



## DISONANSI KOGNITIF PERILAKU MAHASISWA TERHADAP BAHAYA MIKROPLASTIK

Anik Pujiati\*<sup>1</sup>, Retariandalas<sup>2</sup>, Rahmatulloh<sup>3</sup>

<sup>123</sup> Pendidikan Matematika, Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

\* Corresponding Author: [anikunindra@gmail.com](mailto:anikunindra@gmail.com)

### Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pemahaman mahasiswa tentang mikroplastik dan hubungannya dengan perilaku menggunakan plastik sekali pakai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini dengan teknik survei dengan sampel 120 orang yaitu mahasiswa semester 3 Universitas Indraprasta PGRI. Hasil penelitian diketahui pengetahuan mahasiswa mengenai mikroplastik tergolong masih sangat rendah yaitu 90% belum tahu apa itu mikroplastik. Hal ini bertentangan dengan pengetahuan tentang dampak penggunaan plastik sekali pakai sebagian besar sudah paham dengan presentas 96%. Dari hasil penelitian juga menunjukkan terjadi disonansi kognitif, yaitu kondisi dimana secara kognitif mahasiswa tahu bahwa penggunaan plastik sekali pakai bisa berdampak pada kesehatan manusia dan organisme lain, namun secara perilaku masih sering dan berat untuk meninggalkan kebiasaannya menggunakan kemasan plastik sekali pakai

**Kata Kunci:** mikroplastik, disonansi kognitif, plastik sekali pakai

### Abstract

*This research is a quantitative descriptive study which aims to determine students' understanding of microplastics and their relationship with their behavior in using single-use plastics. The method used in this research was a survey technique with a sample of 120 people, namely third semester students at Indraprasta PGRI University. The results of the research show that students' knowledge of microplastics is still very low, namely 90% do not know what microplastics are. This is contrary to the knowledge about the impact of using single-use plastic, most of whom already understand the percentage at 96%. The research results also show that there is cognitive dissonance, namely a condition where cognitively students know that the use of single-use plastic can have an impact on the health of humans and other organisms, but behaviorally they still often and find it difficult to abandon their habit of using single-use plastic packaging.*

**Keywords :** microplastics, cognitive dissonance, single-use plastic.

### PENDAHULUAN

Permasalahan yang berkaitan dengan persampahan merupakan permasalahan global yang cukup kompleks hingga saat ini. Salah satu topik yang masih tergolong hangat yaitu tentang mikroplastik. Mikroplastik adalah partikel kecil yang berasal dari plastik dengan diameter tidak lebih dari 5 mm, bentuknya berupa serat (fiber), granula, lapisan tipis, atau fragmen. Mikroplastik bisa muncul dari degradasi plastik misalnya plastik yang terkena radiasi sinar UV (Komunikasi & Lingkungan, 2020) atau arus air yang deras yang menyebabkan plastik terdegradasi menjadi mikroplastik. Mikroplastik yang bersumber dari kosmetik dan produk kesehatan berupa microbead atau microexfoliate seperti polietilen (PE), polipropilen (PP) dan polistiren (PS) (Arthur, Baker, & Bamford, 2009)

Penggunaan plastik sekali pakai masih tinggi di Indonesia bahkan Indonesia masuk kategori penghasil sampah plastik tertinggi no 5 dalam laporan bank dunia “*The Atlas of Sustainable Development Goals 2023*” . Ada bermacam-macam jenis plastik berdasarkan tipe polimernya seperti: Polietilen yang dapat dijumpai pada botol plastik sekali pakai, plastik kresek, botol shampoo, dan lainnya. Polipropilen yang bisa kita temukan pada kemasan cemilan, wadah plastik yang tahan di microwave, tutup botol dan lainnya. Polistiren yang masih digunakan pada wadah makanan (unep.org). Ada bisphenol A dan ftalat yang menjadi bahan pada mainan anak-anak dan jenis plastik lainnya. Kandungan dalam plastik seperti BPA dapat dideteksi dalam darah wanita hamil, cairan amnion, jaringan plasenta, dan tali pusat yang menunjukkan terjadinya paparan pada janin. Setelah masuk ke dalam tubuh lewat saluran cerna, BPA dengan cepat berikatan dengan asam glukuronat menjadi BPA-glukuronida (Ilmiawati, 2017). Pengetahuan tentang pencemaran sampah makroplastik mikroplastik perlu disebar-luaskan melalui promosi kesehatan penyuluhan mengingat pengendalian terhadap plastik yang masih minim dan mampu membantu pemerintah dalam melaksanakan program pengendalian plastik. (Dan, Kesehatan, Imelda, Bancin, & Christy, 2020). Penyuluhan Beberapa dampak sampah plastik terhadap lingkungan adalah pencemaran tanah, air tanah hingga makhluk bawah tanah. Selain itu partikel yang terkandung pada plastik akan meracuni hingga membunuh hewan pengurai seperti cacing, kantong plastik dapat menghambat air yang meresap ke dalam tanah, menurunkan kesuburan tanah karena plastik mengganggu sirkulasi udara di dalam tanah. Sampah plastik yang dibuang secara sembarangan ke sungai, anak sungai, bahkan drainase dapat mengakibatkan sungai menjadai dangkal dan terhambat alirannya. Selain itu, kandungan racun yang ada di plastik akan masuk ke dalam tubuh hewan tersebut, meracuni tubuhnya dan manusia yang mengkonsumsinya secara tidak langsung akan juga teracuni (Safriani et al., 2022)

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian adalah mahasiswa semester 3 dari Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) dan Fakultas Ilmu Pendidikan Pengetahuan Sosial (FIPPS). Teknik sampling dengan purposive sampling dengan sampel 120 orang mahasiswa, dengan perbandingan 1:2 disesuaikan dengan jumlah mahasiswa FMIPA dan FIPPS yang terdiri dari 4 kelompok belajar (kelas). Instrument penelitian berupa polling dengan menggunakan media Whatsapp (WA) yang berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai pengetahuan mahasiswa terhadap sampah plastik sekali pakai dan mikroplastik. Selain itu juga melakukan wawancara dengan beberapa perwakilan dari ke empat kelompok belajar.

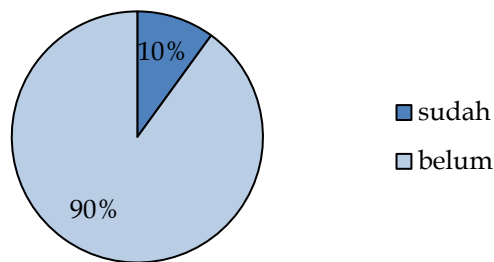
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih minim sekali pengetahuan mahasiswa tentang mikroplastik. Berikut ini adalah salah satu contoh respon salah satu kelompok belajar dari fitur polling whatsapp.



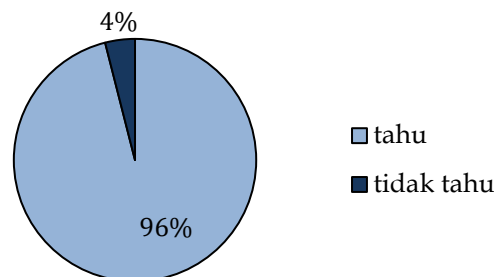
Gambar 1. Contoh respon mahasiswa dalam fitur polling whatsapp

Dari hasil polling diperoleh presentase mahasiswa yang mengetahui pengetahuan tentang mikroplastik hanya 12 orang dari 120 orang atau sekitar 10%, sehingga dapat diketahui bahwa 90% belum memiliki pengetahuan tentang mikroplastik. Dari 12 mahasiswa yang memiliki pengetahuan tentang mikroplastik diketahui 9 berasal dari Fakultas MIPA dan 3 orang dari Fakultas IPPS. Hasil ini menunjukkan masih perlunya pembekalan mengenai hal ini. Untuk mata kuliah yang menunjang pengetahuan tentang lingkungan di Fakultas MIPA baru ada di semester 5, sedangkan Fakultas IPPS tidak ada mata kuliah khusus mengenai hal tersebut. Hasil secara lengkap dapat dilihat pada gambar berikut :



Gambar 2. Presentase Pengetahuan Mahasiswa tentang Mikroplastik

Hasil diatas bertentangan dengan pengetahuan mahasiswa tentang dampak penggunaan plastik sekali pakai terhadap ekologi dan kesehatan. Hasil polling menunjukkan mahasiswa tahu jika pemakaian plastik sekali pakai bisa memberi dampak pada ekologi sekitar dan juga kesehatan.

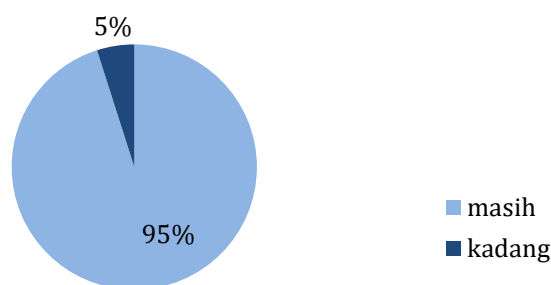


Gambar 3. Presentase Pengetahuan Mahasiswa tentang Dampak Pemakaian Plastik Sekali Pakai

Dari hasil yang digambarkan pada Gambar 2 dapat diketahui bahwa terdapat gap pengetahuan mahasiswa. Mahasiswa belum banyak yang mengenal apa itu mikroplastik tapi disisi lain mahasiswa sudah paham beberapa dampak penggunaan plastik sekali pakai khususnya bagi kesehatan. Padahal bila ditelusuri mikroplastik berasal dari sampah plastik yang dibuang ke lingkungan kemudian tidak tertangani lalu terdegradasi dan berfragmentasi menjadi pertikel yang sangat kecil. Walaupun ada juga mikroplastik yang bersumber dari plastik yang memiliki ukuran mini seperti microbeads yang berupa butir-butir halus pada produk kosmetik, scrub, gel rambut (Faujiah dan Wahyuni, 2022). Mikroplastik yang berukuran sangat mini mempunyai kemungkinan lebih besar untuk bisa masuk ke dalam badan makhluk hidup laut seperti ikan dan bivalvia, sehingga berakibat dapat memasuki rantai makanan (*aquatic food chain*). Oleh karena itu, keberadaan polutan mikroplastik dalam makanan laut atau seafood yang dimakan manusia

dapat menyebabkan dampak kurang baik pada keamanan bahan pangan (Widianarko & Hantoro, 2018). Hasil penelitian dari (Budiarti, 2021) menjelaskan bahwa berbagai polutan plastik berukuran mikro ini terdeteksi dalam kotoran manusia, hal tersebut menunjukkan ada perilaku konsumsi sumber makanan yang sudah terkontaminasi mikroplastik maupun dari faktor lingkungan sekitar yang sudah tercemar. Dapat ditarik benang merahnya yaitu bahwa mahasiswa hanya masih asing dengan istilah mikroplastik, namun secara umum mahasiswa sudah paham dampak penggunaan plastik sekali pakai khususnya bagi kesehatan manusia.

Pada aspek sikap dan perilaku pemakaian plastik sekali pakai, hasil polling menunjukkan hal yang bertentangan juga dengan pengetahuan mahasiswa tentang dampaknya. Mahasiswa masih sering membeli minuman kemasan sekali pakai dan jajan makanan menggunakan plastik sekalian saat ke kampus daripada membawa bekal makanan dan minuman sendiri. Hasil akumulasi perhitungannya disajikan dalam gambar berikut :



Gambar 4. Presentase Perilaku Mahasiswa pada Pemakaian Plastik Sekali Pakai

Dari hasil investigasi lapangan dan wawancara memang masih banyak mahasiswa yang suka membeli minuman sekali pakai dan jajan dengan kemasan sekali pakai saat ada perkuliahan di kampus. Berbagai alasan yang dikemukakan mulai dari lebih praktis, minuman bisa lebih segar saat diminum dingin, dan beberapa faktor lain, namun berdasarkan survei alasan terberat meninggalkan kemasan plastik sekali pakai yaitu karena faktor kepraktisan. Jadi, tidak perlu repot-repot membawa tempat-tempat minum atau tempat makan saat pergi kemanapun. Hasil ini tidak jauh berbeda dengan yang pernah dilakukan Greeneration.org, sebuah lembaga yang peduli terhadap lingkungan, hasil riset mereka menunjukkan bahwa 94% responden paham akan dampak atau bahaya dari pemakaian plastik, namun bermacam alasan pula mereka tetap memakai plastik. Alasan-alasan yang diungkapkan antara lain adalah tidak membawa tempat sendiri sebanyak 79%, kemudian lupa sebanyak 63% sampai tidak mau repot sebanyak 15% dari total responden. ). Bahasan ini sejalan dengan tulisan (Rabbani, Yeru, & Wiguna, 2020) yang membahas tentang disonansi plastik.

Dari hasil secara kuantitatif diatas dapat dibuat pembahasan bahwa terjadi disonansi kognitif. Disonansi kognitif merupakan keadaan yang berlawanan antara sikap dengan pengetahuan yang dimiliki. Artinya terdapat perilaku yang tidak sesuai dengan keyakinan individu tersebut. Teori Disonansi Kognitif diinisiasi oleh Leon Festinger (Fadholi, Prisanto, Ernungtyas, Irwansyah, & Hasna, 2020) teori ini ada karena pasangan kognitif (pengetahuan) yang bisa sesuai atau tidak sesuai satu dengan yang lain hingga menyebabkan keadaan konsonan atau disonan. Pasangan kognitif dikatakan konsonan jika satu kognitif mengikuti kognitif lainnya dan bisa dikatakan disonan jika tidak relevan (terbalik) antara satu pengetahuan dengan pengetahuan lainnya . Sebagian besar ahli psikologi sosial memiliki pendapat bahwa fitrahnya manusia selalu berupaya menjaga keseimbangan (konsistensi).

Menurut (Suatan & Irwansyah, 2021) untuk mengurangi disonansi kognitif yang terjadi bisa dilakukan dengan dua konsep yang pertama yaitu *compensatory health belief (CHB)* dan *self-exempting belief*. Metode CHB ini dilakukan dengan cara memberi kompensasi pada diri dengan berperilaku sehat lainnya karena sudah tahu ada dari dampak dari paparan mikroplastik berbahaya maka dengan melakukan upaya kesehatan dari sisi lain bisa mereduksi disonan. Sedangkan pada metode *self-exempting belief* ini para disonan berpikiran bahwa penurunan kesehatan akibat mikroplastik ini tidak berlaku bagi mereka. Bahkan untuk mereka bisa percaya bahwa dengan penggunaan plastik-plastik sekali pakai dapat mempermudah karena lebih praktis. Dapat dianalisis lebih mendalam bahwa bisa berakibat kurang baik jika untuk mengurai disonansi kognitifnya mahasiswa melakukan pembenaran perilakunya yang tidak sesuai dengan pengetahuannya tersebut. Seperti misalnya pendapat umum yang berkembang di masyarakat bahwa situasi lingkungan tidak akan banyak berubah atau tidak ada perbedaan dengan pengurangan penggunaan plastik sekali pakai. Sesuai dengan pendapat (Dewanti & Irwansyah, 2021) adanya nilai dan budaya yang dianut akan mempengaruhi dan menimbulkan disonansi pada perilaku seseorang. Jika sebagian besar mahasiswa atau masyarakat secara umum memiliki pemikiran yang sama maka perubahan ke arah lebih baik untuk lingkungan jadi sulit terwujud.

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian diatas dapat ditarik simpulan bahwa masih perlu pemberian pengetahuan yang lebih mendalam kepada para mahasiswa mengenai dampak penggunaan plastik sekali pakai, baik melalui perkuliahan maupun diluar perkuliahan. Dengan pemahaman yang lebih mendalam diharapkan tidak terjadi disonansi kognitif pada mahasiswa. Perlu banyak upaya untuk bisa mewujudkan lingkungan yang kondusif agar terjadi konsistensi positif, misal dukungan dari lembaga/kampus yang harus disosialisasikan secara luas dan terus menerus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arthur, C., Baker, J., & Bamford, H. (2009). Proceedings of the International Research Workshop on the Occurrence , Effects , and Fate of Microplastic Marine Debris. *Group*, (January), 530.
- Budiarti, E. C. (2021). Identifikasi Mikroplastik pada Feses Manusia. *Environmental Pollution Journal*, 1(1), 84–100. Retrieved from <https://journalecoton.id/index.php/epj>
- Dan, P., Kesehatan, I., Imelda, S., Bancin, L. J., & Christy, J. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Pencemaran Sampah Makroplastik Dan Mikroplastik Pada Mahasiswa Prodi D-III hari ). Masalah global tersebut juga menjadi isu di Indonesia karena penggunaan plastik yang tinggi tidak diiringi dengan waste m, 5(2), 156–164.
- Dewanti, I. N., & Irwansyah, I. (2021). Disonansi Kognitif Dalam Perilaku Konsumen Masyarakat Indonesia Terhadap Pembelian Produk Tanpa Logo Halal. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*, 5(1), 99–109. <https://doi.org/10.51544/jlmk.v5i1.1657>
- Fadholi, F., Prisanto, G. F., Ernungtyas, N. F., Irwansyah, I., & Hasna, S. (2020). Disonansi Kognitif Perokok Aktif di Indonesia. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.24036/rapun.v11i1.108039>
- Ilmiawati. (2017). 35-1-43-1-10-20170712, 1(1), 20–28.
- Fauziah, I. dan Wahyuni, I. (2022). Kelimpahan dan Karakteristik Mikroplastik pada Air Minum serta Potensi Dampaknya terhadap Kesehatan Manusia, 7, 89–95.
- Alam, F., & Rachmati, M. (2020). Jurnal Presipitasi Perkembangan Penelitian Mikroplastik di

Indonesia, 17(3), 344–352.

Safriani, M., Febrianti, D., Fahrizal, T., Rafshanjani, M. A., Salena, I. Y., & Yusra, A. (2022). Sosialisasi Pengurangan Sampah Plastik dan Dampak Sampah Plastik Pada Siswa SMA 2 Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya, 6, 449–454.

Suatan, A. T., & Irwansyah, I. (2021). Studi Review Sistematis: Aplikasi Teori Disonansi Kognitif dan Upaya Reduksinya pada Perokok Remaja. *Jurnal Lensa Mutiara Komunikasi*, 5(1), 72–82. <https://doi.org/10.51544/jlmk.v5i1.1556>

Widianarko, B., & Hantoro, I. (2018). *Mikroplastik Mikroplastik dalam Seafood Seafood dari Pantai Utara Jawa*. Unika Soegijapranata. Semarang.