



## **Bagaimana Mahasiswa Menghadapi Kebijakan PPKM saat Pandemi? Eksplorasi Faktor Psikologis pada Kepatuhan terhadap Kebijakan *Stay-at-Home***

Rayi Hammam Azka, Miai Fattah Rizki, Erin Andriani Putri, Margareta Damayanti, dan Rahmadianty Gazadinda\*

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

\*E-mail: r.gazadinda@unj.ac.id

### **Abstrak**

Pandemi Covid-19 merupakan kejadian yang mengganggu berbagai aspek kehidupan masyarakat Indonesia. Kebijakan pembatasan mobilitas masyarakat di masa pandemi diberlakukan dalam bentuk penerapan aktivitas dari rumah (*stay-at-home*) bagi sebagian besar lapisan masyarakat di Indonesia. Kebijakan tersebut telah memberi dampak besar bagi masyarakat termasuk pada mahasiswa. Seluruh aktivitas seperti kegiatan pembelajaran yang biasanya dijalani oleh mahasiswa secara tatap muka berubah menjadi dilaksanakan secara jarak jauh dari rumah. Kondisi ini menuntut mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kondisi interaksi sosial yang terbatas selama pemberlakuan kebijakan *stay-at-home*. Penelitian ini ditujukan untuk mengidentifikasi pengaruh kontrol diri dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap kepatuhan mahasiswa pada kebijakan *stay-at-home* selama masa pandemi. Terdapat 410 mahasiswa Indonesia yang diikutsertakan dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 berpengaruh secara signifikan terhadap kepatuhan mahasiswa pada masa kebijakan *stay-at-home* diterapkan ( $F(5, 403) = 110.663, p = .000$ ). Hasil analisis juga menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian ini memiliki kontribusi sebesar 57.9% terhadap kepatuhan mahasiswa dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*. Kontrol diri dan pengetahuan mahasiswa mengenai Covid-19 secara signifikan berkontribusi positif terhadap kepatuhan mahasiswa dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada pemerintah untuk mempertimbangkan faktor psikologis dalam menerapkan kebijakan yang berkaitan dengan penanggulangan pandemi, terutama pada mahasiswa.

**Kata kunci:** kepatuhan, kebijakan, kontrol diri, pandemi, PPKM

## **How Did College Students Endure PPKM Policy? Exploring Psychological Factors in Compliance to *Stay-at-Home* Policy**

### **Abstract**

The Covid-19 pandemic was an incident that disrupted various aspects of Indonesian citizens. The public activity restriction during the pandemic was implemented and forced everyone to be at home most of the time. The *stay-at-home* policy had resulted in a major impact on the community including college students since their learning activity was converted into online class. The mobility restriction arose several psychological impacts among university students due to the limitation of social interaction. This study aims to identify the role of self-control and knowledge, attitude, and practices towards Covid-19 in compliance with *stay-at-home* during pandemic situations. There were 410 Indonesian students included in this study. This study found that self-control and individual behavior towards Covid-19 have a significant impact on Indonesian student's compliance when the *stay-at-home* policy is implemented ( $F(5, 403) = 110.663, p = .000$ ). The result also demonstrated that all variables in this study contributed for 57.9% to the compliance of university students during PPKM while students were required to *stay-at-home*. Both self-control and knowledge about Covid-19 showed positive contributions to student's compliance toward the social restriction during pandemic Covid-19 situation. This study implied that psychological factors should be considered while implementing certain policies during pandemic situations, especially for university students.

**Keywords:** compliance, pandemic, policy, self-control, social restriction

## Pendahuluan

Covid-19 merupakan masalah kesehatan terbesar di dunia dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir. Virus ini masih ada sampai sekarang bahkan terus bermutasi serta memunculkan berbagai variasi yang tidak kalah berbahaya (Susilo et al., 2022). Pemerintah Indonesia telah berusaha untuk mencegah penyebaran Covid-19 dengan menghimbau masyarakat untuk menggunakan masker, menjaga kebersihan dengan rutin mencuci tangan, dan menjaga jarak antarindividu (P2PTM Kemenkes RI, 2020). Selain itu, pemerintah juga berusaha mengadopsi kebijakan *stay-at-home* sebagai wujud rekomendasi dari World Health Organization (WHO) untuk menghindari tempat keramaian (Ramadhan & Yusuf, 2020). Pemerintah mewujudkan kebijakan *stay-at-home* dalam bentuk pembatasan sosial berskala besar (PSBB) sesuai penjelasan pada Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020. Pada 11 Januari 2021, pemerintah Indonesia menerapkan kebijakan pembatasan sosial lanjutan, yaitu pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) di seluruh wilayah Indonesia (Rizal et al., 2021). Baik kebijakan PSBB dan PPKM tersebut menuntut sebagian besar masyarakat untuk memusatkan aktivitasnya di dalam rumah. Implementasi kebijakan tersebut menyebabkan kegiatan bekerja, belajar, dan aktivitas lainnya dilakukan dari rumah sehingga pertemuan tatap muka antarindividu menjadi sangat terbatas.

Meskipun kebijakan PPKM telah diterapkan sebagai upaya pencegahan penyebaran Covid-19, angka kasus Covid-19 justru semakin bertambah (Fikhasari, 2022). Fenomena lonjakan angka kasus yang terkonfirmasi kerap kali dikaitkan dengan rendahnya kepatuhan masyarakat terhadap kebijakan *stay-at-home* yang telah diterapkan oleh pemerintah. Selama masa penerapan kebijakan tersebut, masih banyak masyarakat yang melanggar kebijakan *stay-at-home* seperti tetap berkumpul dan berkerumun dengan orang lain (Yandwiputra & Hantoro, 2021) atau tetap melakukan aktivitas secara tatap muka (Lesmana & Muflih, 2021).

Penelitian mengenai respons masyarakat global terhadap berbagai kebijakan yang diterapkan selama masa pandemi Covid-19 telah banyak dilakukan. Anak muda di Amerika yang berusia 18–31 tahun dinilai paling tidak patuh terhadap berbagai kebijakan terkait Covid-19 yang diterapkan oleh pemerintah setempat (Leahy, 2020). Studi multinasional di beberapa negara bahkan menemukan kecenderungan bahwa laki-laki di negara maju cenderung tidak mematuhi aturan protokol kesehatan, sedangkan perempuan lebih cenderung menjadi pelanggar kebijakan terkait Covid-19 di negara berkembang (Lin et al., 2021). Survei dari The Harris Poll (2020) juga menunjukkan bahwa orang dewasa yang tidak mematuhi kebijakan terkait Covid-19 didasari oleh ketidaktahuan atas bahaya Covid-19. Keputusan untuk tidak mematuhi peraturan atau kebijakan yang berlaku juga merupakan hasil dari rasionalisasi logis individu yang dipengaruhi pula oleh kontrol diri (Raio & Glimcher, 2021). Temuan di atas menunjukkan bahwa terdapat berbagai alasan yang mendasari ketidakpatuhan masyarakat terhadap kebijakan mengenai Covid-19 yang dicanangkan pemerintah. Meskipun begitu, studi terkait perilaku kepatuhan masyarakat Indonesia terhadap kebijakan yang diterapkan selama masa pandemi Covid-19 serta faktor yang memengaruhinya belum banyak dieksplorasi, terutama pada kelompok spesifik seperti mahasiswa.

Selama penerapan berbagai upaya pencegahan penyebaran virus Covid-19, mahasiswa merupakan salah satu kelompok masyarakat yang cukup memiliki *privilege*. Hampir seluruh aktivitas pembelajaran mahasiswa tetap dapat diselenggarakan tanpa harus berkontak langsung dengan banyak orang, yaitu melalui metode pembelajaran jarak jauh. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan secara daring memberikan akses kepada mahasiswa untuk tidak kehilangan hak dan kesempatannya dalam belajar, dan tetap dapat menaati kebijakan *stay-at-home* yang diterapkan pemerintah.

Meski demikian, masih banyak mahasiswa yang melakukan aktivitas di luar rumah semasa penerapan kebijakan *stay-at-home*. Mahasiswa diketahui mendominasi pelanggaran kebijakan PPKM (Avirista, 2021). Padahal dalam hidup bermasyarakat, mahasiswa memiliki peran penting sebagai *agent of change* (agen perubahan) dan *social*

*control* (kontrol sosial) (Istichomaharani & Habibah, 2016). Sebagai agen perubahan, mahasiswa berperan penting dalam menunjukkan perilaku mendukung kebaikan banyak orang hingga dapat menginisiasi suatu perilaku baik baru diantara perilaku lain yang tidak sejalan. Selain itu, mahasiswa juga dapat mewujudkan peran kontrol sosial nya dengan turut aktif mengawasi suatu hal yang berdampak pada banyak orang, seperti mengawasi kebijakan pemerintah yang sedang berlaku. Harapannya, manfaat dari suatu kebijakan dapat dirasakan secara menyeluruh tanpa perlu selalu bergantung dengan kontrol dan pengawasan pihak otoritas. Alih-alih menjadi pelanggar PPKM, mahasiswa sebagai agen perubahan dan kontrol sosial seharusnya dapat lebih kritis serta mendukung kehadiran kebijakan tersebut dengan mematuhi dan mendorong orang lain untuk turut mematuhi.

Mahasiswa adalah kelompok yang tidak memiliki konflik kepentingan seperti adanya tuntutan dari tempat kerja. Rochimah (2020) juga menemukan bahwa mahasiswa beraktivitas di luar rumah untuk bertemu dengan teman kampusnya tanpa ada kepentingan yang mendesak. Di beberapa daerah di Indonesia, berbagai unjuk rasa yang memicu kerumunan bahkan diadakan oleh mahasiswa di masa penerapan kebijakan *stay-at-home* (Dimas, 2021; Iskandar & Rinaldi, 2021; Patty & Kurniati, 2021). Kondisi ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang justru tidak mematuhi kebijakan *stay-at-home* yang diterapkan oleh pemerintah, ketika mahasiswa seharusnya memiliki kesempatan yang besar untuk bisa mematuhi kebijakan tersebut.

Pada dasarnya, kebijakan *stay-at-home* yang diterapkan pada masa PPKM menuai pro dan kontra dari berbagai lapisan masyarakat. Kebijakan *stay-at-home* dianggap menimbulkan beberapa dampak negatif, tak terkecuali pada mahasiswa. Menurut Nugroho et al. (2022), penerapan kebijakan *stay-at-home* memberi dampak pada aspek psikologis mahasiswa. Selama masa pandemi Covid-19, mahasiswa cenderung mengalami kesepian (Rauschenberg et al., 2021), mengalami penurunan aspek kognitif, serta mengalami peningkatan gejala depresi (Olszewska-Guizzo et al., 2021). Dampak negatif ini pun menimbulkan ketidaksetujuan masyarakat atas kebijakan *stay-at-home*.

Beragam kebijakan dan aturan yang diterapkan di masa PPKM sebenarnya disertai dengan pemberian sanksi bagi para pelanggarnya (Mashabi & Galih, 2021). Namun, dampak psikologis yang terjadi setelah penerapan PPKM kerap menjadi alasan bagi masyarakat untuk mengabaikan kebijakan apapun yang sedang diberlakukan, tidak terkecuali bagi mahasiswa. Beberapa pelanggaran yang umum dilakukan oleh mahasiswa di masa PPKM adalah tidak menggunakan masker, melanggar jam operasional, dan juga membuat kerumunan (Khairana, 2021). Perilaku melanggar kebijakan PPKM yang ditunjukkan oleh mahasiswa tidak mencerminkan terwujudnya peran mahasiswa yang sudah dikenal oleh masyarakat sejak masa perjuangan, yaitu sebagai *agent of change* dan *social control*. Mahasiswa sebagai individu dewasa yang sudah mampu berpikir rasional diharapkan dapat lebih mematuhi kebijakan pencegahan penyebaran Covid-19 yang diimplementasikan pemerintah (Rochanah, 2020).

Definisi kepatuhan menurut Gibson (2018) merujuk pada bentuk pengaruh sosial yang ditimbulkan sebagai tanggapan atas perintah langsung. Kepatuhan merupakan wujud dari pengaruh sosial antara satu individu ke individu lainnya (Baron & Branscombe, 2016). Di masa pandemi Covid-19, pemerintah adalah pihak berpengaruh yang menentukan kebijakan dan menuntut masyarakat untuk mematuhi kebijakan tersebut. Sayangnya, isu ketidakpatuhan atas kebijakan pemerintah di masa pandemi Covid-19 kerap terjadi, termasuk di Indonesia.

Sari dan Atiqoh (2020) melalui hasil penelitiannya berpendapat bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan, yaitu pendidikan, motivasi, persepsi, pengetahuan, keyakinan, kualitas kesehatan, sikap, sumber informasi, lingkungan sosial, serta faktor psikologis. Menurut Brown (2009), salah satu faktor psikologis yang memainkan peranan penting dalam kepatuhan individu adalah kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memilah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, kemampuan seseorang untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini, dan kemampuan dalam mengubah perilaku (Averill, 1973). Kehadiran kontrol diri pada individu menunjukkan peran signifikan rasionalisasi kognitif dalam berperilaku (Berkman et al.,

2017). Kontrol menjadi kemampuan penting bagi individu dalam mengelola informasi yang diperlukan untuk mencapai hal yang diyakini dan target yang diharapkan.

Hendrawan dan Rahayu (2021) menemukan adanya kontribusi kontrol diri yang signifikan pada kepatuhan terhadap pelaksanaan protokol kesehatan dalam menjaga jarak. Kedisiplinan diri yang muncul karena adanya kontrol diri yang baik dapat membentuk karakter dan kepribadian individu sesuai tuntutan lingkungannya (Adlya et al., 2020). Di masa pandemi Covid-19, kontrol diri diperkirakan berperan penting pada perilaku masyarakat dalam merespons keberlangsungan kebijakan *stay-at-home*. Meski demikian, kebijakan *stay-at-home* bukanlah kebijakan yang lazim dialami oleh masyarakat, terutama di Indonesia, yang mana budaya komunal sudah menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari. Kontrol diri berdampak pada perilaku manusia melalui berbagai tahap keputusan, pemilihan strategi keputusan, dan implementasi keputusan (Ruttan & Nordgren, 2016). Kehadiran kontrol diri juga berperan dalam memberikan rasionalisasi logis atas perilaku yang hendak dilakukan oleh individu (Raio & Glimcher, 2021).

Meskipun begitu, perilaku melanggar yang dilakukan oleh seseorang tidak hanya disebabkan oleh faktor kontrol diri. Menurut Pasi (2017), perilaku merupakan kesatuan dari pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan pemahaman mengenai prinsip-prinsip akan suatu, hal baik secara keseluruhan maupun mendetail. Individu yang memiliki pengetahuan akan berusaha untuk menyikapi dan menuangkan pengetahuan tersebut dalam suatu tindakan. Sementara itu, sikap merupakan kesediaan individu untuk bertindak. Perlu diketahui bahwa fungsi sikap belum tentu akan memunculkan sebuah tindakan, akan tetapi sikap hadir sebagai predisposisi antara perilaku dan tindakan (Mahendra et al., 2019).

Kemudahan mahasiswa dalam memperoleh informasi melalui kanal berita, kampanye media sosial, dan penyuluhan (Setiawati & Mulyawati, 2020) diyakini memberikan pengetahuan dasar mengenai pandemi Covid-19. Pengetahuan tersebut idealnya mampu berkontribusi atas pilihan perilaku mahasiswa selama penerapan berbagai kebijakan di masa pandemi. Peneliti berasumsi bahwa semakin positif sikap individu terhadap Covid-19, maka semakin tinggi kepercayaan dan kesadaran individu terhadap Covid-19

Sikap dan perilaku individu dalam menghadapi Covid-19 juga memegang peran penting dalam menyikapi berbagai kebijakan yang diterapkan pemerintah selama masa pandemi Covid-19. Keyakinan individu atas Covid-19 mengindikasikan kepercayaannya akan kehadiran penyakit tersebut, yang berarti individu kemungkinan besar lebih peduli dan berusaha menjaga diri dari penyakit Covid-19. Sementara itu, perilaku individu dalam menghadapi Covid-19 diwujudkan dalam beragam bentuk upaya penanganan dan pencegahan Covid-19, seperti menerapkan 3M, yakni memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak, serta dilengkapi dengan menerima vaksin Covid-19 (Simanjorang et al., 2021).

Peneliti berasumsi bahwa semakin positif sikap individu terhadap Covid-19, maka semakin tinggi kepercayaan dan kesadaran individu terhadap Covid-19. Perilaku yang diterapkan oleh individu sebagai bentuk usaha pencegahan Covid-19 juga menunjukkan bahwa kesadaran dan rasa peduli akan bahaya Covid-19. Kesadaran atas Covid-19 pun diyakini menjadi dasar awal individu dalam menerima dan mematuhi berbagai kebijakan yang diimplementasikan pemerintah selama masa pandemi Covid-19.

Beragam usaha edukasi mengenai bahaya Covid-19 hingga upaya pencegahannya telah tersebar luas di berbagai lapisan masyarakat. Peneliti memperkirakan bahwa aspek psikologis adalah faktor yang mungkin berkontribusi pada perilaku kepatuhan mahasiswa selama masa penerapan *stay-at-home*. Ketidaklaziman kebijakan *stay-at-home* pun menjadi tantangan tersendiri bagi masyarakat Indonesia yang terbiasa untuk berinteraksi dan berkumpul dengan banyak orang. Dorongan untuk menjalani kehidupan seperti biasa tanpa dibatasi aturan kebijakan untuk berada di rumah selama masa pandemi Covid-19 dapat memicu munculnya perilaku tidak patuh pada masyarakat di Indonesia, tidak terkecuali pada mahasiswa. Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

pengaruh kontrol diri dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap kepatuhan mahasiswa Indonesia dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*.

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian *cross-sectional* yang pengambilan datanya hanya dilakukan satu kali dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri (X1), pengetahuan (X2), sikap (X3), serta tindakan (X4) mengenai Covid-19 terhadap kepatuhan (Y). Penelitian ini bersifat retrospektif, yang proses pelaksanaannya dilakukan di sepanjang akhir tahun 2021 hingga pertengahan September 2022.

Populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa di Indonesia dan sampel penelitian ini adalah mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta yang ada di Indonesia. Kriteria sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang menjalani pembelajaran jarak jauh selama pandemi Covid-19. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *convenience sampling*.

Sampel yang diperoleh pada penelitian ini berjumlah 410 orang (20% laki-laki, 80% perempuan), yang didapatkan melalui pengisian Google Form secara daring. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa perguruan tinggi yang berada di wilayah barat, tengah, dan timur Indonesia. Sebelum mengisi kuesioner, seluruh partisipan diberikan *informed consent* yang berisi gambaran penelitian beserta pernyataan kesediaan partisipan untuk berpartisipasi dalam penelitian tersebut secara sukarela.

Penelitian ini mengadopsi alat ukur kepatuhan milik Hendrawan dan Rahayu (2021), yang terbagi ke dalam tiga komponen berdasarkan teori Blass (1999) yang mendasari konstruksi alat ukur tersebut, yaitu kepercayaan (*belief*), penerimaan (*acceptance*), dan perilaku (*action*). Alat ukur ini terdiri dari 24 item dengan lima pilihan jawaban skala Likert (1 = sangat tidak setuju sampai 5 = sangat setuju). Semakin tinggi skor total yang didapatkan pada alat ukur tersebut, maka semakin tinggi pula kepatuhan individu dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*.

**Tabel 1.** *Blueprint* Alat Ukur Variabel Kepatuhan

Dimensi	Butir pertanyaan <i>favorable</i>	Butir pertanyaan <i>unfavorable</i>
Kepercayaan	1, 3, 13, 15	2, 4, 14, 16
Penerimaan	5, 7, 17, 21	6, 8, 10, 18
Perilaku	9, 11, 19, 23	12, 20, 22, 24

Variabel kontrol diri pada penelitian ini diukur menggunakan alat ukur yang telah dikonstruksikan oleh Hendrawan dan Rahayu (2021) berdasarkan teori kontrol diri Averill (1973). Menurut Averill (1973), kontrol diri dapat diukur dari tiga dimensi utama, yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). Semakin tinggi skor total yang didapatkan pada alat ukur tersebut, maka semakin tinggi pula kontrol diri individu tersebut dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*.

**Tabel 2.** *Blueprint* Alat Ukur Variabel Kontrol Diri

Dimensi	Butir pertanyaan <i>favorable</i>	Butir pertanyaan <i>unfavorable</i>
Kontrol perilaku	3, 11, 15, 22	14, 16, 23, 24
Kontrol kognitif	5, 7, 17, 19	6, 8, 18, 20
Kontrol keputusan	1, 9, 12, 13, 21	2, 4, 10

Untuk mengukur perilaku mahasiswa terhadap Covid-19, penelitian ini mengadopsi alat ukur yang dirancang oleh Simanjourang et al. (2021). Alat ukur dibagi menjadi tiga dimensi yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan terhadap Covid-19.

**Tabel 3.** *Blueprint* Alat Ukur Variabel Perilaku terhadap Covid-19

Dimensi	Butir pertanyaan
Pengetahuan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
Sikap	12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20
Tindakan	21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30

Pada dimensi pengetahuan tentang Covid-19, terdapat sepuluh pernyataan dengan tiga pilihan jawaban pada setiap pernyataannya, yaitu benar, salah, dan tidak tahu. Skor 1 akan diberikan pada jawaban benar, sedangkan skor 0 diberikan pada jawaban salah atau tidak tahu. Jika skor total partisipan adalah 6, maka partisipan dinilai memiliki pengetahuan yang baik tentang Covid-19. Dimensi sikap dan dimensi tindakan terhadap Covid-19 pada alat ukur ini diukur dengan menggunakan sepuluh item untuk masing-masing dimensi. Dimensi sikap diukur dengan skala Likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban, yaitu skor 1 = sangat tidak setuju dan skor 5 = sangat setuju. Sementara itu, dimensi tindakan diukur dengan lima pilihan jawaban berupa 1 = tidak pernah hingga 5 = selalu. Seluruh item pada dimensi sikap dan dimensi tindakan terhadap Covid-19 merupakan item *favorable*, yaitu semakin tinggi derajat respons pada *skala likert*, maka semakin tinggi pula skor yang didapatkan pada item tersebut. Dengan kata lain, skor tinggi menunjukkan rasa peduli yang tinggi pada mahasiswa terhadap Covid-19.

Seluruh alat ukur yang digunakan pada penelitian ini telah diuji kredibilitasnya dan sudah pernah digunakan pada penelitian sebelumnya, yaitu oleh Hendrawan dan Rahayu (2021) serta Simanjourang et al. (2021). Adapun nilai koefisien reliabilitas *Cronbach's alpha* untuk masing-masing alat ukur terdiri dari  $\alpha = .918$  untuk alat ukur kepatuhan,  $\alpha = .714$  untuk alat ukur kontrol diri, dan  $\alpha = .918$  untuk alat ukur perilaku terhadap Covid-19. Validitas seluruh alat ukur pada penelitian ini sudah melalui uji keterbacaan dan *expert judgement* sehingga alat ukur dapat dikatakan valid.

Setelah melakukan pengambilan data selama lima bulan melalui penyebaran kuesioner secara daring, peneliti melakukan pengolahan data yang diawali dengan uji asumsi prasyarat dan analisis deskriptif. Peneliti melakukan uji statistik deskriptif untuk mendapatkan gambaran umum kepatuhan, kontrol diri, dan perilaku partisipan dalam menghadapi Covid-19. Peneliti juga melakukan analisis regresi berganda menggunakan *software* Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versi 25.0 untuk menguji hipotesis penelitian ini guna membuktikan pengaruh dari variabel kontrol diri, pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 pada kepatuhan terhadap kebijakan *stay-at-home*.

## Hasil

Sebanyak 410 partisipan terlibat dalam penelitian ini (laki-laki = 20%, perempuan = 80%). Dari seluruh partisipan penelitian, diketahui bahwa hanya 1% yang tidak memercayai adanya Covid-19. Terdapat 26% partisipan penelitian ini pernah kehilangan orang terdekatnya dikarenakan Covid-19. Sebanyak 26% dari partisipan pernah terinfeksi virus Covid-19. Menariknya, hampir sebagian besar partisipan penelitian ini telah menerima vaksin Covid-19, yang mana 20% partisipan telah mendapatkan vaksin dosis pertama, 74% partisipan sudah menerima vaksin dosis kedua. Hanya 6% partisipan penelitian ini yang belum mendapatkan vaksin Covid-19. Gambaran demografis partisipan penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 4.

**Tabel 4.** Data Demografis Partisipan

Karakteristik	<i>n</i>	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	82	20
Perempuan	328	80
Usia		
17–21 tahun	318	78
22–25 tahun	82	22
Domisili		
Sumatera	72	18
Jawa	278	68
Bali	14	2
Kalimantan	18	4
Sulawesi	24	6
Papua	4	1
Pernah Terinfeksi Covid-19		
Pernah	105	26
Tidak pernah	305	74
Sudah Vaksin (Januari–September 2021)		
Belum vaksin	23	6
Vaksin dosis pertama	84	20
Vaksin dosis kedua	304	74
Kepercayaan pada Covid-19		
Percaya	406	99
Tidak percaya	4	1
Kehilangan seseorang akibat Covid-19		
Pernah	99	24
Tidak pernah	311	76
Frekuensi keluar rumah		
Tidak keluar rumah sama sekali	170	41.5
1–3 kali	179	43.7
4–6 kali	42	10.2
7–10 kali	6	1.5
> 10 kali	13	3.2

Peneliti melakukan uji deskriptif untuk mendapatkan gambaran kepatuhan, kontrol diri, dan perilaku partisipan selama penerapan kebijakan PPKM. Pada Tabel 5, terlihat bahwa nilai rata-rata kontrol diri pada penelitian ini adalah  $M = 94.3$  ( $SD = 9.532$ ) dengan skor minimal 70 dan skor maksimal 115. Dari skor rata-rata partisipan, peneliti mendapatkan gambaran bahwa partisipan penelitian ini cenderung memiliki kontrol diri yang cukup baik saat menjalankan kebijakan *stay-at-home*, terlihat dari skor rata-ratanya yang mendekati nilai maksimal yang dapat dihasilkan oleh alat ukur tersebut.

Partisipan pada penelitian ini memperoleh nilai rata-rata pengetahuan mengenai Covid-19 sebesar  $M = 6.65$  ( $SD = 1.616$ ) dengan skor minimal 2 dan skor maksimal 10. Sementara itu, nilai rata-rata sikap terhadap Covid-19 partisipan adalah  $M = 43.4$  ( $SD = 4.482$ ) dengan skor minimal 31 dan skor maksimal 50. Selain itu, nilai rata-rata

perilaku partisipan terhadap Covid-19 adalah  $M = 39.3$  ( $SD = 4.764$ ) dengan skor minimal 26 dan skor maksimal 50. Berdasarkan perolehan nilai tersebut, dapat diketahui bahwa pengetahuan partisipan tentang Covid-19, sikap partisipan terhadap Covid-19, maupun perilaku partisipan dalam menghadapi Covid-19 menunjukkan gambaran yang positif dengan nilai rata-rata mendekati nilai maksimal.

**Tabel 5.** Gambaran Kepatuhan, Kontrol Diri, Dan Perilaku Partisipan terhadap Covid-19

Variabel	Min.	Max.	M	SD
Kepatuhan	69	120	99.74	11.970
Kontrol diri	70	115	94.31	9.532
Pengetahuan tentang Covid-19	2	10	6.65	1.616
Sikap terhadap Covid-19	31	50	43.41	4.482
Perilaku menghadapi Covid-19	26	50	39.38	4.764

Keterangan:  $N = 410$

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, peneliti melakukan beberapa uji asumsi prasyarat terlebih dahulu. Beberapa pengujian asumsi prasyarat yang dilakukan adalah pengujian distribusi normal, pengidentifikasian nilai *outlier*, serta uji linieritas.

Berdasarkan *central limit theorem*, distribusi suatu data kemungkinan besar memiliki distribusi normal ketika jumlah sampelnya sudah cukup memadai (Tabachnick & Fidell, 2013). Meskipun begitu, peneliti tetap melakukan uji Kolmogorov-Smirnov untuk mengidentifikasi gambaran distribusi data seluruh penelitian ini. Hasil pengujian Kolmogorov-Smirnov untuk setiap variabel penelitian ini menunjukkan signifikansi .153 ( $p > .05$ ), yang berarti data pada setiap variabel penelitian ini berdistribusi normal.

Awalnya, peneliti berhasil mendapatkan 416 data dari penelitian ini, namun sebanyak enam data diputuskan untuk tidak diikutsertakan oleh peneliti karena ketidaklengkapan pengisian kuesioner. Dari 410 data yang diikutsertakan, peneliti tidak menemukan adanya data *outlier* pada grafik *boxplot* dan *scattergram*. Selain itu, peneliti juga melakukan uji linieritas antara kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, serta perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap kepatuhan. Hasil pengujian linieritas dengan *curve estimation* dan grafik *scatterplot* menunjukkan bahwa setiap variabel bebas pada penelitian ini memiliki hubungan yang linier dengan kepatuhan sebagai variabel terikat.

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, peneliti juga melakukan uji korelasi terlebih dahulu dengan melakukan uji Pearson. Pengujian ini dilakukan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, serta perilaku terhadap Covid-19 dengan kepatuhan. Hasil uji korelasi ini dapat dilihat pada Tabel 6.

**Tabel 6.** Hasil Uji Korelasi antara Variabel Bebas dan Variabel Terikat

Variabel	M	SD	1	2	3	4	5
1. Kepatuhan	99.74	11.97	-				
2. Kontrol diri	94.31	9.53	.750**	-			
3. Pengetahuan tentang Covid-19	6.65	1.62	.180**	.157**	-		
4. Sikap terhadap Covid-19	43.41	4.48	.427**	.499**	.075	-	
5. Perilaku dalam menghadapi Covid-19	39.38	4.76	.357**	.408**	.085	.547**	-

Keterangan: \*\* $p < .01$

Tabel 6 menunjukkan korelasi antara seluruh variabel bebas (kontrol diri, pengetahuan, sikap, dan perilaku) dengan variabel terikat (kepatuhan) pada penelitian ini. Variabel kontrol diri memiliki nilai koefisien korelasi  $r = .750$  terhadap kepatuhan, yang berarti variabel ini memiliki korelasi yang kuat terhadap kepatuhan mahasiswa. Sebaliknya, variabel pengetahuan tentang Covid-19 memiliki nilai koefisien korelasi  $r = .180$  terhadap kepatuhan, yang berarti kepemilikan pengetahuan yang baik tentang Covid-19 berkorelasi lemah dengan kepatuhan mahasiswa. Sejalan dengan variabel pengetahuan, perilaku terhadap Covid-19 juga menunjukkan korelasi yang lemah terhadap kepatuhan mahasiswa, dengan nilai koefisien korelasi  $r = .357$ . Menariknya, variabel sikap terhadap Covid-19 memiliki nilai koefisien korelasi  $r = .427$  yang menunjukkan bahwa sikap terhadap Covid-19 berkorelasi cukup kuat dengan kepatuhan mahasiswa.

Hasil uji korelasi pada penelitian ini secara umum menunjukkan bahwa kepatuhan memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kontrol diri, pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap Covid-19. Meskipun begitu, kekuatan hubungan antarvariabel cukup bervariasi. Di samping itu, penelitian ini menemukan bahwa kontrol diri mahasiswa yang semakin baik akan berkaitan dengan peningkatan kepatuhan pada saat penerapan kebijakan PPKM. Begitu pula dengan variabel pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap Covid-19 yang berkaitan dengan kepatuhan mahasiswa terhadap kebijakan PPKM. Semakin paham individu tentang Covid-19, maka semakin positif pula sikap mahasiswa terhadap Covid-19. Kondisi ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang memercayai keberadaan Covid-19 cenderung lebih menerapkan upaya pencegahan Covid-19, termasuk lebih patuh kepada kebijakan PPKM.

Untuk menguji hipotesis utama penelitian ini, peneliti melakukan analisis regresi berganda. Namun sebelumnya, peneliti melakukan beberapa uji asumsi prasyarat lainnya untuk mengidentifikasi ketepatan analisis yang dipilih. Peneliti melakukan uji *collinearity diagnostic* untuk mengidentifikasi kemungkinan terjadinya multikolinieritas, uji homoskedastisitas untuk mengidentifikasi kesamaan *error variance* antara setiap variabel bebas dan variabel terikat, serta melakukan uji Durbin-Watson untuk mengidentifikasi kemungkinan terjadinya *autocorrelation*. Hasil uji *collinearity diagnostic* menunjukkan tidak terjadinya multikolinieritas antarvariabel ( $VIF = 1.026-1.472$ ), dan hasil uji Durbin-Watson juga mengidentifikasi tidak adanya *autocorrelation* antarvariabel bebas ( $DW > 2.00$ ). Data penelitian ini juga cenderung memiliki kesamaan *error variance* sehingga asumsi prasyarat homoskedastisitas pun terpenuhi.

Setelah seluruh asumsi prasyarat terpenuhi, peneliti melakukan analisis regresi berganda untuk menguji pengaruh antara kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap kepatuhan. Peneliti juga mengikutsertakan variabel jenis kelamin sebagai faktor penyerta yang tidak dapat dikontrol atau diabaikan.

Peneliti mengevaluasi model interaksi antara variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini melalui tabel ANOVA dan *model summary* yang dihasilkan oleh uji regresi berganda. Penelitian ini menemukan adanya pengaruh yang signifikan antara kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap kepatuhan mahasiswa selama penerapan kebijakan *stay-at-home* ( $p = .001 < .05$ ) dengan  $R^2 = .579$ . Temuan ini menunjukkan bahwa seluruh variabel bebas pada penelitian ini berkontribusi sebesar 57.9% terhadap kepatuhan mahasiswa. Kontribusi kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, serta perilaku dalam menghadapi Covid-19 tersebut cenderung tinggi karena besar kontribusinya terhadap perilaku kepatuhan mahasiswa mencapai lebih dari 50%. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 7.

Secara umum, hasil analisis menunjukkan bahwa model yang diajukan pada penelitian ini dinilai *fit*, yang mana kepatuhan sebagai variabel terikat dijelaskan secara signifikan oleh seluruh variabel bebas pada penelitian ini. Artinya, kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, sikap terhadap Covid-19, tindakan dalam menghadapi Covid-19, hingga

jenis kelamin secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan mahasiswa saat menjalani kebijakan *stay-at-home*.

**Tabel 7.** Hasil Analisis Regresi Berganda

<i>Model</i>	<i>df</i>	<i>MS</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
<i>Regression</i>	7	6745.167	110.663	.000
<i>Residual</i>	403	60.952		
<i>Total</i>	410			

Keterangan:  $N = 410$ ,  $R^2 = .579$ ,  $Adj. Square = .573$

Peneliti mengidentifikasi peran kontribusi dari setiap variabel bebas terhadap variabel terikat melalui koefisien  $\beta$  dan nilai signifikansinya yang dihasilkan pada analisis regresi berganda. Hasil analisis pada penelitian ini menemukan bahwa kontrol diri berkontribusi secara signifikan dan cukup besar terhadap kepatuhan mahasiswa ( $\beta = .857$ ). Kontribusi pengetahuan partisipan tentang Covid-19 terhadap kepatuhan juga cenderung cukup besar ( $\beta = .502$ ). Menariknya, sikap mahasiswa terhadap Covid-19 ( $\beta = .166$ ) dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 ( $\beta = .058$ ) tidak memiliki kontribusi yang signifikan secara individual terhadap kepatuhan mahasiswa selama penerapan kebijakan *stay-at-home*. Selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 8.

**Tabel 8.** Evaluasi Setiap Prediktor berdasarkan Hasil Analisis Regresi Berganda

Variabel	$\beta$	<i>t</i>	<i>p</i>
Kontrol diri	.857	17.701	.000
Pengetahuan tentang Covid-19	.502	2.072	.039
Sikap terhadap Covid-19	.166	1.496	.135
Tindakan dalam menghadapi Covid-19	.058	.584	.559
Jenis kelamin	2.947	2.985	.003

## Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh positif terhadap kepatuhan mahasiswa untuk tetap berada di rumah (*stay-at-home*) selama penerapan kebijakan PPKM. Artinya, semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki, maka mahasiswa akan semakin patuh dalam menjalani kebijakan PPKM. Begitu pula sebaliknya, mahasiswa dengan kontrol diri yang buruk akan berpotensi lebih besar untuk banyak beraktivitas di luar rumah dan melanggar kebijakan PPKM. Dengan demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki peran penting pada kepatuhan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan temuan Hendrawan dan Rahayu (2021) yang juga mengidentifikasi adanya kontribusi kontrol diri yang signifikan pada kepatuhan terhadap pelaksanaan protokol kesehatan dalam menjaga jarak. Menurut Sandoff dan Widell (2008), perilaku individu dapat dikontrol dan diprediksi oleh kedisiplinan dirinya. Kedisiplinan dapat membentuk karakter dan kepribadian individu sesuai tuntutan lingkungannya (Adlya et al., 2020). Pada penelitian ini, kepatuhan mahasiswa selama menjalani kebijakan PPKM dipengaruhi secara signifikan oleh kontrol diri. Artinya, ketika mahasiswa memiliki kontrol diri yang baik, maka mahasiswa akan menunjukkan kedisiplinan dan patuh pada kebijakan *stay-at-home*.

Kontrol diri terdiri dari tiga aspek, yaitu aspek kontrol kognitif, kontrol keputusan, dan kontrol perilaku (Averill, 1973) yang secara bersama-sama berkontribusi pada pembentukan kemampuan individu dalam mengelola keinginannya. Ketiga komponen tersebut menunjukkan bahwa adanya peran aspek kognitif pada proses pengambilan keputusan yang kemudian termanifestasikan ke dalam bentuk perilaku. Hal ini sejalan dengan temuan Raio dan Glimcher (2021) yang menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan kontributor dari kedisiplinan diri (*self-discipline*). Perilaku kontrol diri dapat digambarkan sebagai konflik batin antara keinginan impulsif individu dengan kesadaran yang dihasilkan oleh rasionalisasi kognitifnya (Berkman et al., 2017). Individu yang sepenuhnya sadar dengan tujuan yang ingin dicapai akan berusaha mengontrol dirinya agar tidak menunjukkan perilaku yang berisiko menggagalkan pencapaian tujuan tersebut (Raio & Glimcher, 2021). Penelitian ini menemukan kondisi yang sejalan, yaitu kontrol diri yang berperan besar terhadap perilaku kepatuhan. Jika merujuk pada temuan Raio dan Glimcher (2021), perilaku patuh mahasiswa selama penerapan kebijakan *stay-at-home* dapat diindikasikan sebagai hasil usahanya dalam mengelola keinginannya (*urge*) untuk tetap berada di rumah agar tidak melanggar aturan PPKM pemerintah.

Secara umum, partisipan penelitian ini memiliki pengetahuan yang cukup memadai terkait Covid-19, terbukti dari nilai *mean* pada variabel pengetahuan yang mendekati nilai maksimum. Data demografis partisipan penelitian ini pun menunjukkan bahwa hampir seluruh partisipan (99%) juga memercayai adanya Covid-19. Sayangnya, terdapat 58.5% partisipan penelitian ini yang ternyata masih rutin bepergian keluar rumah dengan intensitas yang bervariasi.

Meskipun penelitian ini tidak mengelaborasi lebih lanjut alasan yang mendasari mahasiswa untuk keluar rumah, penelitian ini secara tidak langsung menemukan adanya kondisi kontradiktif antara pengetahuan, sikap, dan perilaku mahasiswa di Indonesia selama masa penerapan kebijakan *stay-at-home*. Mahasiswa mengetahui tujuan dari penerapan kebijakan *stay-at-home* dan memercayai keberadaan Covid-19. Namun di saat yang bersamaan, mahasiswa juga masih melanggar kebijakan tersebut. Fakta ini menjelaskan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa kontribusi sikap dan perilaku mahasiswa terhadap Covid-19 secara individual tidak bersifat signifikan dibandingkan variabel lainnya. Kepatuhan mahasiswa di masa penerapan kebijakan *stay-at-home* dipengaruhi secara signifikan oleh variabel sikap dan perilaku terhadap Covid-19 ketika berinteraksi secara simultan dengan variabel kontrol diri, pengetahuan tentang Covid-19, dan jenis kelamin.

Adanya perbedaan antara apa yang diketahui, diyakini, dan dilakukan oleh mahasiswa terkait Covid-19 bisa jadi mengindikasikan adanya miskonsepsi mengenai Covid-19 pada mahasiswa. Salah satu miskonsepsi yang terjadi adalah pengetahuan mahasiswa mengenai durasi waktu yang dianjurkan untuk mencuci tangan. Sebanyak 60.5% responden penelitian memiliki pengetahuan yang tidak tepat mengenai hal tersebut, yang mana seharusnya waktu yang dianjurkan untuk mencuci tangan dengan sabun adalah empat puluh detik (RSUD Wates Kulon Progo, 2020). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa perilaku masyarakat di Indonesia masih sering tidak sesuai dengan kebijakan menjaga jarak yang telah ditetapkan pemerintah (Purwaningrum et al., 2021). Kondisi ini kemungkinan besar berkontribusi pada kepatuhan mahasiswa terhadap berbagai kebijakan yang diterapkan pemerintah selama masa pandemi Covid-19.

Hasil penelitian ini juga memperkuat temuan Lestiowati et al. (2019), yang mana pengetahuan tentang Covid-19 berhubungan signifikan dengan kepatuhan masyarakat terhadap arahan mitigasi bencana di masa pandemi Covid-19. Pengetahuan mahasiswa yang kurang komprehensif mengenai Covid-19 dan kebijakannya kemungkinan berperan pada ketidakpatuhan mahasiswa terhadap kebijakan yang diterapkan pemerintah selama masa pandemi Covid-19. Hal ini menunjukkan betapa krusialnya peran edukasi dan sosialisasi mengenai penyakit menular, cara pencegahannya, serta kebijakan yang telah ditetapkan oleh pemerintah sebagai tindakan preventif penyebaran penyakit tersebut.

Ketidaksiapan masyarakat dan pemerintah Indonesia dalam menghadapi situasi pandemi juga kemungkinan turut andil atas kemunculan sikap negatif terhadap Covid-19. Respons pemerintah dan cara penanganan di awal situasi

pandemi Covid-19 juga sempat menimbulkan disonansi kognitif pada masyarakat (Riana & Wibowo, 2021). Padahal, kepercayaan masyarakat terhadap usaha dan keseriusan pemerintah dalam menanggapi situasi pandemi Covid-19 teridentifikasi cukup berperan penting dalam memunculkan perilaku patuh pada masyarakat (Clark et al., 2020). Situasi pemerintah Indonesia di awal pandemi Covid-19 yang tidak menentu dan belum tegas kemungkinan menjadi salah satu kontributor dari ketidakpatuhan mahasiswa terhadap kebijakan *stay-at-home* yang diberlakukan oleh pemerintah.

Meskipun penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi isu kepatuhan selama masa diterapkannya kebijakan *stay-at-home*, penelitian ini hanya fokus mengelaborasi faktor psikologis nonkepribadian, yaitu kontrol diri, pengetahuan, sikap, dan perilaku selama menghadapi Covid-19. Padahal, kepatuhan adalah suatu perilaku kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai aspek lainnya. Sebagai contoh, sebuah penelitian di Jepang menemukan bahwa faktor kepribadian individu berperan besar terhadap kepatuhan masyarakat pada panduan mitigasi situasi pandemi Covid-19. Pesan yang sama dari pemerintah tentang strategi menghadapi Covid-19 dapat direspons secara berbeda oleh tiap individu berdasarkan kepribadiannya (Nofal et al., 2020). Sayangnya, faktor kepribadian individu belum dieksplorasi pada penelitian ini.

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan atau kelemahan yang dapat diperbaiki di masa mendatang. Salah satunya adalah masalah generalisasi populasi yang dikhawatirkan kurang mewakili seluruh mahasiswa di Indonesia karena mayoritas partisipan penelitian ini berasal dari pulau Jawa dan Sumatera. Penelitian ini bersifat retrospektif, yaitu partisipan diminta mengevaluasi kondisi yang dialaminya pada beberapa waktu lalu dan bukan mengevaluasi kondisi saat ini yang mungkin sudah berubah, seperti sudah tidak lagi menjalani pembelajaran jarak jauh. Selain itu, penelitian ini hanya mengikutsertakan dua aspek psikologis yang secara positif relevan terhadap kepatuhan. Aspek psikologis yang berkontribusi negatif terhadap kepatuhan dapat dielaborasi lebih lanjut pada penelitian berikutnya.

Penelitian ini telah menyoroti pengaruh kontrol diri, pengetahuan, sikap, dan perilaku dalam menghadapi Covid-19 terhadap perilaku mahasiswa dalam mematuhi kebijakan *stay-at-home* yang diterapkan oleh pemerintah. Meskipun belum sepenuhnya sempurna, penelitian ini diharapkan dapat membuka minat dan ketertarikan berbagai pihak untuk mengeksplorasi cara masyarakat merespons suatu kebijakan yang diterapkan oleh pemerintah di Indonesia, terutama pada kelompok mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemantik penelitian berikutnya tentang kepatuhan masyarakat terhadap suatu kebijakan yang hendak atau sedang diberlakukan. Penelitian ini juga diharapkan tidak hanya dapat memberikan evaluasi atas respons yang diberikan Masyarakat terhadap kebijakan pemerintah, tetapi juga bisa memberikan gambaran pentingnya mempertimbangkan aspek psikologis dari kelompok sasaran kebijakan sebelum menyusun atau menetapkan suatu kebijakan.

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa kontrol diri berpengaruh besar terhadap kepatuhan mahasiswa Indonesia dalam mematuhi kebijakan *stay-at-home*. Perilaku mahasiswa terhadap Covid-19 juga berpengaruh terhadap kepatuhan mahasiswa dalam menjalani kebijakan *stay-at-home*. Temuan penelitian ini memberikan gambaran serta mampu memprediksi aspek-aspek psikologis yang berdampak pada kesiapan masyarakat dalam mematuhi suatu kebijakan yang diterapkan pemerintah. Peneliti menyarankan penelitian ini dijadikan evaluasi bagi pemerintah dalam menyusun kebijakan yang perlu diterapkan untuk menanggulangi bencana pandemi.

## Daftar Pustaka

Adlya, S. I., Yusuf, A. M., & Effendi, M. (2020). The contribution of self control to students' discipline. *Journal of*

- Counseling and Educational Technology*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.32698/0791>
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. <https://doi.org/10.1037/h0034845>
- Avirista. (2021). *Mahasiswa dan anak muda dominasi pelanggar PPKM di Malang*. IDX Channel. <https://www.idxchannel.com/economics/mahasiswa-dan-anak-muda-dominasi-pelanggar-ppkm-di-malang>
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2016). *Social psychology*. Pearson.
- Berkman, E. T., Hutcherson, C. A., Livingston, J. L., Kahn, L. E., & Inzlicht, M. (2017). Self-control as value-based choice. *Current Directions in Psychological Science*, 26(5), 422–428. <https://doi.org/10.1177/0963721417704394>
- Blass, T. (1999). The milgram paradigm after 35 years: Some things we now know about obedience to authority. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(5), 955–978. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1999.tb00134.x>
- Brown, B. (2009). Perceptions of student misconduct, perceived respect for teachers, and support for corporal punishment among school teachers in South Korea: An exploratory case study. *Educational Research for Policy and Practice*, 8(1), 3–22. <https://doi.org/10.1007/s10671-008-9059-9>
- Clark, C., Davila, A., Regis, M., & Kraus, S. (2020). Predictors of Covid-19 voluntary compliance behaviors: An international investigation. *Global Transitions*, 2, 76–82. <https://doi.org/10.1016/j.glt.2020.06.003>
- Dimas, C. (2021). *Mahasiswa demo tolak PPKM di Yogyakarta*. Kompas. <https://www.kompas.tv/article/199487/mahasiswa-demo-tolak-ppkm-di-yogyakarta>
- Fikhasari, A. (2022). *Kasus Covid-19 di Indonesia alami lonjakan signifikan periode 18-24 Juli 2022*. Merdeka. <https://www.merdeka.com/peristiwa/kasus-covid-19-di-indonesia-alami-lonjakan-signifikan-periode-18-24-juli-2022.html>
- Gibson, S. (2018). Obedience without orders: Expanding social psychology's conception of 'obedience.' *British Journal of Social Psychology*, 58(1), 241–259. <https://doi.org/10.1111/bjso.12272>
- Hendrawan, M. M. M., & Rahayu, A. (2021). Konformitas dan kontrol diri perannya terhadap kepatuhan pada protokol kesehatan menjaga jarak. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(1), 21–29.
- Iskandar, D., & Rinaldi. (2021). *Polisi bubarkan aksi unjuk rasa mahasiswa tolak PPKM*. Riau Pos. <https://riaupos.jawapos.com/pekanbaru/06/08/2021/255143/polisi-bubarkan-aksi-unjuk-rasa-mahasiswa-tolak-ppkm.html>
- Istichomaharani, I. S., & Habibah, S. S. (2016). Mewujudkan peran mahasiswa sebagai “agent of change, social control, dan iron stock.”. *Pengintegrasian Nilai Karakter dalam Pembelajaran Kreatif di Era Masyarakat Ekonomi ASEAN*.
- Khairana, A. K. (2021). *Deretan pelanggaran yang banyak dilakukan saat PPKM darurat*. Okezone. <https://nasional.okezone.com/read/2021/07/15/337/2441310/deretan-pelanggaran-yang-banyak-dilakukan-saat-ppkm-darurat?page=1>
- Leahy, R. L. (2020). *Why people do not comply with pandemic guidelines*. Psychology Today. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/anxiety-files/202004/why-people-do-not-comply-pandemic-guidelines>
- Lesmana, A. S., & Muflih, F. F. (2021). *Kasus aktif Covid-19 tembus 100 ribu, wagub DKI: Masih banyak Pelanggaran PPKM*. Suara. <https://www.suara.com/news/20p21/07/09/130609/kasus-aktif-covid-19-tembus-100-ribu-wagub-dki-masih-banyak-pelanggaran-ppkm>
- Lestiowati, H., Munir, Z., & Agustin, Y. D. (2019). Hubungan antara pengetahuan tentang Covid-19 dan kepatuhan terhadap penerapan protokol kesehatan pengunjung. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(3), 61–70.
- Lin, T., Harris, E. A., Heemskerk, A., Van Bavel, J. J., & Ebner, N. C. (2021). A multi-national test on self-reported

- compliance with Covid-19 public health measures: The role of individual age and gender demographics and countries' developmental status. *Social Science and Medicine*, 286, 114335. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114335>
- Mahendra, D., Jaya, I. M. M., & Lumban, A. M. R. (2019). *Buku ajar promosi kesehatan*. Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI.
- Mashabi, S., & Galih, B. (2021). *Masyarakat pelanggar PPKM darurat bisa dijerat pidana penjara, ini aturannya*. Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2021/07/06/17151021/masyarakat-pelanggar-ppkm-darurat-bisa-dijerat-pidana-penjara-ini-aturannya>
- Nugroho, B. Y. S., Iqbal, M., & Haikal, H. (2022). Gangguan kesehatan mental pada mahasiswa selama penerapan pembatasan kegiatan masyarakat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 21(1), 19–24. <https://doi.org/10.33221/jikes.v21i1.1565>
- Nofal, A. M., Cacciotti, G., & Lee, N. (2020). Who complies with Covid-19 transmission mitigation behavioral guidelines? *PLoS ONE*, 15(10), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240396>
- Olszewska-Guizzo, A., Fogel, A., Escoffier, N., & Ho, R. (2021). Effects of Covid-19-related stay-at-home order on neuropsychophysiological response to urban spaces: Beneficial role of exposure to nature? *Journal of Environmental Psychology*, 75, 101590. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101590>
- Pasi, I. R. (2017). Pengaruh pengetahuan dan sikap terhadap perilaku masyarakat pada bank syariah. *Jurnal Al-Qasd*, 1(2), 199. <http://e-journal.potensi-utama.ac.id/ojs/index.php/AL-QASD/article/view/509/779>
- Patty, R. R., & Kurniati, P. (2021). *Mahasiswa dan polisi bentrok dalam demo lanjutan tolak PPKM di Ambon*. Kompas. <https://regional.kompas.com/read/2021/07/27/151835978/mahasiswa-dan-polisi-bentrok-dalam-demo-lanjutan-tolak-ppkm-di-ambon?page=all>
- Purwaningrum, R., Hafizhdillah, A. R., Kheru, A., Eksa, D. R., Mustofa, F. L., & Rafie, R. (2021). Penyuluhan pencegahan penyebaran virus corona dengan mematuhi protokol kesehatan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat (PKM)*, 4(1), 200–206.
- P2PTM Kemenkes RI (2020). *Sobat sehat, lawan Covid-19 dengan menerapkan 3M*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-parukronik/page/14/sobat-sehat-lawan-covid-19-dengan-menerapkan-3m>
- Raio, C. M., & Glimcher, P. W. (2021). Quantifying the subjective cost of self-control in humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 118(35). <https://doi.org/10.1073/pnas.2018726118>
- Ramadhan, A., & Yusuf, M. (2020). *Covid-19 dapat dicegah dengan disiplin dan gotong royong*. ANTARA News. <https://www.antaraneews.com/berita/1432604/covid-19-dapat-dicegah-dengan-disiplin-dan-gotong-royong>
- Rauschenberg, C., Schick, A., Goetzl, C., Roehr, S., Riedel-Heller, S. G., Koppe, G., Durstewitz, D., Krumm, S., & Reininghaus, U. (2021). Social isolation, mental health, and use of digital interventions in youth during the Covid-19 pandemic: A nationally representative survey. *European Psychiatry*, 64(1). <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.17>
- Riana, F., & Wibowo, K. S. (2021). *Setahun pandemi Covid-19, ini aneka kebijakan pemerintah dan kritiknya*. Tempo. <https://nasional.tempo.co/read/1437725/setahun-pandemi-covid-19-ini-aneka-kebijakan-pemerintah-dan-kritiknya>
- Rizal, M., Afrianti, R., Abdurahman, I. (2021). Dampak kebijakan pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) bagi pelaku bisnis coffe shop pada masa pandemi terdampak Covid-19 di kabupaten Purwakarta. *Jurnal Inspirasi*, 12(1), 96–105.

- Rochanah, R. (2020). Peran mahasiswa PGMI IAIN Kudus sebagai agent of change di masa pandemi Covid-19. *Elementary: Islamic Teacher Journal*, 8(2), 339–358. <http://dx.doi.org/10.21043/elementary.v8i2.8094>
- Rochimah, F. A. (2020). Dampak kuliah daring terhadap kesehatan mental mahasiswa ditinjau dari aspek psikologi. *PsyArXiv Preprints*. <https://doi.org/10.31234/osf.io/s5m9r>
- RSUD Wates Kulon Progo. (2020). *Hidup sehat, bebas kuman dengan cuci tangan*. <https://rsud.kulonprogokab.go.id/detil/489/hidup-sehat-bebas-kuman-dengan-cuci-tangan>
- Ruttan, R. L., & Nordgren, L. F. (2016). The strength to face the facts: Self-regulation defends against defensive information processing. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 137, 86–98. <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2016.06.006>
- Sandoff, M., & Widell, G. (2008). Coping with discipline: Discipline and dilemmas among teachers and warders. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 28(11/12), 458–471. <https://doi.org/10.1108/01443330810915189>
- Sari, D. P., & Atiqoh, N. S. (2020). Hubungan antara pengetahuan masyarakat dengan kepatuhan penggunaan masker sebagai upaya pencegahan penyakit Covid-19 di Ngronggah. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 52–55. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.850>
- Setiawati, L., & Mulyawati, I. B. (2020). Pengaruh kampanye media sosial terhadap tingkat kesadaran mahasiswa kuliah kerja nyata Universitas Pendidikan Indonesia mengenai pencegahan Covid-19. *Gunahumas*, 3(1), 51–58. <https://doi.org/10.17509/ghm.v3i1.28416>
- Simanjorang, C., Tooy, G. C., Wuaten, G., & Pangandaheng, N. (2021). Knowledge, attitudes, and practices towards Covid-19 among North Sulawesi Indonesia Residents. *Journal of Health Education*, 6(2), 57–64. <https://doi.org/10.15294/jhe.v6i2.42869>
- Susilo, A., Jasirwan, C. O. M., Wafa, S., Maria, S., Rajabto, W., Muradi, A., Fachriza, I., Putri, M. Z., & Gabriella, S. (2022). Mutasi dan varian coronavirus disease 2019 (Covid-19): Tinjauan literatur terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 9(1), 59. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v9i1.648>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (7th ed.). Pearson.
- The Harris Poll. (2020). *Harris Poll survey finds Gen Z Feel a social responsibility to help the country get over Covid-19 and urge peers to follow safety protocols*. PR Newswire. <https://www.prnewswire.com/news-releases/harris-poll-survey-finds-gen-z-feel-a-social-responsibility-to-help-the-country-get-over-covid-19-and-urge-peers-to-follow-safety-protocols-301130230.html>
- Yandwiputra, A. R., & Hantoro, J. (2021). Kasus pelanggaran PPKM darurat di Depok, eks lurah Pancoran Mas segera disidang. *Tempo*. <https://metro.tempo.co/read/1509932/kasus-pelanggaran-ppkm-darurat-di-depok-eks-lurah-pancoran-mas-segera-disidang>