

## Pengaruh *Virtual Learning*, Sikap, Kontrol Diri, Kebijakan Pemerintah Dengan *Social Distancing* dalam Menghentikan Penyebaran Covid-19

Heryanto Susilo<sup>1</sup>, Ketut Atmaja Johny Artha<sup>2</sup>, Soedjarwo<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Luar Sekolah, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia  
email: [heryantosusilo@unesa.ac.id](mailto:heryantosusilo@unesa.ac.id)

### Abstrak

#### Artikel INFO

Diterima : 16 November 2021  
Direvisi : 19 November 2022  
Disetujui : 13 Juli 2023

DOI:  
<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v14i2.14812>

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh *virtual learning*, sikap, kontrol diri, peraturan pemerintah terhadap *social distancing* dalam menghentikan penyebaran Covid 19 pada Mahasiswa FIP UNESA. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif berjenis asosiatif. Populasi responden sejumlah 3000 mahasiswa, dengan pengambilan sampel 3% yaitu 88 Mahasiswa yang aktif di FIP UNESA. Data yang dikumpulkan dengan skala *virtual learning*, kontrol diri, kebijakan pemerintah dan *social distancing*. Variabel *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah memiliki pengaruh secara bersamaan terhadap *social distancing* dengan nilai R sebesar 0,754 yang dapat diartikan memiliki pengaruh yang kuat. Sementara, untuk R<sup>2</sup> menunjukkan hasil sebesar 0,568. Hal tersebut menunjukkan bahwa *social distancing* dipengaruhi sebesar 56,8% oleh *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah, sedangkan 43,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**Kata kunci:** *virtual learning*, sikap, kontrol diri, peraturan pemerintah, *social distancing*

## The Effect of Virtual Learning, Self-Control, Government Policy With Social Distancing in Stopping the Spread of Covid-19

### Abstract

This study aims to describe the effect of virtual learning, attitudes, self-control, government regulations on social distancing in the spread of Covid 19 on UNESA FIP students. This research uses associative quantitative methods. The population of respondents is 3000 students, with a sample of 3%, namely 88 students who are active in FIP UNESA. Data collected by virtual learning of scale, self-control, government policies and social distancing. virtual learning variables, attitudes, self-control, and government policies have a simultaneous influence on social distance showing the results of an R value of 0.754 which can be interpreted as having a strong influence. As for R<sup>2</sup>, it shows a result of 0.568. This shows that social distancing is influenced by 56.8% by virtual learning, attitudes, self-control, and government policies, while 43.2% is influenced by other variables not included in this study.

**Keywords:** virtual learning, attitude, self control, government regulation, social distancing

### Pendahuluan

Covid-19 merupakan salah satu jenis penyakit pernafasan yang disebabkan oleh virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) yang menyerang hampir seluruh dunia sejak akhir tahun 2019 hingga saat ini (Lai et al., 2020). Penyebaran Covid-19 pertama kali di Wuhan, Provinsi Hubei China, dan kini telah menyebar dan menyerang seluruh

dunia termasuk di Indonesia (Cahyani, 2021). Kasus kesehatan yang menyebabkan kematian semakin bertambah dari hari ke hari dan begitu cepatnya proses penularan penyakit yang disebabkan oleh virus Corona. Puncaknya infeksi Covid-19 terjadi pada pertengahan Maret 2020, sehingga *World Health Organization* (WHO) menetapkannya sebagai pandemi global. Pemerintah Indonesia mulai memutuskan beberapa kebijakan bagi masyarakat demi menanggulangi penyebaran

Covid-19, baik dengan pembatasan aktivitas, himbauan untuk menjaga kesehatan, bekerja dari rumah bagi para karyawan, belajar di rumah didampingi orangtua bagi para pelajar, *social distancing*, *physical distancing*, karantina wilayah, hingga larangan untuk mudik, sebagai bentuk pembatasan mobilitas manusia dari wilayah satu ke wilayah lainnya (Satgas Covid-19, 2021). Sesuai data pada tanggal 21 Juni tanggal 2021, jumlah masyarakat terkonfirmasi positif Virus Corona (Covid-19) di Indonesia meningkat hingga 14.536 pasien. Penambahan angka ini membuat jumlah total kasus aktif Covid-19 di Indonesia mencapai 2.004.445 dengan ditambah pasien tidak dalam pemantauan dapat bisa lebih dari data tersebut, total kematian 54.956 orang dan 1.801.761 pasien dinyatakan sembuh (Satgas Covid-19, 2021).

Situasi akibat Covid-19 tentu berdampak terhadap segala bentuk pelayanan publik, termasuk pendidikan (Risalah et al., 2020). Perubahan pola pembelajaran dilakukan secara *online* atau daring (dalam jaringan) di semua jenjang pendidikan selama pandemi Covid-19. Dengan adanya kebijakan dari pemerintah, aktivitas kegiatan di rumah semakin menguatkan penggunaan pembelajaran secara *virtual* yang dilakukan oleh sekolah maupun perguruan tinggi (Yulianingsih et al., 2020). Dengan demikian, *virtual learning* menjadi salah satu cara yang efektif yang juga dilakukan juga oleh Fakultas Ilmu Pendidikan (FIP) Universitas Negeri Surabaya (UNESA) untuk mengurangi penyebaran Covid-19. *Virtual learning* mampu meminimalisir kontak fisik secara langsung antara mahasiswa satu dengan lainnya, ataupun mahasiswa dengan dosen. Menurut Milman (2015) penggunaan teknologi digital menjadi salah satu alternatif yang cocok agar kegiatan belajar-mengajar tetap bisa dilakukan.

Selama pandemi Covid-19 kegiatan perkuliahan dilakukan jarak jauh dengan memanfaatkan teknologi informasi sebagai alternatif proses belajar mengajar (Suryatni, 2021). Sebagai mahasiswa tentunya bukan

menjadi hal yang asing mengenal dan menggunakan teknologi berupa *gadget*, seperti *smartphone*, *laptop*, dan *tablet* untuk mempermudah dalam menjalankan kegiatan perkuliahan. Pembelajaran secara jarak jauh secara *virtual learning* sering dijumpai di beberapa lembaga perguruan tinggi sehingga mengharuskan untuk beradaptasi belajar melalui teknologi. *Virtual learning* masih menjadi pro dan kontra dalam efektivitasnya sebagai alternatif pengganti perkuliahan secara luring (luar jaringan). Keberhasilan dalam penerapan *virtual learning* tergantung dengan tanggung jawab dan disiplin diri mahasiswa terhadap proses belajar mengajar (Julaeha, 2011). Selain itu, dibutuhkan kemampuan secara kognitif tinggi dibutuhkan untuk mempermudah dalam pelaksanaan *virtual learning*. Kemampuan yang harus dimiliki oleh mahasiswa secara kognitif antara lain negosiasi makna, belajar sepanjang hayat, meta kognisi dan analisis refleksi (Julaeha, 2011). Kemudian dibutuhkan juga kemampuan mahasiswa dalam keterampilan dasar *virtual learning*, seperti pengoperasian komputer, penelusuran *web*, navigasi, etika berinternet, dan keterampilan sosial *online* (McPherson & Nunes, 2004). Nunes et al (dalam McPherson & Nunes, 2004) menyebut keterampilan tersebut *networked information and communication literacy skills* (NICLS). Keterampilan NICLS sangat dibutuhkan bagi mahasiswa agar dalam proses belajar mengajar berhasil. Selain itu, perkembangan zaman menyebabkan manusia tidak dapat menghindari penggunaan teknologi.

McPherson & Nunes (2004) mengungkapkan terdapat tiga topik yang harus dikuasai oleh mahasiswa berkenaan dengan NICLS. *Pertama*, kolaborasi dan bekerjasama secara *online*. Mahasiswa dituntut untuk menyadari adanya faktor sosial yang terlibat dalam penggunaan teknologi, seperti etika berinternet, penyikapan diri, dan pengabaian atas berita palsu. *Kedua*, mencari dan menemukan kembali informasi. Keterampilan ini berkaitan dengan menjelajah dan menemukan informasi yang disediakan

pada mesin pencarian, seperti *google*. Mahasiswa perlu menemukan kata kunci yang akan dicari agar mempermudah dalam memperoleh informasi. Karenanya, diperlukan keterampilan untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas perkuliahan. *Ketiga*, menilai sumber informasi di internet. Informasi yang terdapat di internet sangat beragam sehingga keakuratan perlu dipertanyakan. Mahasiswa perlu mengkritisi sumber informasi yang berkaitan dengan pengetahuan yang dimiliki agar informasi yang diperoleh sesuai dengan bidang keilmuan.

Selama pandemi Covid-19, mahasiswa mengalami kesulitan dan hambatan untuk melakukan pembelajaran secara *virtual* (Hutauruk, 2020), sehingga membuat sejumlah mahasiswa mengalami gangguan kesehatan secara mental (Argaheni, 2020). Hal ini juga dialami oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan FIP UNESA yang mengalami kesulitan dan kecemasan, karena dibatasi berbagai kegiatan perkuliahan, seperti pembelajaran di dalam kelas, kegiatan organisasi mahasiswa (ormawa), dan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di mana mereka dapat mengembangkan potensi dan bakat yang dimiliki. Selain itu, pengurusan administrasi mengalami kesulitan, sehingga mahasiswa mengalami kecemasan khususnya bagi mahasiswa tingkat akhir. Hal ini sesuai dengan penelitian Zalaznick (2020), yaitu terdapat mahasiswa yang mengalami stress atau kecemasan (91%), merasa kecewa dan sedih (81%), dan merasa kesepian atau terisolasi (80%). Selain itu juga mahasiswa mengalami permasalahan finansial (48%) dan relokasi (56%) selama belajar dari rumah. Gangguan mental terjadi disebabkan dari kurang siapnya individu dalam menghadapi perubahan yang signifikan. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Bandalaria (2003) mengatakan bahwa terdapat tiga masalah utama yang menghambat partisipasi masyarakat mengikuti *virtual learning*. Pertama, *dispositional problems*, yakni berkaitan dengan pribadi mahasiswa, seperti sikap, gaya belajar dan sikap percaya

diri. Kedua, *circumstantial problems*, yaitu berkaitan dengan kondisi khusus, seperti letak geografis, perbedaan waktu dan lain sebagainya. Terakhir yang ketiga, yaitu masalah yang berkaitan dengan *hardware* dan *program software* yang berkaitan dengan *virtual learning*.

Pihak universitas khususnya UNESA telah mematuhi kebijakan protokol kesehatan demi keselamatan bersama. Kepatuhan yang dilakukan berupa perkuliahan dilaksanakan secara virtual learning, pembatasan jumlah yang berada di wilayah kampus, melaksanakan 3M (mencuci tangan, menjaga jarak dan menggunakan masker) dan lain sebagainya. Sikap ini merupakan bentuk kepatuhan sebagai warga negara untuk mencegah penyebaran semakin luas. Kepatuhan yang dilakukan sebagai bentuk ketaatan terhadap kebijakan yang berlaku yang diterima secara ikhlas dengan keteguhan hati tanpa paksaan (Lestari, 2019). Kebijakan itu sendiri merupakan perintah yang harus dijadikan pedoman, petunjuk atau pegangan dalam pelaksanaan dalam suatu bidang pekerjaan maupun kepemimpinan untuk tercapainya kelancaran dan keterpaduan dalam mencapai tujuan tertentu (Sumantri, 2002). Kemudian menurut Oxlay (dalam Sarwono, 2009) terdapat ciri-ciri individu yang memiliki sikap ketaatan terhadap kebijakan, di antaranya: 1) berpegang teguh terhadap kebijakan dengan melaksanakan dalam bentuk perbuatan atau kegiatan; 2) berusaha melaksanakan kebijakan yang telah dibuat; 3) menerapkan kebijakan dalam kehidupan sehari-hari; dan 4) turut mengamankan kebijakan yang berlaku.

Sikap kepatuhan terhadap kebijakan dalam menaati protokol kesehatan perlu dimiliki oleh setiap individu saat ini. Cepat atau lambatnya penyebaran Covid-19 tergantung dengan kedisiplinan manusia untuk melaksanakan aturan yang berlaku yang telah dibuat (Isdairi & Anwar, 2021). Seseorang mengambil sikap kepatuhannya terhadap suatu kebijakan berdasarkan suatu

kepercayaan yang dimiliki oleh pelaksana aturan tersebut (Bisri & Asmoro, 2019). Selain kepercayaan terdapat dimensi yang memengaruhi kepatuhan terhadap kebijakan menurut Blass (1999), yaitu: 1) mempercayai (*belief*), sikap taat terhadap kebijakan berdasarkan kepercayaan terhadap nilai-nilai yang terkandung di dalamnya terlepas dari pemegang kekuasaan atau kelompok tertentu; 2) menerima (*accept*), yaitu menerima sepenuh hati permintaan atau perintah dari orang lain; dan 3) melakukan (*act*), yaitu melaksanakan norma-norma atau nilai dari suatu peraturan.

Pengambilan sikap bagi mahasiswa tentunya membutuhkan kontrol diri agar tetap konsisten dalam menjalankan kebijakan protokol kesehatan selama pandemi Covid-19. Kontrol diri merupakan kecakapan dan kepekaan individu dalam membaca situasi dan lingkungannya (Harahap, 2017). Selama pandemi Covid-19 hendaknya mahasiswa jangan berdiam diri dalam rumah perlu memiliki kegiatan yang membangun potensi. Dengan kegiatan positif dilakukan di rumah membuat mahasiswa tidak mengalami stress dan kecemasan yang berlebihan, sebab menurut Acocella, J. R., & Calhoun (1990) bahwa pengontrolan diri sebagai pengaturan proses secara psikologi, fisik dan sosial. Mahasiswa memasuki usia dewasa awal yang dimana ide dan kreativitas dapat merubah dirinya untuk menjadi mandiri di tengah kondisi saat ini. Banyak mahasiswa yang dijumpai selama di rumah selain kegiatan perkuliahan, mereka hanya bersantai dan bermain *game online* (Wibowo & Fransco, 2021). Kondisi ini membuat mahasiswa secara psikologi dan fisik mengalami penurunan. Dengan demikian mereka tidak memiliki kontrol diri untuk tetap produktif walaupun dalam kondisi *social distancing*. Kondisi ini dialami juga oleh mahasiswa FIP UNESA hanya beberapa yang tetap produktif untuk mengikuti sejumlah kegiatan, seperti kompetisi, ormawa, UKM dan lain sebagainya walaupun melalui *virtual learning*. Tetapi sebagian mahasiswa lainnya belum memiliki kegiatan yang

bersifat produktif, sehingga tidak heran jika kemampuan kognitif, keterampilan, dan sikap cenderung menurun. Sebaliknya, mengikuti kegiatan yang produktif dapat menumbuhkan kepercayaan diri, jiwa kepemimpinan, dan kompetensi pada mahasiswa. Dengan demikian terdapat faktor-faktor kontrol diri mahasiswa untuk menumbuhkan kepercayaan diri dan kemandirian mahasiswa, antara lain 1) faktor internal yang meliputi usia dan jenis kelamin. 2) faktor eksternal yang meliputi lingkungan keluarga dan masyarakat (Hapasari & Primastuti, 2014).

Selama *social distancing* mahasiswa tidak terlepas dengan pantauan keluarga khususnya orang tua. Kontrol orang tua perlu untuk mendampingi mahasiswa sebagai pengganti dosen di kampus. Walaupun mahasiswa sudah dianggap dapat mandiri namun orangtua berperan penting terhadap keberhasilan belajar. Jika orangtua mendidik secara demokratis tentunya anak tetap nyaman belajar selama di rumah. Hal ini sesuai dengan penelitian Ghufroon (2010) menunjukkan bahwa persepsi usia dewasa awal terhadap penerapan disiplin orangtua secara demokratis diikuti dengan kemampuan kontrol diri yang tinggi. Oleh karena itu, orangtua hendaknya dapat menerapkan sikap disiplin bagi anak sejak dini dengan tetap konsisten dalam pengambilan keputusan dan tindakan dikemudian hari bagi anak (Ningrum, 2018). Sikap konsisten ini diinternalisasi anak dan akan menjadi kontrol diri.

Saat ini sudah satu tahun lebih manusia hidup dengan cara kebiasaan baru melalui pembatasan secara sosial besar-besaran dan tanpa persiapan dalam menghadapinya. *Physical distancing* merupakan cara agar penyebaran Covid-19 tidak terlalu meluas. Penularan yang cepat melalui antar manusia dapat menimbulkan kekhawatiran khususnya bagi warga negara sebagian besar Asia, sebab kearaban terjalin melalui kebersamaan secara kontak fisik yang sudah menjadi kebiasaan yang membudaya, seperti bersalaman,

berkumpul, mengadakan acara agama maupun tradisi dan lain sebagainya. Dengan membatasi kontak fisik secara langsung membuat sejumlah orang yang meminta pertolongan mengalami kesulitan, seperti tiba-tiba pingsan atau kecelakaan. Perubahan sikap kemanusiaan saat ini berkurang dalam diri setiap manusia akibat ketakutan yang berlebihan. Inilah pola kehidupan baru bagi umat manusia yang tentunya harus dapat beradaptasi melaksanakan social distancing dengan membatasi. Pihak pemerintah terus berupaya dalam memerangi pandemi Covid-19 melalui kerjasama dengan masyarakat untuk melakukan hidup disiplin dengan menerapkan protokol kesehatan. Dari uraian di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu mendeskripsikan pengaruh *virtual learning*, sikap, kontrol diri, peraturan pemerintah terhadap *social distancing* dalam menghentikan penyebaran Covid 19 pada Mahasiswa FIP UNESA.

## Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Dikatakan sebagai penelitian korelasional karena penelitian ini menghubungkan dua variabel atau lebih (Ginting & Situmorang, 2008).

## Partisipan

Jumlah populasi 3000 mahasiswa, dengan pengambilan sampel 3% yaitu 88 Mahasiswa. Sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya dianggap bisa mewakili keseluruhan populasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling* dengan kriteria responden adalah mahasiswa aktif FIP UNESA.

## Tabel 1.

### Hasil Analisis Regresi Sederhana

Variabel Penelitian	R	R <sup>2</sup>
<i>Virtual Learning</i>	0,519	0,27
Sikap	0,672	0,451
Kontrol Diri	0,723	0,523
Kebijakan Pemerintah	0,64	0,41

## Instrumen

Teknik pengambilan data pada penelitian ini, yaitu kuesioner yang berisi daftar pertanyaan kemudian responden diminta untuk memilih alternatif jawaban. Penelitian ini dilakukan secara *online*, yaitu dibagikan dengan menggunakan *google form* melalui WhatsApp. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada tanggal 01 Februari hingga 21 Juni 2021. Pengukuran indikator variabel penelitian ini menggunakan Skala Likert, yaitu dengan menyusun pernyataan yang masing-masing aitem diberi range skor dalam Skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial. Dengan Skala Likert maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem-aitem instrumen yang dapat berupa pertanyaan atau pernyataan. Skala Likert menggunakan lima respon jawaban sebagai berikut: Sangat setuju (5), setuju (4), Kurang setuju (3), Tidak setuju (2), sangat tidak setuju (1).

## Analisis Data

Analisis data hasil penelitian menggunakan regresi berganda, dengan bantuan IBM SPSS 23.0 for Windows.

## Hasil

Berdasarkan hasil analisis deskriptif dari 88 mahasiswa FIP yang menjadi sampel dalam penelitian ini sebesar 25% berjenis kelamin laki-laki dan 75% berjenis kelamin perempuan. Hasil analisis regresi termuat dalam tabel 1.

Berdasarkan analisis regresi yang telah dilakukan, nilai R dari *virtual learning* dan *social distancing* sebesar 0,519. Dengan demikian dapat dikatakan *virtual learning* memiliki pengaruh yang cukup terhadap *social distancing*. Kemudian untuk nilai R<sup>2</sup> menunjukkan hasil 0,27. Maknanya sebesar 27% *social distancing* yang dilakukan oleh mahasiswa FIP dipengaruhi oleh *virtual learning*.

Untuk uji regresi antara variabel sikap dan *social distancing* menunjukkan nilai R sebesar 0,672. Artinya, pengaruh variabel sikap terhadap *social distancing* termasuk dalam kategori cukup. Nilai R<sup>2</sup> adalah sebesar 0,451. Dengan demikian dapat diartikan bahwa sebesar 45,1% *social distancing* yang dilakukan oleh mahasiswa dipengaruhi oleh variabel sikap.

Selain itu dilakukan pula uji regresi antara variabel kontrol diri dengan *social distancing*. Hasilnya menunjukkan nilai R sebesar 0,723, sehingga dapat diartikan bahwa variabel kontrol diri memiliki pengaruh yang kuat terhadap *social distancing* yang dilakukan. Kemudian untuk nilai R<sup>2</sup> menunjukkan hasil sebesar 0,523. Maknanya adalah sebesar 52,3% *social distancing* yang dilakukan oleh mahasiswa FIP dipengaruhi oleh variabel kontrol diri.

Uji regresi juga dilakukan antara kebijakan pemerintah dan *social distancing*. Hasilnya menunjukkan nilai R sebesar 0,64. Nilai ini termasuk dalam kategori sedang. Untuk nilai R<sup>2</sup> diperoleh hasil sebesar 0,41, sehingga dapat dimaknai *social distancing* yang dilakukan mahasiswa FIP dipengaruhi sebesar 41% oleh kebijakan pemerintah.

Analisis regresi berganda antara variabel *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah secara bersamaan terhadap *social distancing* menunjukkan hasil nilai R sebesar 0,754 yang dapat diartikan memiliki pengaruh yang kuat. Sedangkan untuk R<sup>2</sup> menunjukkan

hasil sebesar 0,568. Hal tersebut menunjukkan bahwa *social distancing* dipengaruhi sebesar 56,8% oleh *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah, sedangkan 43,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji regresi ANOVA menunjukkan nilai signifikansi 0,00. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *social distancing*.

## **Pembahasan**

Berdasarkan hasil data penelitian menunjukkan pada hipotesis pertama, bahwa terdapat pengaruh cukup *virtual learning* terhadap *social distancing*. Selama *social distancing* pembelajaran dilakukan secara virtual agar tetap melaksanakan perkuliahan selama masa pandemi. Selama *virtual learning* untuk lebih mempermudah mahasiswa dan dosen dalam proses belajar mengajar, maka pihak UNESA telah membuat layanan pembelajaran online berupa *Virtual Learning UNESA (Vinesa)*. Penggunaan *Vinesa* masih belum maksimal dalam penggunaannya mungkin menjadi persoalan kurangnya sosialisasi penggunaan *Vinesa* dan kemudian mahasiswa tidak diwajibkan seperti universitas lainnya, seperti pada Universitas Katolik Widya Mandala yang menggunakan sistem *BELLA (Belajar Online)* yang dimana mewajibkan mahasiswa selama *virtual learning* melakukan kegiatan belajar mengajar melalui *BELLA*. Dengan demikian dari data tersebut bisa dilihat bahwa partisipasi *virtual learning* dengan menggunakan *vinesa* masih belum optimal. Walaupun belum optimal dalam penggunaan *vinesa*, antusias mahasiswa dalam menggunakan *vinesa* cukup tinggi, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rusdiana, 2021), yaitu ketertarikan mahasiswa dalam penggunaan *vinesa* sejumlah 47,19%.

Selama ini pembelajaran *online* sebagian besar mahasiswa dan dosen masih menggunakan via *whatsapp* dan *zoom* dalam diskusi maupun pengumpulan tugas. Penggunaan *vinesa* belum maksimal digunakan oleh mahasiswa FIP UNESA, maka dibutuhkan mahasiswa dan dosen dalam kemampuan *Networked Information and Communication Literacy* (NICLS) untuk mempermudah proses belajar mengajar selama *social distancing* (McPherson & Nunes, 2004). Oleh sebab itu, *virtual learning* menjadi solusi alternatif selama *social distancing*. Menurut McPherson dan Nunes (2004) terdapat tiga topik yang perlu dikuasai oleh mahasiswa dan dosen yang berkenaan dengan NICLS dalam penggunaan *vinesa*, yaitu dengan berkolaborasi dan bekerja sama secara *online*. Melalui *vinesa* mahasiswa dengan mudah memperoleh materi yang tentunya dapat diakses kembali jika materi yang diberikan hilang dan kemudian bagi dosen juga dimudahkan dalam memberikan materi yang transparan untuk memudahkan mahasiswa dalam mengakses. Selanjutnya, menemukan dan mencari informasi secara mandiri, dengan mencari dan menemukan materi maupun informasi yang berkaitan dengan perkuliahan. Melalui *vinesa* yang bekerjasama dengan Sistem Pembelajaran Daring (SPADA) yang memudahkan juga untuk memperoleh materi dari universitas yang berbeda untuk memperkaya ilmu yang didapatkan. Selain itu, mahasiswa hendaknya dapat menilai secara kritis informasi yang berasal dari internet, sebab banyak sekali materi mudah didapatkan namun keakuratannya sangat diragukan. Sejumlah mahasiswa UNESA sudah memahami informasi yang terpercaya dengan melalui beberapa rumah jurnal, baik nasional maupun internasional. Hal ini juga tidak terlepas dari arahan dosen untuk selalu mengambil materi dari jurnal, sehingga sudah terbiasa mahasiswa untuk memperoleh informasi tidak mengambil dari artikel tulisan bebas yang ada di internet.

Selanjutnya pada hipotesis ke dua, yaitu *social distancing* yang dilakukan oleh mahasiswa FIP UNESA dipengaruhi oleh variabel sikap. Setiap individu memiliki sikap yang menjadi penentu terhadap pemilihan terbaik bagi dirinya sendiri. Pengambilan sikap terhadap *social distancing* merupakan suatu kepedulian diri terhadap orang lain dan diri sendiri (Padmo & Julaeha, 2007). Maka dari itu sikap identik terhadap pengambilan keputusan seseorang apakah setuju atau tidak. Sikap kepatuhan selama *social distancing* saat ini dibutuhkan bagi semua orang agar penyebaran Covid-19 tidak meluas. Sikap ini juga diterapkan oleh mahasiswa FIPP UNESA. Kepatuhan ini tidak terlepas dari kepercayaan seseorang dalam mengadopsi informasi, sehingga kebijakan atau aturan dengan mudah untuk dilaksanakan. Hal ini sependapat oleh (Blass, 1999) yang dimana terdapat dimensi sikap kepatuhan kebijakan, yaitu antara lain 1) Mempercayai. Cara sikap percaya terhadap suatu hal seseorang antara satu dengan lain berbeda, seperti sesuai dengan pengalaman dan pengetahuan yang sesuai dengan kemampuan individu miliki. Sama hal seperti keberadaan Covid-19 terdapat sejumlah besar masyarakat mempercayai adanya virus ini, namun sejumlah orang ada yang tidak mempercayainya. Hal ini tergantung sebagaimana kemampuan mereka dalam menilai sebuah informasi. Sikap kepercayaan informasi mengenai Covid-19 telah dilakukan oleh mahasiswa FIP UNESA dengan menaati protokol kesehatan. Sebagai akademisi tentunya menjadi contoh bagi masyarakat luas untuk menjadi penggerak dalam menghentikan penyebaran Covid-19. Sebagian besar mahasiswa memperoleh informasi melalui media yang terpercaya, sehingga tidak akan menjadi kekhawatiran yang berlebihan dialami. 2) Menerima. Suatu informasi telah didifusi dan dipercayai oleh masyarakat langkah selanjutnya yang akan diambil, yaitu menerima informasi tersebut. Menerima terdapat proses yang tentunya

berdasarkan pengetahuan dan pengalaman dimiliki. Hal ini juga dimiliki oleh mahasiswa FIP UNESA dengan menerima informasi tersebut dengan baik. Menerima informasi membutuhkan waktu agar terhindar dari berita *hoax* atau tidak sesuai. 3) Melakukan. Setelah melalui proses kepercayaan dan menerima selanjutnya melakukan. Sikap mahasiswa menghadapi pandemi Covid-19 telah dilakukan dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, melaksanakan pembelajaran virtual, mengikuti informasi dari kampus dengan sungguh dan lain sebagainya. Sikap ini dibutuhkan karena dengan jarak yang berjauhan pihak kampus tidak dapat mengontrol mahasiswa. Hal ini karena banyak keterbatasan yang dialami, seperti jaringan internet, kemampuan teknologi, tidak memiliki perangkat gadget dan lain sebagainya. Dengan demikian serangkaian tahap menerima informasi tersebut merupakan sikap kepatuhan seseorang yang dimiliki khususnya selama masa pandemi Covid-19.

Kemudian pada hipotesis ke tiga, yaitu *social distancing* yang dilakukan mahasiswa FIP UNESA dipengaruhi kontrol diri. Selama *social distancing* tentunya dibutuhkan kontrol diri yang baik bagi mahasiswa agar terhindar dari gangguan kesehatan secara mental. Sering kali terjadi permasalahan, salah satunya yaitu ditemukan mahasiswa mengalami tekanan berupa pemberian tugas yang terlalu banyak. Kemudian ditemukan juga kondisi mahasiswa belum siap dalam mengikuti perkuliahan, terkadang juga mahasiswa banyak ditemukan melakukan kegiatan lain diluar dari perkuliahan. Kondisi ini tentunya membuat mahasiswa tidak dapat menangkap materi dengan baik apalagi bagi yang tidak pernah hadir di ruang virtual learning. Sebagai mahasiswa perlu untuk mudah beradaptasi disegala perubahan yang terjadi, jangan sampai perubahan membuat kontrol diri semakin lemah. Kontrol diri dibutuhkan ketika individu dihadapi dengan keadaan yang mengharuskan manusia untuk memunculkan perilaku yang baru dan mempelajari dengan baik (Jelita,

2020). Dalam keadaan pandemi seperti ini, sebagian besar mahasiswa FIP UNESA telah beradaptasi mengikuti perkuliahan secara virtual learning. Hal ini dibuktikan keaktifan kehadiran mahasiswa yang mengikuti perkuliahan, selain itu suasana diskusi juga terbangun dalam walaupun di ruang virtual dan pengumpulan tugas, serta ujian, baik UTS maupun UAS dikumpulkan tepat waktu.

Kontrol diri dapat berdampak pada individu, yaitu berupa peningkatan performa, penyesuaian psikologis dan pengendalian terhadap impuls (Hariti Rahma Jelita, 2020). Dengan demikian, Averill (dalam Ghufroon, 2010) mengatakan bahwa pengambilan keputusan individu dipengaruhi oleh aspek-aspek kontrol diri. Pertama, yaitu kontrol perilaku. Kontrol perilaku merupakan kondisi kesiapan tersedianya respon yang dapat mempengaruhi dalam keadaan kurang menyenangkan (Tangney et al., 2018). Dengan ini perilaku ditentukan oleh bagaimana diri sendiri atau orang lain agar dapat terkontrol terhadap suatu keadaan. Hal ini juga dirasakan oleh mahasiswa FIP UNESA, yaitu keberhasilan hasil belajar dapat ditentukan oleh diri sendiri atau dukungan orang lain yang terlibat di dalamnya. Sebagai contoh, ketika selama di rumah anak malas dibutuhkan peran orangtua untuk tetap mengontrol kegiatan belajar anak dan mengawasi anak untuk kegiatan di rumah. Hal ini dilakukan sebab jika diri sendiri tidak dapat mengontrol maka hasil belajar yang didapatkan menurun dan ketika sudah kembali aktif kuliah secara luring ilmu yang didapatkan sebelumnya akan tertinggal jauh dengan teman-temannya. Dengan demikian kontrol perilaku dapat berasal dari diri sendiri maupun orang lain.

Kedua adalah kontrol kognitif. Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menilai dan menghubungkan agar secara psikologis dapat mengurangi tekanan yang diperolehnya. Aspek ini tentunya

dimiliki oleh mahasiswa FIP UNESA sebab sebagian besar mereka telah memilih dan memilah informasi yang didapatkan, sehingga berita *hoax* atau berita tidak benar dapat mereka nilai secara pengetahuan yang didapatkan. Sering kali mereka mendapatkan pesan berupa *broadcase* berupa berita yang disebarakan melalui media sosial. Namun sikap yang diberikan oleh sebagian besar mahasiswa FIP UNESA tidak direspon dan juga tidak membagikan berita tersebut, sehingga dengan demikian sudah memutuskan rantai ketidakbenaran sesuai dengan kemampuan kognitif yang didapatkan, sebab mereka telah dapat mengolah dan menilai terhadap suatu berita terutama yang berhubungan dengan Covid-19 yang dapat membuat secara psikologi tertekan dan stres. Ketiga, kontrol keputusan. Kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau tindakan berdasarkan apa yang diyakini dan disetujui. Sikap kontrol terhadap keputusan ini dibutuhkan setiap individu selama masa pandemi Covid-19. Keputusan dalam diri untuk mempercayai adanya Covid-19 dan menerapkan protokol kesehatan tergantung terhadap masing-masing individu. Suatu informasi yang didapatkan kemudian dipercayai dapat melalui pengalaman orang terdekat bahkan diri sendiri.

Hasil hipotesis ke empat pada penelitian ini, yaitu *social distancing* yang dilakukan oleh FIP UNESA dipengaruhi oleh kebijakan pemerintah. Kebijakan *soscial distancing* merupakan aturan yang dibuat atas situasi genting yang diambil oleh pemerintah demi keselamatan bersama (Wiryawan, 2020). Lembaga eksekutif tidak dapat menggunakan peraturan perundang-undangan secara terikat, sebab kondisi negara sering mengalami perubahan yang tentunya tidak terbuat dalam undang-undang, maka demikian dibuatlah kebijakan untukantisipasi di masa terdesak, seperti pandemi Covid-19. Pengertian kebijakan itu sendiri merupakan suatu wewenang dalam mengambil suatu tindakanguna menyesalikan masalah terdesak yang belum pernah

dikeluarkan di dalam peraturan yang dibuat oleh kekuatan legislatif (*fresies ermessen*) (Wiryawan, 2020). Pembuatan kebijakan diperlukan terutama dalam masa pandemi Covid-19. Kebijakan ini dibuat dengan tujuan untuk keselamatan dan kesejahteraan atas bagi warga negara yang terdampak Covid-19. Kebijakan yang telah dibuat tidak berfungsi jika masyarakat sendiri tidak ikut serta berperan sebagai pelaksana aturan berlaku. Menurut Akib (2016) mengatakan kebijakan yang telah ditetapkan kemudia diikuti dan dilaksanakan pelaku (*stakeholders*) dalam rangka memecahkan dan menanggulangi permasalahan tertentu.

Kebijakan pemerintah selama pandemi Covid-19 telah dipertimbangkan kondisi dalam segi apapun, baik warga negara, kondisi politik, ekonomi, layanan kesehatan dan lain sebagainya (Tuwu et al., 2021). Kebijakan yang dibuat oleh pemerintah di awal pandemi Covid-19, yaitu memberlakukan karantina berupa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Pemberlakuan kebijakan tersebut bagi seluruh wilayah di Indonesia untuk menghentikan penyebaran Covid-19. Kebijakan PSBB sendiri merujuk pada Undang-Undang Nomer 6 Tahun 2018 tentang karantina kesehatan. Hal ini berdampak pada penutupan, intansi pendidikan, kegiatan keagamaan, tempat wisata, dan fasilitas publik lainnya, namun dikecualikan pada pelayanan tertentu seperti pasar, rumah sakit, apotek, dan bank (Wiryawan, 2020).

Pemberlakuan kebijakan PSBB diubah dengan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM). Pemberlakuan PPKM sebagai bentuk terwujudnya *soscial distancing* agar tidak kontak secara langsung atau bahkan berkerumun ditempat publik. Istilah PPKM ditetapkan sejak awal Januari 2021, PPKM diberlakukan bagi wilayah yang penyebaran Covid-19 tinggi, sehingga tidak semua wilayah menetapkan karantina. Beberapa kebijakan yang dibuat oleh pemerintah telah ditaati oleh

mahasiswa FIP UNESA dengan tetap di rumah dan pembelajaran dilakukan secara *virtual learning*, selain itu juga kepeluar administrasi dilakukan secara online dan pihak UNESA memfasilitasi mahasiswa terhadap pengurusan administrasi dengan mudah dan cepat. Dengan adanya pandemi Covid-19 sektor ekonomi sangat berdampak yang disebabkan oleh pengangguran yang meningkat karena di rumahkan (PHK), usaha sedang lesu, lapangan kerja yang semakin kecil dan lain sebagainya. Dengan kondisi ini rektor UNESA membuat kebijakan atas dasar Kementerian Pendidikan untuk menurunkan Uang Kuliah Tunggal (UKT) bagi mahasiswa terdampak. Beberapa kebijakan ini sebagai upaya pemerintah dan masyarakat dengan tujuan agar penyebaran Covid-19 tidak meluas. Dengan cara *social distancing* inilah agar mengurangi masyarakat terinfeksi dan menngkat akibat Covid-19.

Pada hasil penelitian ini, *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah memiliki pengaruh signifikan terhadap *social distancing*. Hal ini sesuai dengan teori dari Prijodarminto, (1994) bahwa terdapat tiga aspek dalam diri manusia yang perlu dimiliki untuk dapat mengikuti perkembangan zaman. Pertama, sikap mental, yaitu setiap individu hafus memiliki sikap yang tangguh untuk siap dalam menghadapi hal yang tidak terduga, seperti bencana alam, perkembangan zaman dan lain sebagainya. Sikap mental dipengaruhi oleh diri sendiri melalui pembiasaan. Jika memiliki mental kuat maka mendapatkan berhasil sesuai dengan tujuan dan sebaliknya seseorang memiliki sikap mental yang lemah, maka mengeluh dan menyerah mereka dapatkan sebelum mencoba. Sesuai hasil penelitian bahwa dalam kondisi pandemi Covid-19 mahasiswa memiliki sikap mental yang kuat untuk terus melaksanakan kegiatan seperti sehari-hari sebelum adanya pandemi. Sikap mental yang kuat tidak membuat sejumlah mahasiswa mengeluh dan menyerah untuk mengikuti pelaksanaan *virtual learning*. Perjuangan

dalam pembelajaran secara virtual tentunya tidak mudah, sebab banyak gangguan selama berada di rumah, seperti malas, permasalahan keluarga, dan terganggu oleh aktivitas di rumah. sebab suasana belajar berada di rumah tentunya berbeda dengan belajar di ruang kelas yang dapat terfokus pada pembelajaran. Walaupun demikian dengan suasana yang tidak menentu, sudah hampir satu tahun lebih mahasiswa tetap melaksanakan kewajiban dengan dibuktikan selalu hadir di ruang belajar online, pengumpulan tugas tepat waktu, aktif dalam diskusi kelas, tepat waktu dalam menyelesaikan UTS dan UAS. Dengan demikian pembelajaran secara virtual tidak menghambat mahasiswa untuk tetap produktif dalam memperoleh ilmu.

Kedua, pemahaman yang baik mengenai perubahan melalui sikap dan kontrol diri. Pemahaman akan perubahan sangat dibutuhkan setiap individu selama pandemi saat ini. Tidak menutup kemudian jika tidak ada sikap dan kontrol diri akan berakibat kepanikan yang terjadi di masyarakat, seperti *panic buying* yang terjadi pada bahan dan alat yang berhubungan dengan pencegahan Covid-19. Hal ini bisa dilakukan jika terdapat pemahaman yang tepat melalui sosialisasi edukasi secara *online*. Pemahaman seseorang tentunya didapatkan melalui ilmu pengetahuan. Jika individu sudah mendapatkan ilmu pengetahuan tersebut, maka melakukan tindakan tentunya perlu logika berpikir. Individu tidak mempercayai dengan istilah “katanya” tetapi mereka membuktikan dengan mencari pengetahuan secara jelas, baik melalui buku, jurnal, pakar, dan lain sebagainya. Sebagai mahasiswa yang termasuk dalam akademisi tentunya tidak gegabah dalam mengambil keputusan. Hal ini juga dilakukan oleh mahasiswa FIP UNESA, yaitu tidak melakukan tindakan yang merugikan kampus selama pandemi, seperti demo, pencemaran nama baik, dan lain sebagainya. Tindakan yang dilakukan oleh sejumlah mahasiswa FIP UNESA membagikan bantuan sosial,

penggalangan dana, relawan Covid-19 dan lain sebagainya, dan sebagiannya tetap menaati protokol kesehatan dengan social distancing untuk tetap di rumah.

Ketiga, sikap yang menunjukkan kesungguhan hati untuk menaati kebijakan. Kebijakan berjalan apabila masyarakat ikut serta dalam pelaksanaannya. Kebijakan dibuat berdasarkan kondisi perubahan yang mengancam atau permasalahan yang ada di masyarakat. Kebijakan yang dibuat oleh pemerintah tentunya sudah berdasarkan pertimbangan. Sebagai warga negara yang baik tentunya menaati kebijakan yang telah ditetapkan dengan kesungguhan hati. Sikap kepercayaan atas dasar pengetahuan dan pengalaman membuat kebijakan semakin kuat dalam implementasinya. Kebijakan selama pandemi Covid-19 menjadi solusi bagi masyarakat untuk tetap terkontrol dalam menaati protokol kesehatan yang ditetapkan secara dunia. Mahasiswa FIP UNESA telah melaksanakan kebijakan dengan sepenuh hati tanpa ada protes atas ketidaknyamanan terhadap aturan yang dibuat. Sikap mahasiswa kesungguhan hati terhadap kebijakan dibuktikan dengan ketaatan protokol kesehatan dan kegiatan yang dapat membantu bagi yang terdampak Covid-19. Selama satu tahun lebih mahasiswa menaatinya untuk tetap saling menjaga demi keselamatan bersama. Kebijakan tidak terlepas dari aturan yang mengikat, yang dengan ketulusan hati tentu sebagai warga negara yang baik akan menaatinya untuk kepentingan bersama

## Kesimpulan

Simpulan yang dapat diambil dari data yang telah dilakukan pada penjelasan di atas adalah *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah berpengaruh terhadap *social distancing*. Pengaruh yang diberikan merupakan dalam kategori kuat. Kemudian arah pengaruh yang diberikan

adalah positif, artinya semakin tinggi *virtual learning*, sikap, kontrol diri, dan kebijakan pemerintah maka semakin tinggi pula *social distancing* yang dilakukan oleh mahasiswa.

## Daftar Pustaka

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship (3th ed)*. McGraw-Hill.
- Akib, H. (2016). Implementasi Kebijakan Program Makassar Tidak Rantasa (MTR) di Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Ilmu Administrasi Publik*, 6(2), 21–34. <https://doi.org/10.26858/jiap.v6i2.2477>
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis review: Dampak perkuliahan daring saat pandemi COVID-19 terhadap mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99–108. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Bandalaria, M. P. (2003). Shifting to online tutorial support system: A synthesis of experience. *Jurnal Pendidikan Terbuka Dan Jarak Jauh*, 4(1), 32–41.
- Bisri, M. H., & Asmoro, B. T. (2019). Etika pelayanan publik di Indonesia. *Journal of Governance Innovation*, 1(1), 59–76. <https://doi.org/10.36636/jogiv.v1i1.298>
- Blass, T. (1999). The milgram paradigm after 35 years: Some things we now know about obedience to authority 1. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 955–978. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1999.tb00134.x>
- Cahyani, A. D. (2021). Sinergi antara Orang Tua dan Pendidik dalam Pendampingan Belajar Anak selama Pandemi Covid-19. *Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2). <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i1.1130>
- Ghufron, M. N. (2010). Risnawati. In *Teori-teori psikologi*. Ar-ruzz Media.
- Ginting, P., & Situmorang, S. H. (2008). Filsafat Ilmu dan Metode Riset. *Terbitan Pertama*. Medan USUPress.

- Hapasari, A., & Primastuti, E. (2014). Kepercayaan diri mahasiswi papua ditinjau dari dukungan teman sebaya. *Psikodimensia*, 13(1), 60. <https://doi.org/10.24167/psiko.v13i1.278>
- Harahap, J. Y. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet di pustaka digital Perpustakaan Daerah Medan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2), 131–145. <https://doi.org/10.22373/je.v3i2.3091>
- Hariti Rahma Jelita, Y. A. (2020). Studi Deskriptif Self-Control Remaja di Tengah Wabah Covid-19 di DKI Jakarta. *Prosiding Psikologi*, 6(2). <https://doi.org/10.29313/v6i2.22397>
- Hutauruk, A. J. B. (2020). Kendala pembelajaran daring selama masa pandemi di kalangan mahasiswa pendidikan matematika: Kajian kualitatif deskriptif. *Sepren*, 2(1), 45. <https://doi.org/10.36655/sepren.v2i1.364>
- Isdairi, I., & Anwar, H. (2021). Kepatuhan Masyarakat dalam Menerapkan Social Distancing untuk Mencegah Penyebaran Virus Covid-19 di Kabupaten Sambas. *Proyeksi: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 26(1), 46–57. <https://doi.org/10.26418/proyeksi.v26i1.2620>
- Julaeha, S. (2011). Virtual learning: Pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 7(2).
- Lai, C.-C., Shih, T.-P., Ko, W.-C., Tang, H.-J., & Hsueh, P.-R. (2020). Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) and coronavirus disease-2019 (COVID-19): The epidemic and the challenges. *International Journal of Antimicrobial Agents*, 55(3), 105924. <https://doi.org/10.1016/j.ijantimicag.2020.105924>
- Lestari, A. O. A. W. (2019). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku cuci tangan pada masyarakat Kelurahan Pegirian. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.20473/jpk.V7.I1.2019.1-11>
- McPherson, M., & Nunes, M. B. (2004). *Developing innovation in online learning: An action research framework*. Routledge.
- Milman, N. B. (2015). Women Leaders in Online/Distance Education Associations/Organizations. *Distance Learning*, 12(3), 45. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.92001-4>
- Ningrum, D. K. (2018). Upaya Meningkatkan Perilaku Disiplin Anak Usia 4-5 tahun Melalui Permainan Ular Tangga Bercerita. *Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Jakarta. Jakarta*.
- Padmo, D., & Julaeha, S. (2007). Tingkat kepedulian dan self efficacy mahasiswa Universitas Terbuka terhadap e-learning. *Jurnal Pendidikan Terbuka Dan Jarak Jauh*, 8(1), 40–53.
- Prijodarminto, S. (1994). Disiplin kiat menuju sukses. *Jakarta: Abadi*.
- Risalah, A., Ibad, W., Maghfiroh, L., Azza, M. I., Cahyani, S. A., & Ulfayati, Z. A. (2020). Dampak pandemi COVID-19 terhadap kegiatan belajar mengajar di MI/SD (studi kbm berbasis daring bagi guru dan siswa). *JIEES: Journal of Islamic Education at Elementary School*, 1(1), 10–16. <https://doi.org/10.47400/jiees.v1i1.5>
- Rusdiana, E. (2021). PENGEMBANGAN MODEL ADDIE BAGI PEMBELAJARAN DARING MATA KULIAH PENGANTAR HUKUM INDONESIA UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 13(1), 33–43. <https://doi.org/10.26418/jvip.v12i2.39085>
- Sarwono. (2009). *Psikologi Sosial*. Salemba Humanika.
- Satgas, C.-19. (2021). *Data Sebaran Pasien Positif Covid-19 di Indonesia*. covid19.go.id
- Sumantri, D. A. (2002). TENTANG KEBIJAKSANAAN PEMERINTAH. *Jurnal Hukum & Pembangunan*, 32(1), 39–50.

- Suryatni, L. (2021). TEKNOLOGI PENDIDIKAN SEBAGAI PELAKSANAAN SISTEM INFORMASI DALAM PERKULIAHAN ONLINE DI MASA PANDEMI COVID-19. *JSI (Jurnal Sistem Informasi) Universitas Suryadarma*, 8(1), 31–46. <https://doi.org/10.35968/jsi.v8i1.607>
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Self-Regulation and Self-Control*, 173–212.
- Tuwu, D., Laksmono, B. S., Huraerah, A., & Harjudin, L. (2021). Dinamika Kebijakan Penanganan Pandemi COVID-19 Dalam Perspektif Kesejahteraan Sosial. *Sosio Konsepsia*, 10(2), 97–110. <https://doi.org/10.33007/ska.v10i2.2158>
- Wibowo, T., & Fransco, N. (2021). Pengaruh Kecanduan Mobile Game Terhadap Gangguan Sosial Pada Era COVID-19. *CoMBInES-Conference on Management, Business, Innovation, Education and Social Sciences*, 1(1), 687–694.
- Wiryawan, I. W. (2020). Kebijakan Pemerintah Dalam Penanganan Pandemi Virus Corona Disease 2019 (Covid-19) Di Indonesia. *Prosiding Webinar Nasional Universitas Mahasaraswati Denpasar 2020*, 179–188.
- Yulianingsih, W., Suhanadji, S., Nugroho, R., & Mustakim, M. (2020). Keterlibatan Orangtua dalam Pendampingan Belajar Anak selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1138–1150. <https://doi.org/obsesi.v5i2.740>
- Zalaznick, M. (2020). Student mental health has “significantly worsened” during pandemic]. *University Business Library*. <https://Universitybusiness.Com/Mentalhealth-College-Student-Wellnesstelehealth-Telettherapy-Active-Minds>.