



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 4 Tahun 2025 Page 10497-10512

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Efektivitas Pelatihan "*Cohesion Hub*" untuk Menurunkan *Social Loafing* pada Anggota UKM Setingkat Universitas Negeri Padang

Fitri Tri Ananda^{1✉}, Devi Lusiria²

Universitas Negeri Padang

Email: fitritriananda01@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Kajian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pelatihan Cohesion Hub yang berbasis teori kohesivitas kelompok efektif dalam menurunkan social loafing anggota UKM setingkat Universitas Negeri Padang. Kajian ini mengadopsi pendekatan quasi experiment dengan model desain Pretest-Posttest Control Group. Proses analisis data dilakukan menggunakan uji independent sample t-test melalui bantuan perangkat lunak JASP. Sampel dalam penelitian dipilih secara purposive sampling, melibatkan 34 orang anggota UKM yang dibagi secara seimbang ke dalam dua kelompok, yakni kelompok perlakuan serta kelompok pembandingan, masing-masing terdiri atas 17 peserta. Kegiatan eksperimen dilaksanakan selama dua hari berturut-turut. Temuan memperlihatkan jika hipotesis alternatif (H1) terbukti secara statistik, sedangkan hipotesis nol (H0) ditolak, dengan hasil uji t-test memperlihatkan nilai p sejumlah 0,001 yang berada di bawah ambang signifikansi 0,05. Maka dari itu disimpulkan jika pelatihan Cohesion Hub terbukti efektif dalam menurunkan social loafing anggota UKM setingkat Universitas Negeri Padang.

Kata Kunci: *Social Loafing, Kohesivitas Kelompok, Anggota UKM*

Abstract

This study aims to determine whether Cohesion Hub training, based on group cohesiveness theory, is effective in reducing social loafing among members of a UKM at Padang State University. This study was a quasi-experimental study with a Pretest-Posttest Control Group Design. Data analysis used an independent sample t-test with the JASP application. The sampling technique used purposive sampling. The subjects were 34 UKM members, divided into 17 experimental groups and 17 control groups. The experiment was conducted over two days. The results of this study indicate that H1 is accepted and H0 is rejected. This is supported by an independent sample t-test with a p-value of $0.001 < 0.05$. Therefore, it is concluded that the Cohesion Hub training has proven effective in reducing social loafing among UKM members at Padang State University.

Keywords: *Social loafing, Group Cohesiveness, UKM Members*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu yang sedang menjalani pendidikan tinggi dan secara formal terdaftar di institusi pendidikan seperti universitas, sekolah tinggi, atau politeknik (Hartaji, 2012). Mereka tidak hanya bertugas menyerap ilmu, tetapi juga berperan sebagai agen perubahan sosial (Adnan & Prihatsanti, 2017). Untuk mendukung peran tersebut, mahasiswa perlu menguasai soft skill seperti komunikasi, kolaborasi, dan adaptasi, yang umumnya dikembangkan melalui partisipasi aktif dalam organisasi kemahasiswaan (Newstrom & Davis, 2002).

Organisasi kemahasiswaan berfungsi sebagai wadah pembentukan karakter dan pengembangan kapasitas mahasiswa secara menyeluruh, serta mencerminkan struktur koordinatif layaknya organisasi profesional (Robbins, 2002). Munandar (2001) menjelaskan bahwa organisasi juga berperan sebagai ruang penyelesaian masalah melalui kerja sama antar anggota. Pentingnya organisasi ini diakui secara hukum, salah satunya melalui PP No. 30 Tahun 1990 Pasal 108 ayat (1) tentang Pendidikan Tinggi. Di sisi lain, Keputusan Mendikbud No. 155/U/1998 menegaskan bahwa organisasi kemahasiswaan dibentuk untuk membentuk identitas mahasiswa sebagai insan akademik dan intelektual.

Aktivitas mahasiswa dalam organisasi seperti BEM, HIMA, dan UKM, termasuk di Universitas Negeri Padang (UNP), sangat potensial dalam mengembangkan kepemimpinan dan jejaring sosial (SK Rektor UNP No. 270/UN35/KM/2019). Namun, tidak semua anggota aktif berpartisipasi secara maksimal. Fenomena ini dikenal sebagai social loafing, yaitu perilaku menurunnya kontribusi individu dalam kerja kelompok dibanding ketika bekerja sendiri (Myers, 2012). Baron & Byrne (2004) menegaskan bahwa social loafing sering terjadi dalam *additive task*, di mana hasil kerja merupakan akumulasi kontribusi semua anggota.

Latané, Williams, dan Harkins (1979) mengungkapkan bahwa social loafing dapat disebabkan oleh persepsi bahwa kontribusi individu tidak penting atau tidak dikenali. Dalam konteks UKM di UNP, Andira & Kurniawan (2024) menemukan gejala ketergantungan berlebihan pada beberapa anggota, kurangnya inisiatif, dan pasifnya partisipasi sebagian besar anggota organisasi. Salah satu akar penyebabnya adalah rendahnya kohesivitas kelompok, yaitu ikatan emosional dan sosial yang kuat antar anggota (Forsyth, 2010).

Ketika kohesivitas menurun, partisipasi aktif juga menurun, dan social loafing meningkat (Kotimah & Laksmiwati, 2021). Sebaliknya, penelitian Aulia & Saloom (2013), Agata et al. (2023), serta Fajrin & Abdurrohman (2018) menunjukkan bahwa kohesivitas tinggi dapat menurunkan kecenderungan social loafing secara signifikan. Namun, sebagian besar studi ini lebih berfokus pada kelompok akademik, bukan ormawa.

Untuk mengatasi social loafing, pelatihan menjadi solusi strategis. Gomes (2003) menyebut pelatihan sebagai cara sistematis untuk meningkatkan kemampuan menjalankan peran sosial dan tugas fungsional. Dalam hal ini, program “Cohesion Hub” dikembangkan untuk meningkatkan kohesivitas kelompok melalui pendekatan psikoedukatif dan *experiential learning*. Forsyth (2010) menggarisbawahi pentingnya penguatan aspek kohesi sosial, tugas, persepsi, dan emosional.

Ketika kohesivitas kelompok meningkat, anggota organisasi akan merasa lebih memiliki terhadap kelompok, lebih termotivasi, serta terdorong untuk berkontribusi secara aktif. Ini diperkuat oleh temuan Hoigaard et al. (2006) yang menyatakan bahwa kelompok dengan kohesivitas tinggi menunjukkan kinerja lebih baik dan tingkat social loafing yang lebih rendah.

Fenomena social loafing di kalangan mahasiswa aktif UKM UNP menunjukkan pentingnya upaya sistematis dalam menjaga kohesivitas dan distribusi kerja yang adil. Berdasarkan observasi dan wawancara, ditemukan indikasi pembentukan subkelompok eksklusif, rendahnya kontribusi individu, dan kurangnya rasa tanggung jawab kolektif — yang kesemuanya menegaskan perlunya intervensi melalui pelatihan dan penguatan struktur organisasi.

Dengan mempertimbangkan berbagai teori dan temuan empiris sebelumnya, serta fakta lapangan yang menunjukkan adanya gejala *social loafing* di kalangan anggota UKM Universitas Negeri Padang, maka penelitian ini diarahkan untuk menguji sejauh mana pelatihan *Cohesion Hub* efektif dalam menurunkan tingkat *social loafing*. Rumusan masalah dalam penelitian ini secara naratif dapat dijelaskan sebagai pertanyaan: Apakah pelatihan

"*Cohesion Hub*" efektif dalam menurunkan perilaku *social loafing* pada anggota Unit Kegiatan Mahasiswa di Universitas Negeri Padang?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan kuasi-eksperimen tipe *pretest-posttest control group design*. Partisipan berasal dari mahasiswa aktif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Universitas Negeri Padang yang dipilih melalui *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu, seperti keaktifan dalam organisasi, kesediaan mengikuti seluruh tahapan, serta memiliki skor *social loafing* tinggi dalam pengukuran awal (Azwar, 2017). Dari 60 mahasiswa yang mengikuti pretest, dipilih 34 orang dengan skor *social loafing* tinggi dan dibagi secara acak ke dalam dua kelompok: 17 orang sebagai kelompok eksperimen yang mendapat pelatihan, dan 17 orang sebagai kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan. Pengacakan dilakukan setelah pemenuhan kriteria untuk meminimalkan bias seleksi (Azwar, 2017).

Prosedur penelitian dimulai dari studi literatur untuk merumuskan permasalahan dan menyusun proposal. Alat ukur berupa skala *social loafing* diadaptasi dari Delano (2022), berdasarkan teori Latané et al. (1979), sementara modul pelatihan "*Cohesion Hub*" dikembangkan berdasarkan teori kohesivitas kelompok Forsyth (2010). Modul ini menjadi acuan pelaksanaan intervensi dan disampaikan oleh fasilitator yang telah dibekali pelatihan.

Intervensi pada kelompok eksperimen terdiri dari enam sesi pelatihan. Sesi pertama, *Orientation*, memperkenalkan pelatihan dan membangun keakraban melalui mini proyek dan diskusi mengenai *social loafing* dan kohesivitas. Sesi kedua, *From Vibes to Voices*, membahas komunikasi interpersonal dan refleksi peran dalam organisasi. Sesi ketiga, *Mission Sync*, memperkuat kesadaran akan kerja tim dan evaluasi struktur organisasi melalui permainan dan lembar kerja. Sesi keempat, *I Belong Here*, mengangkat isu identitas sosial dan keberagaman melalui refleksi, permainan, dan lembar Johari Window. Sesi kelima, *Heartfelt Memory*, menumbuhkan empati dan dukungan sosial lewat studi kasus dan permainan. Sesi terakhir, *Farewell and Evaluation*, mengevaluasi proses pelatihan dengan proyek akhir dan peer assessment, serta pengisian skala posttest.

Posttest dilakukan setelah seluruh sesi selesai, untuk mengukur efektivitas pelatihan dalam menurunkan tingkat *social loafing* pada kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Perubahan skor ini menjadi dasar evaluasi pengaruh pelatihan *Cohesion Hub*.

Untuk menganalisis data, digunakan uji *Independent Sample t-Test* guna mengetahui perbedaan rata-rata antara dua kelompok independen. Santoso (2005) menjelaskan bahwa uji ini dilakukan dengan membandingkan dua rata-rata menggunakan standar error dari selisih keduanya. Ghozali (2015) menegaskan bahwa uji ini digunakan untuk menentukan signifikansi perbedaan antara dua kelompok yang tidak berhubungan. Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak JASP agar hasil yang diperoleh lebih akurat dan objektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek pada kajian ini ialah mahasiswa yang mengikuti UKM selingkup UNP berjumlah 34 orang yang dipilih setelah dilakukan seleksi subjek dari hasil kategorisasi *pretest* serta hasil *follow-up* terkait kehadiran. Kategori subjek yang dipilih sebagai peserta ialah subjek yang mempunyai skor sangat tinggi serta tinggi. Kemudian dari 34 subjek, dibagi menjadi dua kelompok, yakni kelompok eksperimen berjumlah 17 orang serta kelompok kontrol berjumlah 17 orang.

Tabel 1. Jenis Kelamin Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	8	23,5%
Perempuan	26	76,5%
Jumlah	34	100%

Berdasarkan jenis kelamin, terlihat jika jumlah keseluruhan subjek ialah 34 orang dengan jumlah laki-laki lebih sedikit, yakni berjumlah 8 orang dengan persentase 23,5%. Di sisi lain, perempuan mendominasi penelitian dengan jumlah sejumlah 26 orang dengan persentase 76,5%.

Tabel 2. Usia Subjek Penelitian

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase
20	5	14,7%
21	12	35,3%
22	12	35,3%
23	5	14,7%
Jumlah	34	100%

Berdasarkan usia, dapat dilihat jika jumlah keseluruhan subjek ialah 34 orang dengan 5 orang di usia 20 dengan persentase 14,7%, 12 orang di usia 21 dengan persentase 35,3%,

12 orang di usia 22 tahun dengan persentase 35,3%, serta 5 orang di usia 23 tahun dengan persentase 14,7%.

Tabel 3. Asal UKM Subjek Penelitian

Asal UKM	Frekuensi	Persentase
KSR	2	11,76%
MPALH	1	5,89%
UKFF	2	11,76%
UKK	4	23,53%
UKKES	3	17,65%
UKKPK	2	11,76%
WP2SOSPOL	3	17,65%
Jumlah	34	100%

Dalam penelitian ini, tujuh Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di Universitas Negeri Padang (UNP) berpartisipasi, yaitu KSR (11,76%), MPALH (5,89%), UKFF (11,76%), UKK (23,53%), UKKES (17,65%), UKKPK (11,76%), dan WP2SOSPOL (17,65%). Dari hasil pretest yang disebarkan kepada anggota UKM UNP, terpilih 34 mahasiswa dengan skor social loafing tinggi dan sangat tinggi. Mereka dibagi secara acak ke dalam dua kelompok: 17 sebagai kelompok eksperimen dan 17 sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mengikuti pelatihan "Cohesion Hub" sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan apa pun.

Pelatihan Cohesion Hub diselenggarakan selama dua hari pada 14 dan 20 Juni 2025 di Gedung Fakultas Psikologi dan Kesehatan UNP, difasilitasi oleh Nurul Faiza, S.Psi. dan dimateri oleh Andiani Firdaus, S.Pd. Pelatihan bertujuan menurunkan tingkat social loafing dengan meningkatkan kohesivitas kelompok, mencakup aspek social, task, emotional, dan perceived cohesion.

Hari pertama pelatihan dibuka dengan sesi Orientation. Peserta dikenalkan melalui ice breaking "Misi Rahasia Krabby Patty", lalu mengerjakan mini project "Satu Solusi, Banyak Sudut Pandang" dari tiga perspektif dalam organisasi. Peserta juga menerima materi tentang social loafing dan kohesivitas, serta mengisi lembar kerja refleksi. Sesi kedua, "From Vibes to Voices", membahas komunikasi interpersonal dan efektivitas komunikasi dalam organisasi. Peserta juga menyusun analisis SWOT UKM mereka. Sesi ketiga, "Mission Sync", menekankan pentingnya teamwork melalui permainan puzzle dan evaluasi peran dalam struktur UKM masing-masing.

Hari kedua diawali dengan ulasan hari pertama. Sesi keempat, "I Belong Here", berfokus pada identitas sosial. Melalui permainan "Tebak Siapa Gue", peserta merefleksikan keberagaman identitas dalam organisasi, disusul pengisian Johari Window untuk memahami peran diri. Sesi kelima, "Heartfelt Harmony", memusatkan perhatian pada empati dan dukungan emosional melalui diskusi kasus dan permainan cerita rantai. Sesi terakhir, "Farewell and Evaluation", mengulang mini project sesi pertama namun dengan skenario baru. Fasilitator mengobservasi dinamika kelompok, diikuti dengan peer assessment, evaluasi pelatihan, dan posttest.

Selama pelatihan, peserta menunjukkan antusiasme tinggi, khususnya dalam sesi kelompok. Meskipun ada beberapa gangguan seperti penggunaan gadget, secara keseluruhan peserta aktif bertanya, berdiskusi, dan membangun hubungan sosial yang lebih kuat. Perubahan positif dalam komunikasi, kerja sama, dan keterikatan kelompok menjadi indikasi awal bahwa pelatihan berdampak terhadap peningkatan kohesivitas dan kemungkinan penurunan social loafing.

Kategorisasi pada kajian ini dilakukan setelah pemberian *pretest*. Hal ini dilakukan untuk menentukan subjek yang memenuhi kriteria sebagai peserta pelatihan. Terdapat lima kategori subjek pada kajian ini, yakni:

Tabel 4. Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Sangat Rendah	$X \leq M - 1,5 \text{ SD}$
Rendah	$M - 1,5 \text{ SD} < X \leq M - 0,5 \text{ SD}$
Sedang	$M - 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 0,5 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 0,5 \text{ SD} < X \leq M + 1,5 \text{ SD}$
Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 \text{ SD}$

Terdapat 18 aitem yang dipergunakan dalam skala *social loafing* yang diberi skor 1, 2, 3, 4, serta 5. Dengan demikian, skor terendah yang didapatkan ialah $1 \times 18 = 18$ serta skor tertinggi ialah $5 \times 18 = 90$. *Range* skor ialah $90 - 18 = 72$, *mean* nya ialah $(18 + 90) / 2 = 54$ serta standar deviasinya $72 / 6 = 12$. Skor *pretest* kemudian dikategorisasikan seperti tabel berikut ini:

Tabel 5. Kategorisasi Hasil *Pretest*

Skor	Kategorisasikan	Frekuensi	Persentase
$X \leq 36$	Sangat Rendah	3	5%
$36 < X \leq 48$	Rendah	7	11,67%
$48 < X \leq 60$	Sedang	1	1,66%
$60 < X \leq 72$	Tinggi	15	25%
$X > 72$	Sangat Tinggi	34	56,67%
Total		60	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi *pretest* di atas, terdapat tiga orang dengan kategorisasi sangat rendah, tujuh orang dengan kategorisasi rendah, satu orang dengan kategorisasi sedang, 15 orang dengan kategorisasi tinggi, serta 34 orang dengan kategorisasi sangat tinggi. Kemudian dari 60 orang yang mengisi *pretest* dipilih subjek yang mempunyai kategorisasi tinggi serta sangat tinggi yang kemudian setelah dilakukan *follow-up* terkait kehadiran, terpilih 34 orang yang menjadi peserta pelatihan *Cohesion Hub* dengan 17 orang ditetapkan sebagai kelompok eksperimen serta 17 orang ditetapkan sebagai kelompok kontrol.

Setelah diberikan perlakuan berupa pelatihan *Cohesion Hub*, para peserta diberikan *posttest*. Skor *posttest* untuk kelompok eksperimen serta kelompok kontrol kemudian dikategorisasikan sebagai berikut:

Tabel 6. Kategorisasi Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen

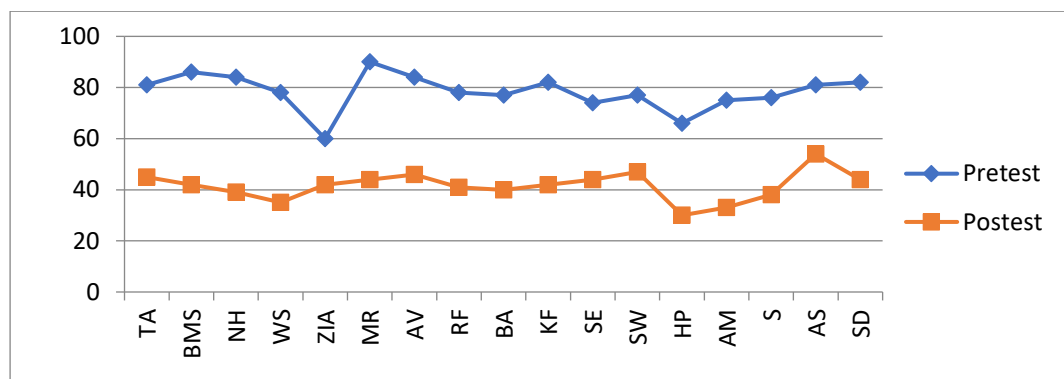
Skor	Kategorisasikan	Frekuensi	Persentase
$X \leq 36$	Sangat Rendah	3	17,65%
$36 < X \leq 48$	Rendah	13	76,47%
$48 < X \leq 60$	Sedang	1	5,88%
$60 < X \leq 72$	Tinggi	-	-
$X > 72$	Sangat Tinggi	-	-
Total		17	100%

Dalam hasil *posttest* kelompok eksperimen diatas terdapat tiga orang dengan skor sangat rendah dengan presentase 17,65%, 13 orang dengan skor rendah dengan presentase 76,47%, serta satu orang dengan skor sedang dengan presentase 5,88%. Total peserta kelompok eksperimen ialah 17 orang.

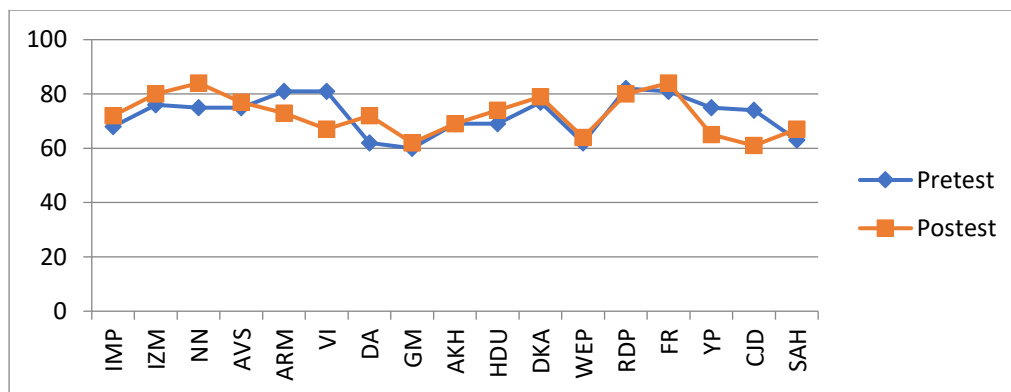
Tabel 7. Kategorisasi Hasil *Posttest* Kelompok Kontrol

Skor	Kategorisasikan	Frekuensi	Persentase
$X \leq 36$	Sangat Rendah	-	-
$36 < X \leq 48$	Rendah	-	-
$48 < X \leq 60$	Sedang	-	-
$60 < X \leq 72$	Tinggi	9	52,94%
$X > 72$	Sangat Tinggi	8	47,06%
Total		17	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi *posttest* kelompok kontrol diatas terdapat sembilan orang dengan kategorisasi tinggi dengan presentasi 52,94% serta delapan orang dengan kategorisasi sangat tinggi dengan presentase 47,06%. Total keseluruhan peserta kelompok kontrol ialah 17 orang. Berikut ini ialah hasil visualisasi data yang didapatkan oleh peneliti, antara lain:

Gambar 1. Grafik *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Berdasarkan grafik di atas dapat dilihat jika terdapat adanya perbedaan nilai skor antara *pretest* serta *posttest* kelompok eksperimen yang dapat dilihat pada perbandingan grafik di atas, dimana nilai *posttest* mengalami peningkatan skor dibandingkan dengan skor *pretest* sebelumnya.



Gambar 2. Grafik *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil grafik di atas, terlihat perbandingan antara nilai skor *pretest* serta *posttest* pada kelompok kontrol, dimana perbedaan skor yang diperoleh tidak berbeda secara signifikan serta hanya 6 peserta yang mempunyai penurunan skor.

Tabel 8. Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics				
	Pretest Eksperimen	Posttest Eksperimen	Pretest Kontrol	Posttest Kontrol
Valid	17	17	17	17
Mean	78.294	41.529	72.353	72.353
Std. Deviation	7.192	5.625	7.382	7.441

Berdasarkan hasil analisis tabel statistik deskriptif menggunakan aplikasi JASP, diketahui bahwa nilai rata-rata (mean) pada kelompok eksperimen saat *pretest* adalah 78,294, dan menurun menjadi 41,529 pada *posttest*. Sementara itu, kelompok kontrol memiliki nilai rata-rata yang sama pada *pretest* dan *posttest*, yaitu sebesar 72,353. Sebelum dilakukan analisis inferensial lebih lanjut, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk memastikan bahwa data memiliki distribusi normal. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah Shapiro-Wilk, yang dijalankan dengan bantuan aplikasi JASP. Data dinyatakan terdistribusi normal apabila nilai signifikansi p lebih dari 0,05.

Tabel 9. Uji Normalitas

	Pretest Eksperimen	Post test Eksperimen	Pretest Kontrol	Posttest Kontrol
Valid	17	17	17	17
Std. Deviation	7.192	5.625	7.382	7.441
Shapiro-Wilk	0.924	0.966	0.910	0.950
P-value of Shapiro-Wilk	0.171	0.744	0.100	0.456

Pada tabel uji normalitas di atas, terlihat bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini terdistribusi normal. Hal tersebut ditunjukkan oleh nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$), yang menandakan bahwa distribusi data memenuhi asumsi normalitas. Setelah uji normalitas terpenuhi, dilakukan pula uji homogenitas untuk mengetahui apakah varians antara kelompok yang diteliti bersifat homogen atau tidak. Uji homogenitas ini menggunakan uji Levene, dengan kriteria bahwa data dikatakan homogen apabila nilai signifikansi juga lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$).

Tabel 10. Uji Homogenitas

Test of Equality of Variances (Levene's)				
	F	df1	df2	p
Pretest	0.628	1	32	0.434
Posttest	2.455	1	32	0.127

Setelah uji normalitas terpenuhi, dilakukan pula uji homogenitas untuk mengetahui apakah varians antara kelompok yang diteliti bersifat homogen atau tidak. Uji homogenitas ini menggunakan uji Levene, dengan kriteria bahwa data dikatakan homogen apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 ($p > 0,05$). Berdasarkan tabel uji homogenitas, diperoleh nilai p pada *pretest* kelompok eksperimen dan kontrol sebesar 0,434, serta nilai *posttest* sebesar 0,127. Nilai tersebut menunjukkan bahwa data pada *pretest* dan *posttest* memiliki varians yang homogen.

Setelah asumsi normalitas dan homogenitas terpenuhi, tahap selanjutnya adalah uji hipotesis. Uji ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas dari intervensi yang dilakukan serta untuk menguji kebenaran hipotesis yang telah dirumuskan. Dalam penelitian ini, uji hipotesis dilakukan menggunakan *independent sample t-test*, dengan bantuan aplikasi JASP. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_0 : Pelatihan "*Cohesian Hub*" tidak terbukti efektif dalam mengurangi *social loafing* pada anggota UKM UNP

H_a : Pelatihan "*Cohesian Hub*" terbukti efektif dalam mengurangi *social loafing* pada anggota UKM UNP

Tabel 11. Uji Hipotesis

Independent Samples T-Test			
	T	df	p
Pretest	2.377	32	0.988
Posttest	-13.625	32	< .001

Pada tabel uji hipotesis di atas, terlihat jika nilai p yang didapatkan oleh *pretest* kedua kelompok sejumlah 0,988. Hasil ini menunjukkan jika nilai p lebih besar dari 0,05, dimana tidak adanya perubahan yang signifikan pada nilai *pretest* karena belum diberikan perlakuan. Sedangkan pada *posttest* didapatkan nilai p sejumlah 0,001, dimana p yang didapatkan kurang dari 0,05. Hal ini menunjukkan jika hasil yang didapatkan setelah diberikan perlakuan terbukti mempunyai perubahan yang signifikan yang berarti H_a diterima serta H_0 ditolak.

Uji efektivitas dilakukan untuk melihat apakah perlakuan yang diberikan terbukti efektif maupun tidak. Adapun norma yang dibuat oleh (Cohen, 1988), ialah sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Kategorisasi Effect Size

Range Effect Size	Kategori
$X \leq 0,2$ atau $0,2 \geq x \leq 0,4$	Efektivitas Kecil
$0,5 \geq X \leq 0,7$	Efektivitas Sedang
$X \geq 0,8$	Efektivitas Besar

Berdasarkan tabel norma efektivitas diatas kemudian disesuaikan dengan tabel perhitungan di bawah ini

Tabel 13. Uji Efektivitas

	Cohen's d	SE Cohen's d
Pretest	0.815	0.370
Posttest	4.673	0.872

Pembahasan

Pelatihan *Cohesion Hub* terbukti efektif menurunkan *social loafing* pada anggota UKM Universitas Negeri Padang. Hasil *independent sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol setelah intervensi, sementara pada *pretest* tidak ada perbedaan signifikan. Pelatihan ini dirancang berdasarkan teori kohesivitas kelompok (Forsyth, 2010) dan mencakup empat aspek: *social*, *task*, *emotional*, dan *perceived cohesion*, yang diberikan melalui refleksi, diskusi, workshop, *project*, dan evaluasi kelompok.

Temuan ini konsisten dengan penelitian (Aulia dkk., 2013), bahwa kohesivitas menekan *social loafing* melalui efikasi diri dan keterlibatan anggota. Fajrin & Abdurrohman (2018) menambahkan bahwa rendahnya kohesivitas meningkatkan *social loafing* akibat kurangnya

keterikatan emosional dan tanggung jawab. (Pradina & Maryam, 2024) menyatakan bahwa peningkatan kohesivitas melalui pelatihan kolaboratif menurunkan kecenderungan *social loafing*, karena adanya kejelasan peran dan hubungan interpersonal positif. Pelatihan *Cohesion Hub* ini sangat efektif menurunkan *social loafing* karena menyoroti aspek kognitif, afektif, dan sosial, membangun kepercayaan, tanggung jawab, serta rasa memiliki terhadap kelompok.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memperkuat teori *Collective Effort Model* yang dikemukakan oleh Karau & Williams (1993), yang menyatakan bahwa individu akan memaksimalkan kontribusinya jika merasa perannya penting dan jika kelompok memiliki struktur yang mendukung partisipasi aktif. Pelatihan *Cohesion Hub* menciptakan kondisi tersebut melalui pengalaman langsung dalam membangun kohesivitas tim. Pelatihan ini menjadi ruang refleksi sekaligus penguatan kapasitas sosial, sehingga individu tidak hanya memahami pentingnya kerja sama, tetapi juga mengalami dan mempraktikkannya secara langsung.

Lebih lanjut, teori pembelajaran sosial Bandura (1977) juga memperkuat temuan ini. Bandura menjelaskan bahwa individu belajar melalui observasi dan modeling dari perilaku orang lain. Dalam pelatihan ini, peserta mengamati dan meniru rekan yang aktif, komunikatif, serta kolaboratif, sehingga terbentuk norma positif dalam kelompok. Pelatihan juga meningkatkan *self-efficacy* peserta melalui pengalaman langsung, dukungan dari fasilitator, dan keberhasilan teman sebaya, yang semuanya mendorong keterlibatan aktif dan mengurangi *social loafing*. Dengan kata lain, perubahan perilaku peserta terjadi melalui proses belajar sosial yang efektif dan terarah.

Dengan demikian, pelatihan ini dapat direkomendasikan sebagai intervensi strategis dalam konteks pengembangan organisasi kemahasiswaan. Bagi pihak kampus atau lembaga pembina organisasi, *Cohesion Hub* dapat menjadi program unggulan untuk membentuk tim yang solid, produktif, dan memiliki etika kerja kolektif yang tinggi. Mengingat bahwa tantangan dalam organisasi mahasiswa tidak hanya menyangkut aspek teknis, tetapi juga dinamika sosial dan psikologis, maka pelatihan berbasis kohesivitas ini mampu menjadi solusi jangka panjang dalam memperkuat manajemen organisasi secara keseluruhan.

SIMPULAN

Fenomena *social loafing* merupakan isu nyata di organisasi kemahasiswaan, khususnya UKM Universitas Negeri Padang, yang berdampak pada efektivitas tim dan produktivitas organisasi. Oleh karena itu, intervensi berbasis kohesivitas kelompok dianggap penting sebagai solusi. Penelitian ini mengembangkan dan menguji pelatihan *Cohesion Hub* untuk meningkatkan *task, social, emotional*, dan *perceived cohesion* dalam tim. Melalui desain kuasi-eksperimen, pelatihan terbukti efektif menurunkan *social loafing* berdasarkan perbedaan signifikan pada hasil *posttest* antara kelompok eksperimen dan kontrol. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya (Aulia dkk., 2013) (Fajrin & Abdurrohman, 2018) (Pradina & Maryam, 2024) yang menekankan pentingnya kohesivitas dalam menekan *social loafing*. *Cohesion Hub* direkomendasikan sebagai strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan kolaborasi di organisasi mahasiswa. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat hubungan antara kohesivitas dan *social loafing*, serta menawarkan model pelatihan yang adaptif; secara praktis, pelatihan ini dapat digunakan dalam pengembangan kapasitas organisasi kemahasiswaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, B. R., & Prihatsanti, U. (2017). Hubungan antara Psychological Capital dengan Komitmen Organisasi Pada Mahasiswa UNDIP. *Jurnal Empati, Oktober, 6*(4), 185–194. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2017.20030>
- Agata, G., Hariadi, L., & Permitasari, I. R. A. (2023). Harga Diri dan Kohesivitas Kelompok terhadap Social Loafing pada Mahasiswa FBB UNTAG 1945 Semarang. *Psikologi Prima, 6*(2), 79–85. <https://doi.org/https://doi.org/10.34012/psychoprime.v6i2.3880>
- Andira, T. P., & Kurniawan, R. (2024). Social Loafing pada Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Negeri Padang Menggunakan Pendekatan Thematic Analysis. *YASIN, 4*(3), 239–260. <https://doi.org/10.58578/yasin.v4i3.2902>
- Aulia, H., & Saloom, G. (2013). Pengaruh Kohesivitas Kelompok dan Self Efficacy Terhadap Social Loafing pada Anggota Organisasi Kedaerahan di Lingkungan Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *TAZKIYA Journal of Psychology, 18*(1), 79. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v18i1.9378>
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1977). Social Learning Theory. In *Social learning theory*. Oxford, England: England: Prentice-Hall.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.

- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis For The Behavioral Sciences* (2nd Edition). New York: New York: L. Erlbaum Associates.
<https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9780203771587>
- Delano, T. Z. (2022). *Pengaruh Kohesivitas Kelompok terhadap Social Loafing pada Anggota Organisasi Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta* (Universitas Negeri Jakarta). Universitas Negeri Jakarta. Diambil dari <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/35640>
- Fajrin, N., & Abdurrohman. (2018). Hubungan Kohesivitas dan Social Loafing dalam Pengerjaan Tugas Berkelompok pada Mahasiswa Psikologi Universitas Airlangga. *Proyeksi*, 13(2), 187–196.
- Forsyth, D. R. (2010). *Group Dynamics* (5th ed.). California: Wadsworth Cengage Learning.
- Ghozali, I. (2015). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Diambil dari http://slims.umn.ac.id//index.php?p=show_detail&id=14616
- Gomes, F. C. (2003). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta : Andi.
- Hartaji, D. (2012). *Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Orangtua*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Guna Darma.
- Hoigaard, R., Tofteland, I., & Ommundsen, Y. (2006). The Effect of Team Cohesion on Social Loafing in Relay Teams. *International Journal of Applied Sport Sciences*, 18(1), 59–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1046496406287311>
- Indonesia, P. P. Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 30 Tahun 1990 tentang Pendidikan Tinggi. , Pub. L. No. 30, Jakarta (1990). Indonesia.
- Karau, S. J., & Williams, K. D. (1993). Social loafing: A meta-analytic review and theoretical integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65(4), 681–706. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.65.4.681>
- Kementerian Pendidikan, K. dan R. *Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 155 Tahun 1998 Tentang Pedoman Umum Organisasi Kemahasiswaan di Perguruan Tinggi*. , Pub. L. No. 155 (1998). Indonesia.
- Kotimah, C., & Laksmiwati, H. (2021). Hubungan Antara Kohesivitas Kelompok Dengan Kecenderungan Social Loafing Pada Mahasiswa Selama Masa Pembelajaran Daring. *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 101–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/cjpp.v8i3.41180>
- Latané, B., Williams, K., & Harkins, S. (1979). Many Hands Make Light The Work: The Causes and Consequences of Social Loafing. *Journal of Personality and Social Psychology*,

37(6), 822–832. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.37.6.822>

Munandar, A. S. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI press.

Myers, D. G. (2012). *Psikologi Sosial* (10 ed.). Jakarta :Salemba Humanika.

Newstrom, J. W., & Davis, K. (2002). *Organizational Behavior: Human Behavior at Work* (11 ed.). New York: McGrawHill Higher Education.

Robbins, S. P. (2002). *Prinsip-Prinsip Perilaku Organisasi* (5 ed., Vol. 71). Jakarta : Penerbit Erlangga.

Santoso, S. (2005). *Menguasai Statistik di Era Informasi dengan SPSS 12*. Jakarta: Jakarta: Elex Media Komputindo.

Universitas Negeri Padang. *Surat Keputusan Rektor Universitas Negeri Padang No. 270/UN35/KM/2019 Tentang Undang-Undang Keluarga Mahasiswa Universitas Negeri Padang.* , Pub. L. No. 270. Indonesia.