya. Salah satunya adalah untuk sarana komunikasi utama bagi sepasang kekasih. Jika dulu, sepasang kekasih akan melakukan komunikasi via telepon konvensional, surat menyurat dan bertemu. Berbeda dengan saat ini yang mana sepasang kekasih dapat melakukan *dating* bahkan secara *online*. *Online dating* di sini berarti ketika dua orang intens dalam hubungan *online* melalui platform apapun dan salah satu atau keduanya memiliki rasa kenyamanan. Tetapi seiring dengan semakin berkembangnya dunia maya, *online dating* sendiri memiliki kelemahan atau resiko bagi sepasang kekasih, dimana sangat mudah bagi salah satu pasangan yang dapat menghilang secara tiba-tiba. Hal ini dikarenakan intensitas mereka untuk bertatap muka secara langsung sangatlah minim, dan hanya mengandalkan perjumpaan via *online* melalui media sosial, sehingga sangatlah mudah bagi salah satu pasangan akan menghilang tanpa meninggalkan jejak

jika dirasa ada yang tidak beres dalam hubungannya. Perilaku menghilang secara tiba-tiba pada pasangan virtual ini biasa disebut dengan istilah *ghosting*.

Perilaku *ghosting* dimulai saat sepasang laki-laki dan perempuan melakukan *online dating*. Perilaku *ghosting* pada dasarnya adalah tindakan tidak membalas panggilan atau pesan, juga memutuskan semua kontak dengan orang itu, baik itu hubungan baru ataupun lama dengan tujuan untuk mengakhiri hubungan tersebut¹. Fenomena *ghosting* mendapat perhatian lebih di pers, kebanyakan individu yang membentuk hubungan virtual romantis akan mengalami pembubaran relasional. Akan tetapi, tidak hanya dalam hubungan romantik sepasang kekasih, dalam dunia kerjapun perilaku *ghosting* juga bisa terjadi. Dalam *Urban dictionary ghosting* dideskripsikan sebagai tindakan menghilang dari seseorang tanpa pemberitahuan atau membatalkan rencana secara sepihak.²

Ghosting berbeda dengan bentuk pemutusan hubungan lain, *ghosting* lebih kepada pengakhiran atau pemutusan hubungan dengan orang lain secara sepihak dan tanpa adanya komunikasi setelahnya. Saat ini bentuk-bentuk teknologi membuat *ghosting* menjadi pemutusan hubungan yang lebih menonjol, artinya inisiatif, pengembangan dan pemeliharaan hubungan asmara untuk saat ini sering terjadi melalui komunikasi yang dimediasi teknologi seperti aplikasi media sosial atau yang lainnya.³ Perilaku *ghosting* yang ada di Indonesia sekarang sedang marak dan populer, kebanyakan korban dari perilaku *ghosting* adalah usia remaja akhir hingga dewasa awal atau pada usia antara 18 hingga 22 atau 23 tahun.

IAIN Kediri merupakan satu-satunya perguruan tinggi negeri yang berada di kota Kediri. Oleh karenanya, mahasiswa pada IAIN Kediri berasal dari berbagai

¹ Leah E. LeFebvre, *Ghosting In Emerging Adults' Romantic Relationships: The Digital Dissolution Disappearance Strategy*, *Journals Sage*, 2019. 9

² Urban dictionary

³ Gili Freedman, 2018, *Ghosting And Destiny: Implicit Theories Of Relationships Predict Beliefs About Ghosting*, *Journals of social and personal relationships*, vol.36, no.3, 908

penjuru kota di Indonesia. Dengan demikian, IAIN Kediri memiliki mahasiswa dengan latar belakang yang berbeda-beda, dan memungkinkan bagi peneliti untuk menjadikan mahasiswa IAIN Kediri menjadi subjek penelitian untuk mengambil gambaran proses regulasi diri pada mahasiswa secara umum.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, definisi mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi. Perguruan tinggi itu sendiri bisa berupa universitas, akademik, institut, politeknik, sekolah tinggi dan sebagainya. Pendapat lain datang dari Hartaji menerangkan bahwa seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu atau belajar dan terdaftar sedang menjalani atau mengikuti pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institusi dan universitas disebut mahasiswa.⁴ Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri mahasiswa. Menjadi seorang mahasiswa memiliki kebanggaan tersendiri bagi mereka yang menyandang sebutan tersebut. Namun dibalik itu semua mahasiswa tetaplah manusia biasa yang juga membutuhkan sebuah relasi, ada yang mempunyai relasi baik dan mendukung kegiatan perkuliahan tetapi ada juga yang mempunyai relasi buruk atau bahkan ada yang sampai menjadi korban *ghosting*.

Akan tetapi perlu diingat bahwa tidak semua perilaku *ghosting* memiliki dampak besar terhadap korbannya, tergantung seberapa kuat regulasi diri yang dimiliki orang tersebut. Regulasi diri adalah proses dimana seseorang dapat mengatur, mengontrol, dan mengarahkan perilakunya sendiri⁵. Perilaku yang dimaksud di sini

⁴ Damar A. Hartaji, 2012, *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orangtua*, Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma, (tidak diterbitkan)

⁵ Friedman, Howards & Schustack, Miriam W, *Kepribadian Teori Klasik Dan Riset Modern*, edisi 3, erlangga, 284

ialah perilaku terhadap penggunaan media sosial. Seseorang yang memiliki regulasi diri yang baik cenderung akan mampu mengelola dan mengontrol keadaan lingkungan yang dapat mengganggu lingkungan seseorang, begitu juga sebaliknya seseorang yang memiliki regulasi diri yang kurang baik cenderung tidak mampu mengontrol dan mengelola keadaan dirinya di dalam norma-norma lingkungannya.

Maka, regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target, dan ketika selesai pada pencapaian, maka ada proses mengevaluasi pencapaian tersebut, ketika proses berjalan dengan maksimal dan tercapai individu biasanya merasakan kepuasan dalam dirinya. Dukungan regulasi diri yang baik akan mendorong berbagai keberhasilan yang terjadi terutama bagi mahasiswa dalam proses menghadapi problematika *ghosting*.

Berdasarkan dari pernyataan tersebut maka dapat diketahui bahwa regulasi diri sangat memiliki peran penting terhadap terbentuknya perilaku dan tindakan mahasiswa dalam suatu rencana yang akan dilakukannya oleh karena itu agar perencanaan dan penyelesaian masalah yang telah direncanakan tersebut dapat berdampak positif maka diperlukannya regulasi diri yang baik.

Berdasarkan mini riset yang telah dilakukan di IAIN Kediri, perilaku *ghosting* yang dialami oleh mahasiswa IAIN Kediri tersebut. Dari perilaku *ghosting* yang pernah dialami beberapa mahasiswa yang ada disana menunjukkan bahwa regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa sangat mempengaruhi bagaimana dia bersikap dalam menghadapi problematika *ghosting* tersebut. Semakin baik regulasi yang dimiliki mahasiswa maka akan lebih kuat dalam menghadapi problematika *ghosting* tersebut dan sebaliknya.

Dengan teori di atas, peneliti akan menganalisis bagaimana pengaruh regulasi diri terhadap perilaku *ghosting* yang dialami oleh mahasiswa IAIN Kediri, Sehingga dalam skripsi ini, peneliti mengangkat judul “Proses Regulasi Diri Korban *Ghosting* Mahasiswa IAIN (Institut Agama Islam Negeri) Kediri”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan paparan latar belakang masalah diatas, maka muncul fokus penelitian sebagai berikut:

1. Apa yang menjadi belakang peristiwa *ghosting* sampai terjadi ?
2. Apa dampak yang terjadi pada korban dengan adanya peristiwa *ghosting* ?
3. Bagaimana proses regulasi diri korban *ghosting* mahasiswa IAIN Kediri angkatan 2020 ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan permasalahan, maka dapat diambil tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui latar belakang teradinya peristiwa *ghosting*
2. Untuk mengetahui dampak *ghosting* yang dialami korban *ghosting* mahasiswa IAIN Kediri angkatan 2020
3. Untuk mengetahui proses regulasi diri korban *ghosting* mahasiswa IAIN Kediri angkatan 2020

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi kajian dan rujukan dalam ranah ilmu pengetahuan psikologi, tentang proses regulasi pada individu

yang menjadi korban *ghosting*. Serta diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan dapat menjadi temuan yang bersifat aktual.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat berupa tambahan wawasan dan menjadi saran serta motivasi bagi mahasiswa khususnya yang menjadi korban *ghosting* agar dapat menjadi pribadi yang lebih baik lagi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan di bidang ilmu psikologi, khususnya pada variabel regulasi diri pada korban *ghosting*. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan literature guna penelitian selanjutnya.

c. Bagi Instansi IAIN Kediri

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi instansi guna menambah kashanah keilmuan, khususnya di bidang ilmu pengetahuan psikologi. Dan diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai refrensi bagi penelitian selanjutnya pada lingkungan IAIN Kediri.

E. Telaah Pustaka

Telaah terhadap beberapa literatur maupun hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan pembahasan di seputar penelitian ini:

1. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Regulasi Diri Terhadap *Ego Depletion* Terhadap Mahasiswa” yang ditulis oleh Rega Wibiyakti Nugroho, tahun 2018.⁶ Subjek dalam penelitian ini mengambil 116 mahasiswa angkatan 2016, 2017, dan 2018 Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Semarang dengan

⁶ Rega Wibiyakti Nugroho, “Pengaruh Regulasi Diri Terhadap *Ego Depletion* Terhadap Mahasiswa”, 2018.

menggunakan skala *ego depletion* dan regulasi diri dan metode analisis data analisis regresi yang dihitung menggunakan bantuan *software* pengolahan data statistik.

Dengan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara regulasi diri terhadap *ego depletion* pada mahasiswa Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang (nilai $r = -0,551$ dengan $p < 0,001$), selain itu hasil penelitian juga menunjukkan pengaruh regulasi diri terhadap *ego depletion* sebesar 30,4% (nilai R Square = 0,304). Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa gambaran secara umum *ego depletion* berada pada kategori sedang dengan presentase 78,44% dan gambaran secara umum regulasi diri berada pada kategori sedang dengan presentase 60,35%.

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel penelitian yakni regulasi diri terhadap mahasiswa. Perbedaan penelitian ini terletak pada metode penelitian yang mana menggunakan metode kuantitatif. Kemudian terdapat perbedaan pada subjek atau responden dan lokasi penelitian yang mengambil mahasiswa tiga angkatan dalam satu jurusan pada Universitas Semarang. Sedangkan untuk penelitian kali ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan subjek mahasiswa IAIN Kediri

2. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Strategi Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-Siswi Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi” yang ditulis oleh Ni’matul Rizqiyah, tahun 2016.⁷ Subyek dalam penelitian ini mengambil 106 pada 65 responden menggunakan metode skala psikologi dan dokumentasi untuk nilai raport. Data penelitian ini dianalisis dengan bantuan program spss 17.00.

⁷ Ni’matul Rizqiyah, “Pengaruh Strategi Regulasi Diri Dalam Belajar Dan Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Prestasi Belajar Siswa-Siswi Hasanuddin Sepanjang Gondanglegi”, 2016.

Dari penelitian ini didapatkan hasil tingkat strategi regulasi diri dalam belajar pada kategori tinggi yakni sebesar 88%, dukungan sosial sebesar 89%, dan untuk kategori prestasi belajar yang sesuai dengan kebijakan sekolah pada kategori baik sebesar 74%. Strategi regulasi diri dalam belajar tidak memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar berdasarkan tingkat signifikan pada taraf $0,082 > 0.05$ dengan prosentase 4,7%.

Persamaan penelitian ini terletak pada variabel penelitian, yakni regulasi diri. Tetapi pada penelitian terdahulu memfokuskan penelitian pada regulasi diri dalam belajar terhadap prestasi belajar siswa. Perbedaan penelitian terletak pada metedo penelitian, lokasi penelitian, dan subjek penelitian. Pada penelitian terdahulu, peneliti menggunakan metode kuantitatif, berlokasi pada Sepanjang Gondanglegi dan menggunakan 65 subjek siswa.

3. Jurnal yang berjudul “Psychological Corralates Of Ghosting And Breadcrumbing Experinces: A Preliminary Study Among Adults” yang ditulis oleh Raul Navarro dkk, tahun 2020.⁸ Studi ini untuk melakukan survey terhadap seseorang yang mereka anggap sebagai pasangan kencan. Apakah pasangan kencan mereka memberikan kepuasan hidup atau malah ketidakberdayaan.

Hasil peenelitian ini menunjukkan bahwa penderita *breadcrumbing* akan secara signifikan meningkatkan kemungkinan mengalami lebih sedikit kepuasan dengan hidup, dan memiliki lebih banyak perasaan kesepian dan ketidakberdayaan. Namun, tidak ada hubungan signifikan yang ditemukan antara *ghosting* dan salah satu yang diperiksa korelasi psikologis.

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu sama-sama meneliti pengaruh *ghosting*. Dimana penelitian diatas berfokus

⁸ Raul Navarro, dkk. 2020. *Psychological Corralates Of Ghosting And Breadcrumbing Experinces: A Preliminary Study Among Adults*. La-Mancha: University of Castilla

pada *psychologic. Psychological Corralates Of Ghosting* sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu pengaruh *ghosting* di lingkungan mahasiswa.

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu pada fokus penelitian yang mana penelitian diatas hanya fokus pada *ghosting*. Sedangkan peneliti meneliti bagaimana pengaruh regulasi diri dalam menyikapi dampak *ghosting* pada mahasiswa.

4. Jurnal yang ditulis oleh academica IAIN (State Institute for Islamic Studies) Surakarta, Journal of Multidisciplinary Studies Vol. 5 No. 2, July - December 2021 Vol. 1 No. 2, Juli - Desember 2017 ISSN: 2579-9703 (P) | ISSN: 2579-9711 (E) Siti Ulfi Rohmatin, Ny Sekar Yogi Estia Sari, Risky Ramadhanti, Neilam Nur Insani, Nurul Apriani Vol. 5 No. 2, Juli - Desember 2021 Dari penelitian diperoleh hasil bahwa subjek memiliki dinamika psikologis yang kurang baik. Hal tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan negative dalam tiga aspek dinamika psikologis yaitu kognitif, afektif, dan perilaku setelah mengalami peristiwa *ghosting*. Kemampuan resiliensi yang dimiliki cukup baik. Ini dapat dilihat dari empat aspek yaitu kemampuan dalam menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan juga pencapaian diri yang positif. Namun ada tiga aspek yang kurang dapat dikendalikan oleh subjek, yaitu kemampuan mengontrol emosi, mengendalikan impuls dan sikap optimisme.

Persamaan penelitian peneliti dengan penelitian terdahulu yaitu sama-sama meneliti dampak *ghosting* di kalangan mahasiswa. Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu pada tujuan penelitiannya. penelitian diatas bertujuan untuk melihat hasil dari korban *ghosting*. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan adalah untuk menemukan bagaimana mahasiswa meregulasikan dirinya terhadap dampak *ghosting* di lingkungan perkuliahan.

5. Skripsi yang di tulis oleh Intan Waskita Putri Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang waskitaintan@gmail.com, Self-regulation merupakan kemampuan yang dimiliki setiap orang untuk mengatur dirinya sendiri demi tujuan yang lebih positif. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara self-regulation dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian ini menggunakan skala self-regulation dan skala perilaku konsumtif. Subjek penelitian berjumlah 350 mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan Strata 1 di Universitas Muhammadiyah Malang, kemudian metode pengambilan data menggunakan insidental sampling. Analisis data dilakukan menggunakan korelasi product-moment Pearson.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *selfregulation* dengan perilaku konsumtif pada mahasiswa dengan nilai koefisien korelasi (r) = - 0,568 dan nilai (p) = 0,000. Semakin tinggi self-regulation yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah perilaku konsumtif yang dilakukan.

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu ada pada tema dan fokus penelitian yang mana keduanya sama-sama meneliti tentang regulasi diri. Juga pengaruh terhadap perilaku dalam kehidupan

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan, kurang lebih ada dua poin. Poin pertama pada fokus penelitian dan poin kedua pada metode dan lokasi penelitian. Penelitian di atas berfokus pada regulasi diri

jadi pengaruh regulasi diri dalam perilaku. Kedua dengan menggunakan pendekatan metode penelitiannya yaitu kuantitatif. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan yaitu bertujuan untuk melihat bagaimana mahasiswa meregulasikan dirinya dalam menyikapi pengaruh *ghosting* dalam dunia perkuliahan.