



Persepsi Mahasiswa Terhadap Aktivitas *Multitasking* dan Komunikasi dalam Perkuliahan Daring

Eka Rahmat Fauzy

Universitas Pendidikan Indonesia

Surel: ekarahmatfauzy@upi.edu

Maryam Dzikrul Muwahidah

Universitas Pendidikan Indonesia

Surel: dzikrulmaryam@gmail.com

Amellia Oktiaputri

Universitas Pendidikan Indonesia

Surel: amelliaoktiaputri@gmail.com

Wanda Widian

Universitas Pendidikan Indonesia

Surel: wndwidian@gmail.com

ABSTRAK

Perkuliahan jarak jauh atau secara daring masih marak di masa *new normal*, dan secara tidak langsung menuntut keterampilan mahasiswa dalam ber-*multitasking* dan berkomunikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi persepsi mahasiswa terhadap aktivitas *multitasking* serta dampaknya dalam kegiatan pembelajaran mereka, khususnya dalam berkomunikasi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *purposive sampling*, melalui kuesioner dan wawancara (*in depth interview*). Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa aktivitas *multitasking* yang paling banyak dilakukan adalah bertukar pesan dengan teman, membuka beberapa aplikasi, dan membuka media sosial saat perkuliahan sedang berlangsung. Terdapat pula indikasi bahwa bagi sebagian besar responden, aktivitas *multitasking* bukanlah beban yang berat dan umumnya tidak mengganggu fokus mereka saat perkuliahan berlangsung. Meski demikian, sebagian responden justru merasa tertekan dan sulit memahami hal yang dikomunikasikan saat melakukan beberapa hal bersamaan, termasuk saat muncul gangguan dari suara televisi ataupun dari kehadiran lawan bicara lain.

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Dikirim/Diterima 21 Mei 2023

Revisi Pertama 12 Jun 2023

Diterima 07 Agu 2023

Tersedia Daring 10 Agu 2023

Tanggal Penerbitan 01 Okt 2023

Kata Kunci:

Komunikasi, *multitasking*,
pembelajaran daring,
pembelajaran jarak jauh

1. PENDAHULUAN

Pada masa pandemi yang disebabkan oleh virus Covid-19, banyak cara yang dilakukan oleh pemerintah untuk mencegah penyebarannya. Salah satunya, melalui surat edaran yang diberikan oleh Kemendikbud Nomor 6 Tahun 2020 tentang instruksi kepada perguruan tinggi untuk menyelenggarakan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan mahasiswa untuk belajar dari rumah atau secara daring (*online*). Nyatanya, hingga masa *new normal* pun model perkuliahan daring masih marak dilakukan, dan secara tidak langsung menuntut keterampilan mahasiswa dalam ber-*multitasking*, khususnya dengan *multitasking* otak yang mendukung mahasiswa untuk mengerjakan beberapa pekerjaan dalam waktu yang bersamaan (Susena, 2021).

Tingkat kesadaran manusia yang beragam untuk menyelesaikan banyaknya tugas yang perlu dikerjakan dapat memunculkan perilaku *multitasking*. Menurut Wijaya dkk. (2016) di era industri 4.0 ini, masyarakat dituntut untuk menguasai seperangkat kompetensi abad 21 yang meliputi tidak hanya keterampilan IPTEKS, tetapi juga *soft skill* seperti pemecahan masalah, kemampuan analisis, kelompok belajar, bekerja di lingkungan berbasis tim, dan komunikasi yang efektif. Menurut Winaryati (2021) beragam *soft skill* yang dilakukan dapat berkembang melalui kompleksitas keahlian atau *multitasking*. Setiap individu, termasuk mahasiswa, yang memiliki kemampuan *multitasking* berpeluang memiliki kesiapan untuk berubah mengikuti tuntutan situasi atau tugas baru yang harus diselesaikan. Berbagai situasi baru yang menuntut kesediaan mahasiswa untuk berubah demi pengembangan dirinya tentu saja tidak hanya berasal dari kelas-kelas perkuliahan, namun juga dari berbagai kegiatan organisasi kemahasiswaan (Hadijaya, 2015). Salah satu aktivitas *multitasking* yang umum terjadi diantara mahasiswa adalah saat menggunakan aplikasi video conference untuk perkuliahan dan untuk rapat ataupun acara lainnya secara bersamaan.

Urgensi penelitian ini juga terkait dengan sejumlah penelitian mengenai efektivitas *multitasking*. Salah satu penelitian tentang hubungan perilaku *multitasking* saat perkuliahan dengan prestasi belajar mahasiswa menunjukkan bahwa tingginya frekuensi perilaku *multitasking* berbanding terbalik dengan prestasi belajar mahasiswa yang justru menurun. Penelitian yang dilakukan oleh Christiansen (2017) mengemukakan bahwa *multitasking* memiliki efek samping pada otak dan kinerja, seperti mudah stres, daya ingat menurun, dan hasil pekerjaan yang tidak maksimal atau lambat. Meski demikian, salah satu penelitian yang dilakukan Wulanyani (2015) justru menyatakan bahwa meskipun dikatakan kurang sehat, perilaku *multitasking* banyak dibutuhkan dalam berbagai kegiatan harian. Bahkan dikatakan pula bahwa orang yang memiliki kesulitan dalam mengatur beberapa kegiatan, dengan kata lain sulit ber-*multitasking*, telah terbukti mengalami kesulitan untuk hidup mandiri.

Terlepas dari itu, Rubinstein, Meyer, & Evans (dalam Budiani dkk, 2020) menjelaskan kemampuan *multitasking* ini terjadi melalui dua tahap pengolahan, yaitu pengaktifan otak dan menonaktifkan otak. Pertama otak akan menjadi aktif untuk memutuskan akan melaksanakan tugas baru. Kemudian, proses selanjutnya, otak akan menonaktifkan tugas utama dan segera melakukan tugas yang baru. Sehingga,

kemampuan *multitasking* ini memaksa individu untuk mengerjakan beberapa tugas sekaligus dalam waktu yang relatif singkat namun dengan hasil maksimal.

Sebuah penelitian mengenai Strategi Pembelajaran di Perguruan Tinggi Pada Masa Pandemi Covid-19 yang dilakukan oleh Puspitorini (2020) mengkaji dampak kebijakan pemerintah untuk melakukan pembelajaran jarak jauh secara tatap maya. Model pembelajaran tersebut dikatakan dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan kesadaran tentang penguasaan kemajuan teknologi saat ini dan mengatasi permasalahan proses pendidikan di Indonesia. Sejalan dengan kondisi tersebut, muncul juga sebuah model lingkungan pembelajaran era *new normal* yang juga mengangkat isu terkait pembelajaran yang melibatkan aktivitas *multitasking* dan pembahasan tentang peran positif kepercayaan diri dan kemampuan *multitasking* terhadap *Readiness to Change* pada Mahasiswa (Budiani, dkk., 2020; dan Sulisworo, 2020). Selanjutnya, Memori dalam *multitasking* oleh Wulanyani (2015). Dalam hasil penelitian ini, orang-orang menggunakan kemampuannya untuk mengatur kegiatan kedepannya, dengan tujuan agar mampu menyelesaikan beberapa kegiatan dalam waktu yang efisien dan tepat. Penelitian yang juga mengangkat terkait isu *multitasking* adalah penelitian yang dilakukan oleh Weno (2016), tentang hubungan perilaku *multitasking* saat perkuliahan dengan prestasi belajar mahasiswa psikologi Universitas Andalas. Dalam penelitiannya ia menegaskan bahwa semakin tinggi perilaku *multitasking*, maka akan semakin rendah pula prestasi belajarnya (Weno, 2016). Meskipun begitu, Burgess (dalam Wulanyani, 2015) menyatakan bahwa *multitasking* ini banyak dibutuhkan orang-orang di dalam kehidupan sehari-hari meskipun dikatakan kurang sehat. Selain itu, menurut Bechara, Tranel, dan Damasio (dalam Wulanyani, 2015) menegaskan bahwa orang yang memiliki kesulitan dalam mengatur beberapa kegiatan, terbukti mengalami kesusahan untuk hidup mandiri.

Tuntutan ber-*multitasking* dan pro-kontra hasil penelitian-penelitian tersebut menjadi latar belakang munculnya penelitian ini. Dari hasil penelusuran kami, belum banyak penelitian tentang *multitasking* yang dilakukan di masa *new normal* ini. Menurut Wijaya dkk. (2016) pandemi yang berlangsung bersamaan dengan era industri dengan teknologi tinggi ini mampu mengakselerasi perubahan jenis-jenis keterampilan dan keahlian, seperti keterampilan *multitasking*, serta tingkat kompleksitasnya saat ruang gerak manusia sangat terbatas termasuk bagi mahasiswa. Oleh karena itu, topik tersebut kami kaji lebih lanjut mengenai (1) bagaimana mahasiswa melakukan aktivitas *multitasking* dalam kegiatan pembelajaran daring? (2) Bagaimana dampak aktivitas *multitasking* yang dilakukan oleh mahasiswa terhadap efektivitas komunikasi mereka saat perkuliahan?

Menurut Salvucci dan Taatge (dalam Wulanyani, 2015 dan Nasution, 2017) *multitasking* atau tugas berganda menyiratkan adanya lebih dari satu tugas di dalamnya. Kushniryk (dalam Sanda, 2018) mendefinisikan *multitasking* sebagai kemampuan dalam menyelesaikan seperangkat pekerjaan dalam satu periode secara bersamaan atau dengan peralihan waktu yang sering dan cepat antara satu tugas dengan tugas yang lain. Fatmawati (2017) berpendapat bahwa *multitasking* bukan berarti serta merta dapat menyelesaikan beberapa tugas sekaligus dalam satu waktu. Namun justru yang terpenting adalah merupakan kemampuan individu untuk

mengatasi lebih dari satu tugas (*handling multiple task*) secara simultan. Menurut Marendha dkk (2016) *multitasking* adalah melakukan dua atau lebih pekerjaan secara bersamaan. Alkahtani dan kawan-kawan (dalam Sanda, 2018) berpendapat bahwa *multitasking* ialah kemampuan individu untuk menyelesaikan tugas dalam satu waktu secara bersamaan, karena pengerjaan banyak tugas dalam sekali waktu dirasa menjadi lebih efisien. Menurut Jarmon (dalam Sanda, 2018) terdapat tiga cara untuk melakukan *multitasking*, diantaranya; (1) ketika seseorang melakukan dua atau lebih kegiatan dalam waktu bersamaan, contohnya menonton televisi sembari membaca buku; (2) seseorang yang melakukan kegiatan beralih-alih secara berulang kali, contohnya seperti bergantian mendengarkan diskusi kelas sembari membalas pesan WhatsApp; (3) seseorang yang menuntaskan dua atau lebih tugasnya dalam kurun waktu atau akurasi yang cepat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kualitatif karena penelitian ini menekankan pada pemahaman yang berkaitan dengan masalah sosial yang lebih sesuai dengan karakteristik pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dilakukan dengan mengumpulkan data dengan maksud untuk menafsirkan fenomena yang terjadi dengan menjadikan peneliti sebagai instrumen kunci (Anggito dan Setiawan, 2018). Untuk menunjang penelitian ini, metode *purposive sampling* dipilih untuk mengumpulkan data penelitian yang sesuai tema penelitian yang terkait dengan mahasiswa dan masa pandemi. Menurut Sugiyono (2016:85) *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Sejalan dengan metode yang dipilih, pengumpulan data melibatkan responden yang dikhususkan pada mahasiswa aktif dari berbagai universitas.

Kegiatan penelitian diawali dengan studi pustaka dengan mempelajari dan mengumpulkan data dari penelitian-penelitian terdahulu tentang *multitasking*. Hasil studi pustaka dapat menunjang latar belakang penelitian dan digunakan sebagai referensi untuk pengembangan instrumen penelitian dan analisis data penelitian. Karena ruang gerak yang terbatas sehingga tidak dimungkinkan untuk melakukan observasi secara langsung, instrumen penelitian yang dipilih untuk mengumpulkan data penelitian adalah kuesioner dan wawancara mendalam (*in-depth interview*). Menurut Moleong (2014) wawancara mendalam adalah jenis wawancara yang sangat luwes untuk mengembangkan materi pertanyaan dengan tujuan mendalami serta memperluas tema wawancara untuk memperoleh data yang kaya. Wawancara mendalam dilakukan terhadap sepuluh responden yang dipilih secara objektif.

Kuesioner dikembangkan berdasarkan hasil studi pustaka yang telah dijelaskan. Kuesioner merupakan alat pengumpulan data primer dengan metode survei untuk memperoleh opini responden (Pujihastuti, 2020). Kuesioner dianggap sebagai metode pengumpulan data yang efisien, dan dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Penggunaan kuesioner sendiri ditujukan untuk memperoleh data awal terkait dengan rumusan masalah penelitian yang pertama dan kedua. Kuesioner yang disusun pada

google form ini telah divalidasi dan diujicobakan pada sejumlah mahasiswa sebelum disebarkan pada responden secara daring. Data penelitian lanjutan diperoleh dengan mewawancarai sejumlah responden yang telah mengisi kuesioner untuk menggali informasi yang lebih lengkap dan mendalam. Meskipun dalam pelaksanaan in-depth interview pertanyaan bersifat terbuka, wawancara tetap diarahkan untuk mencari jawaban yang terkait dengan poin-poin yang ada pada rumusan masalah penelitian.

Di tahap berikutnya, dilakukan analisis data baik dari kuesioner ataupun wawancara. Data kuesioner dianalisis dengan cara mengklasifikasikan atau mengelompokkan jawaban sesuai dengan sejumlah kriteria yang terkait dengan ragam aktivitas *multitasking*, frekuensinya, dan efektivitasnya. Di sisi lain, data wawancara diolah dengan menyusun transkrip jawaban responden dan menginterpretasikan kesesuaiannya dengan hasil klasifikasi data kuesioner dan hasil studi pustaka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil pengolahan data penelitian yang terkumpul melalui instrumen kuesioner dan wawancara, beberapa informasi yang terkait dengan rumusan masalah penelitian telah diperoleh. Beberapa informasi terkait dengan frekuensi *multitasking*, jenis *multitasking*, dan ragam aktivitas *multitasking* yang dilakukan oleh mahasiswa, serta dampak aktivitas *multitasking* terhadap kegiatan belajar mereka dapat diamati dari data kuesioner.

Secara umum, *multitasking* dapat diartikan sebagai kegiatan melakukan beberapa aktivitas dalam sekali waktu (Kushniryk, dalam Sanda, 2018; Marendha dkk., 2016; dan Salvucci dan Taatge, dalam Wulanyani, 2015), dan lawannya adalah *monotasking*, atau melakukan hanya satu aktivitas pada satu waktu.

Saya biasanya menyelesaikan beberapa aktivitas dalam sekali waktu
39 responses

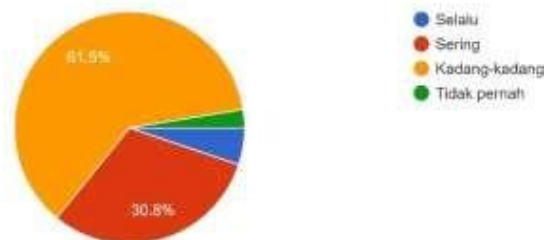


Diagram 1. Frekuensi *multitasking*

Saya berkonsentrasi untuk menuntaskan satu aktivitas terlebih dahulu
39 responses

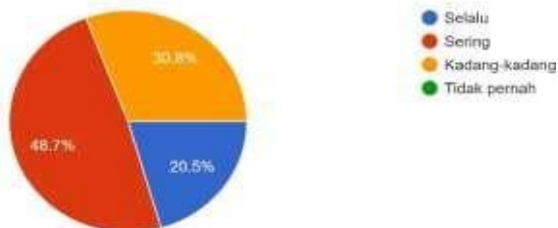
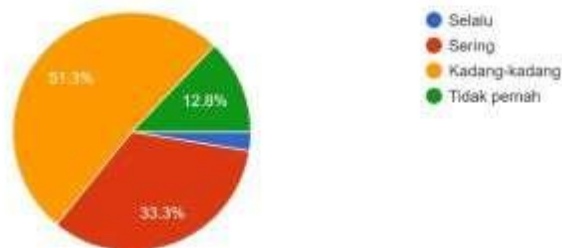


Diagram 2. Frekuensi *Monotasking*

Data dari responden yang terangkum pada diagram 1 dan diagram 2 menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden lebih memilih untuk menuntaskan aktivitas satu per satu, sebagian besar responden tidak bisa menghindari aktivitas *multitasking*. Bahkan hampir sepertiganya mengindikasikan frekuensi *multitasking* yang tinggi.

Jarmon (dalam Sanda, 2018) mengungkapkan tiga variasi kegiatan *multitasking*, seperti yang telah diutarakan pada bab sebelumnya. Data penelitian yang terangkum pada diagram 4 mengindikasikan bahwa para responden cenderung ber-*multitasking* dengan cara menyelesaikan beberapa aktivitas di waktu bersamaan.

Saya melakukan beberapa kegiatan secara bergantian dalam waktu bersamaan ketika kuliah tatap maya sedang berlangsung
39 responses



Saya mencoba menyelesaikan beberapa aktivitas di waktu bersamaan
39 responses



Saya suka berpindah mengerjakan aktivitas lain sebelum aktivitas sebelumnya tuntas
39 responses

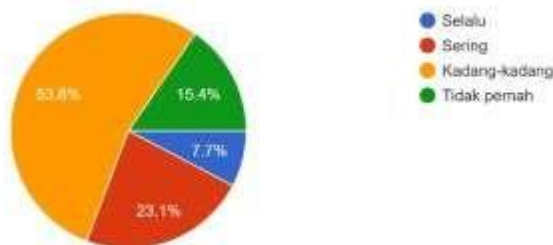


Diagram 3. Kecenderungan Jenis *multitasking* yang Dilakukan oleh Para Responden

Terkait dengan aktivitas perkuliahan para responden yang masih berstatus sebagai mahasiswa aktif di kampus masing-masing, beberapa ragam aktivitas *multitasking* yang mereka lakukan terangkum pada Tabel 1. Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh aktivitas *multitasking* yang disebutkan pernah dilakukan oleh para responden dengan frekuensi yang beragam. Tiga aktivitas *multitasking* yang paling banyak dilakukan adalah bertukar pesan dengan teman, membuka beberapa aplikasi, dan membuka media sosial saat perkuliahan berlangsung. Lebih jauh lagi dapat dilihat bahwa aktivitas bertukar pesan dengan teman adalah aktivitas yang dilakukan oleh seluruh responden, bahkan lebih dari setengahnya menunjukkan intensitas yang tinggi.

Aktivitas	Frekuensi			
	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
Saya menerima telepon saat sedang kuliah tatap maya.	5%	8%	49%	39%
Saya berbincang dengan anggota keluarga di rumah saat kuliah tatap maya sedang berlangsung	8%	18%	64%	10%
Saya suka mendengarkan musik ketika kuliah tatap maya sedang berlangsung	5%	5%	26%	64%
Saya sering bertukar pesan (misalnya melalui whatsapp atau telegram) dengan teman ketika kuliah tatap maya sedang berlangsung	13%	44%	44%	0%
Saya membuka beberapa aplikasi lain saat kuliah tatap maya sedang berlangsung	15%	41%	41%	3%
Saya suka membuka media sosial ketika sedang kuliah tatap maya	13%	31%	54%	3%

Tabel 1. Ragam Aktivitas *multitasking*

Disadari atau tidak, aktivitas *multitasking* memiliki dampak pada pelakunya baik positif ataupun negatif (Budiani, dkk., 2020; Burgess, serta Bechara, Tranel, dan Damasio, dalam Wulanyani, 2015; Christiansen, 2017; dan Weno, 2016), termasuk dalam hal efektivitas komunikasi. Hal serupa juga dialami oleh para responden, seperti yang tercatat pada Tabel 2.

Aktivitas	Frekuensi			
	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak Pernah
Saya fokus ketika kuliah tatap maya sedang berlangsung	8%	64%	23%	5%

Saya merasa kewalahan saat melakukan banyak aktivitas sekaligus	26%	39%	36%	0%
Saya merasa terganggu dengan suara televisi ketika kuliah tatap maya sedang berlangsung	23%	31%	33%	13%
Saya setuju dengan ungkapan: “Melakukan dua hal bersamaan sama halnya dengan tidak melakukan apa-apa”	13%	5%	62%	21%
Saya tertekan saat mengerjakan beberapa hal bersamaan.	10%	26%	54%	10%
Saya sulit berkonsentrasi ketika ada yang mengajak bicara saat sedang kuliah tatap maya	18%	33%	44%	5%

Tabel 2. Dampak *multitasking*

Tabel 2 mengindikasikan bahwa bagi sebagian besar responden, aktivitas *multitasking* bukan merupakan beban yang berat dan umumnya tidak mengganggu fokus mereka saat perkuliahan berlangsung. Meski demikian, kondisi sebaliknya terjadi pada sebagian responden yang justru merasa tertekan dan sulit memahami hal yang dikomunikasikan saat melakukan beberapa hal bersamaan, termasuk saat muncul gangguan dari suara televisi ataupun dari kehadiran lawan bicara.

Selanjutnya, hasil wawancara menunjukkan bahwa *multitasking* lebih dominan dilakukan di masa pandemi. Seluruh informan mengatakan bahwa pandemi menciptakan peluang tersebut. Namun, sebagian besar juga turut menyatakan sudah melakukan *multitasking* sejak sebelum pandemi, meskipun ketika pandemi frekuensi dalam ber-*multitasking* lebih banyak. Hal tersebut terdapat dalam contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Lebih sering dilakukan saat pandemi, karena kuliah di masa pandemi lebih fleksibel. Misalnya saya melakukan kuliah daring sembari melakukan tugas rumah. Hal tersebut berbeda ketika situasi normal (sebelum pandemi), tugas kuliah baru bisa diselesaikan setelah perkuliahan selesai.”

“Lebih dominan dilakukan pada masa pandemi, tapi ketika situasi normal juga sudah melakukan multitasking.”

Sanda (2018) mengatakan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi efektif/tidak efektifnya strategi *multitasking* yang dilakukan yakni, tuntutan pekerjaan, teknologi, dan pengaruh generasi/ usia. Tuntutan pekerjaan menjadi faktor yang paling banyak disebutkan. Terdapat tuntutan pekerjaan yang memiliki kepentingan yang sama dan perlu diselesaikan dalam batas pengerjaan yang bersamaan pula. Tuntutan tersebut mempengaruhi efektivitas informan dari segi kecepatan dan ketepatan waktu penyelesaian serta kualitas penyelesaian pekerjaan yang tidak maksimal. Sementara urutan kedua sebagai yang paling banyak disebutkan yakni faktor kemampuan diri yang dikaitkan dengan pengaruh dari generasi/ usia. Seperti

contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Faktor yang mempengaruhinya karena dua pekerjaan memiliki kepentingan yang sama.”

“Faktornya bisa dilihat dari waktu, karena kalau terlalu terburu-buru membuat kualitas pekerjaan tidak maksimal.”

“Kemampuan untuk melakukan multitaskingnya yang kurang sesuai dan karena tuntutan pekerjaan juga”

“Faktornya bisa dari pekerjaan dan juga kemampuan diri sendiri”

Sedangkan faktor teknologi mempengaruhi efektif/tidak efektifnya strategi *multitasking* berada di urutan terakhir sebagai yang paling sedikit disebutkan. Faktor teknologi ini mempengaruhi keefektifan strategi *multitasking* yang dilakukan ketika penggunaan dua perangkat secara bersamaan. Informan mengatakan bahwa dengan dan atau tanpa dua perangkat sama-sama mempengaruhi efektif/tidak efektifnya strategi *multitasking* yang dilakukan. Seperti terdapat dalam contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Kadang juga karena device yang mendukung untuk melakukan multitasking atau bahkan tidak bisa melakukan multitasking”

“Dari tuntutan pekerjaan menjadi faktor yang berpengaruh, lalu keterbatasan media atau device juga.”

Christiansen (2017) menyatakan terdapat empat efek dalam ber-*multitasking* yakni, menjadi lebih mudah stress, mengurangi daya ingat, memperlambat proses bekerja/ belajar, hasil bekerja/ belajar tidak maksimal. Seluruh informan mengatakan merasakan keempat efek tersebut. Namun, terdapat pula yang mengatakan bahwa *multitasking* ini memberikan efek positif. Sebagian lainnya juga turut menyatakan tidak keberatan dengan efek yang dirasakan ketika ber-*multitasking*. Hal tersebut terdapat dalam contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Efeknya tentu ada, negatifnya lebih capek karena fokusnya bercabang; merasakan stress karena berat tugasnya. Lalu, efek positifnya bisa cepat selesai pekerjaannya.”

“Efek sampingnya saya merasa membuat gagal fokus, memperlambat proses pengerjaan bahkan bisa sampai menumpuk, lalu merasa jadi pelupa.”

“Efek sampingnya kesulitan dalam berkonsentrasi dan hal itu membuat apa

yang saya kerjakan jadi tidak maksimal, menjadi orang pemalas ketika hanya punya satu tugas (karena terbiasa melakukan beberapa kegiatan). Bahkan, tugas yang dikerjakan juga akan menjadi lambat terselesaikan.”

“Efek sampingnya kadang membuat saya stress. Tapi hal ini masih dalam batas wajar dan hal tersebut masih bisa saya atasi, karena strategi yang saya lakukan tepat untuk dilakukan.”

Weno (2016) menyatakan terdapat tiga dampak *multitasking* terhadap prestasi yakni, meningkatkan prestasi, prestasi yang tetap stabil, dan menurunnya prestasi. Sebagian besar mengatakan bahwa prestasi akademik mereka tetap stabil. Sebagian lainnya terbagi dalam argumennya masing-masing. Terdapat yang merasa tidak yakin dengan dampak dari *multitasking* terhadap prestasi mereka. Terdapat beberapa yang merasakan peningkatan prestasi akademik dilihat dari proses belajarnya. Terdapat pula yang merasakan prestasi non-akademik mereka stabil juga meningkat. Namun secara keseluruhan, dapat dikatakan bahwa dampak *multitasking* terhadap prestasi ini bergantung pada situasi dan tantangan yang dihadapi. Hal tersebut terdapat dalam contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Kadang meningkatkan prestasi bahkan bisa saja tidak meningkatkan prestasi.” “Dampak pada prestasi tidak terlalu signifikan, atau bisa dibilang tetap stabil.”

“Pengaruh multitasking pada kegiatan non-akademik membuat prestasi saya lebih meningkat. Namun, jika dari segi akademik saya merasa prestasi yang diraih tetap stabil.”

Menurut Bechara, Tranel, dan Damasio (dalam Wulanyani, 2015) menegaskan bahwa orang yang memiliki kesulitan dalam mengatur beberapa kegiatan, terbukti mengalami kesusahan untuk hidup mandiri. Hal ini sejalan dengan sebagian besar informan yang mengatakan bahwa *multitasking* membuatnya lebih mandiri. Informan merasa mampu mengatur waktu dan juga menyelesaikan beberapa kegiatan dalam waktu yang bersamaan tanpa bantuan dari orang lain. Seperti contoh kutipan hasil wawancara sebagai berikut.

“Iya, benar. Saya merasa lebih mandiri karena tetap mengusahakan ketika kita masih mampu mengerjakan banyak kegiatan tanpa perlu bantuan orang lain.”

4. KESIMPULAN

Pembelajaran daring secara tidak langsung menuntut keterampilan mahasiswa dalam ber-*multitasking*. Sesuai dengan hasil penelitian terdahulu, penelitian ini menunjukkan bahwa *multitasking* memiliki efek samping pada otak dan kinerja, seperti mudah stres, daya ingat menurun, komunikasi kurang efektif, dan hasil pekerjaan

yang tidak maksimal atau lambat. Dari hasil pengolahan data penelitian yang terkumpul melalui instrumen kuesioner dan wawancara, para responden menunjukkan bahwa tiga aktivitas *multitasking* yang paling banyak dilakukan adalah bertukar pesan dengan teman, membuka beberapa aplikasi, dan membuka media sosial saat perkuliahan sedang berlangsung. Namun, Disadari atau tidak, ternyata aktivitas *multitasking* memiliki dampak pada pelakunya baik positif ataupun negatif. Hal tersebut, dirasakan juga oleh para responden. Berdasarkan hasil pengolahan data diindikasikan pula bahwa bagi sebagian besar responden, aktivitas *multitasking* bukan merupakan beban yang berat dan umumnya tidak mengganggu fokus mereka saat perkuliahan berlangsung. Meski demikian, kondisi sebaliknya terjadi pada sebagian responden yang justru merasa tertekan dan sulit memahami hal yang dikomunikasikan saat melakukan beberapa hal bersamaan, termasuk saat muncul gangguan dari suara televisi ataupun dari kehadiran lawan bicara.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. CV Jejak, Sukabumi.
- Budiani, M. S., dkk. (2020). Peran kepercayaan diri dan kemampuan *multitasking* terhadap Readiness to Change pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*. 10 (2).
- Christiansen, D. (2017). *Perancangan Sosialisasi Mengenai Bahaya multitasking terhadap Kinerja Mahasiswa dalam Mengerjakan Tugas*. URL: <https://kc.umn.ac.id/2842/>. Diakses tanggal 15 November 2020.
- Fatmawati, E. (2017). Media *multitasking* di Era Digital Natives. *Jurnal: Media Pustakawan*. 24 (2).
- Hadijaya, Y. (2015). *Organisasi Kemahasiswaan dan Kompetensi Manajerial Mahasiswa*. Perdana Publishing, Medan.
- Marendha dkk. (2016). *Hubungan multitasking Teknologi Informasi Terhadap Produktivitas Kerja (Studi Kasus: Mahasiswa ITS Surabaya)*. Skripsi. Institut Teknologi Sepuluh November, Surabaya.
- Moleong, L. J. (2014). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nasution, W. N. (2017). *Strategi Pembelajaran*. Perdana Publishing, Medan.
- Pujihastuti, I. (2010). Prinsip Penulisan Kuesioner Penelitian. *Jurnal Agribisnis dan Pengembangan Wilayah*. 2 (1).
- Puspitorini, H. (2020). Strategi Pembelajaran di Perguruan Tinggi Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 1. 99-106.
- Sanda, V. D. (2018). *Hubungan antara multitasking dengan Job Performance*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Psikologi, Universitas Muhammadiyah, Malang.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D)*. Alfabet: Bandung.
- Sulisworo, D (dkk.). (2020). *Model Lingkungan Pembelajaran Era New Normal*. Pascasarjana UAD Press, Yogyakarta.
- Susena, B. (2021). *multitasking Ketika Rapat Online*. URL:

- <https://kumparan.com/bayu-susena-1610948772562471754/multitasking-ketika-rapat-online-1ve84GViqzk>. Diakses tanggal 23 Mei 2021.
- Weno, P. (2016). *Hubungan perilaku multitasking saat perkuliahan dengan prestasi belajar mahasiswa psikologi Universitas Andalas*. Diploma thesis, Universitas Andalas.
- Wijaya, E. Y (dkk). (2016). Transformasi Pendidikan Abad 21 Sebagai Tuntutan Pengembangan Sumber Daya Manusia Di Era Global. *Jurnal: Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Matematika*. 1 (26): 263-278
- Winaryati, E. (2021). *Pembelajaran Abad-21*. URL: <https://www.suaramerdeka.com/opini/pr-04422786/pembelajaran-abad-ke-21?page=all>
- Wulanyani, N. M. S. (2015). Memori dalam *multitasking*. *Jurnal: Buletin Psikologi*. 23 (2).