

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU *CYBERLOAFING*
PADA KARYAWAN CV SEMPURNA ACEH SINGKIL**

SKRIPSI

Diajukan Oleh

**NURMAIDAH
NIM. 160901118**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1441 H / 2020 M**

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU *CYBERLOAFING*
PADA KARYAWAN CV SEMPURNA ACEH SINGKIL**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh

**NURMAIDAH
NIM. 160901118**

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Safrilsyah S.Ag., M.Si
NIP. 197004201997031001


Cut Rizka Aliana S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU *CYBERLOAFING*
PADA KARYAWAN CV SEMPURNA ACEH SINGKIL**

SKRIPSI

**Telah Dinilai Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Diajukan Oleh:

**NURMAIDAH
NIM. 160901118**

Pada Hari, Tanggal: Sabtu, 29 Agustus 2020

Panitia Ujian Munaqasyah Skripsi

Ketua,


Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si
NIP. 197004201997031001

Sekretaris,


Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014

Penguji I,

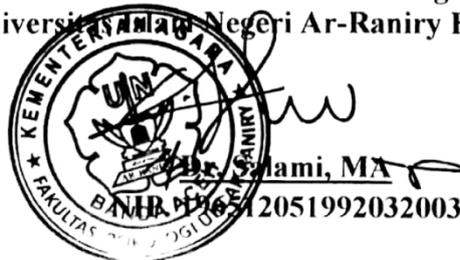

Barmawi, S. Ag., M.Si - R A N I
NIP. 19700103201411022

Penguji II



Rusfur Ridha, M.Psi., Psikolog
NIDN. 9901002300

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh**



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 25 Agustus 2020
Yang menyatakan,




Nurmaidah
NIM. 160901118

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'alaikum warahmatullahi Wabarakatuh

Segala Puji Syukur bagi Allah SWT, yang maha pengasih, penyayang serta memberikan hindayah, nikmat dan kesempatan bagi penulis sehingga penulis bisa belajar dan menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil”. Yang disusun untuk memenuhi syarat guna memperoleh Gelar Strata 1(S-1) Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan, masukan, serta pelajaran. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebanyak-banyaknya kepada:

1. Kepada Dr. Salami MA, selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
2. Kepada Bapak Dr. Sافرلسyah S.Ag.,M,Si, selaku Ketua Prodi Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh dan selaku pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.

3. Kepada Ibu Cut Rizka Aliana S.Psi., M.Si, selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kepada Bapak Barmawi, selaku sekretaris Prodi Psikologi UIN Ar-raniry Banda Aceh.
5. Kepada Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh atas segala kesabaran dan keikhlasannya untuk memberikan ilmu-ilmu kepada penulis, dan seluruh karyawan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
6. Terimakasih kepada Ibu Fatmawati, selaku penasehat akademik yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
7. Terimakasih kepada kedua orangtua saya, yang selalu mendoakan dan memberi semangat dan dukungan kepada saya. Kepada keluargaku tercinta kakak, abang dan keponakan-keponakan tersayang yang selalu memberi semangat dan penyembuh lelahku.
8. Terimakasih kepada semua teman-teman Nova Yuliana, Rizki Fadhila, Anita Sunelvia Dewi, Jus Aida, Rifa Ulva Depi, Sri Mauliza, Khairunnisa, Rafita Yelli, dan semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini, semoga Allah membalas jasa-jasanya.

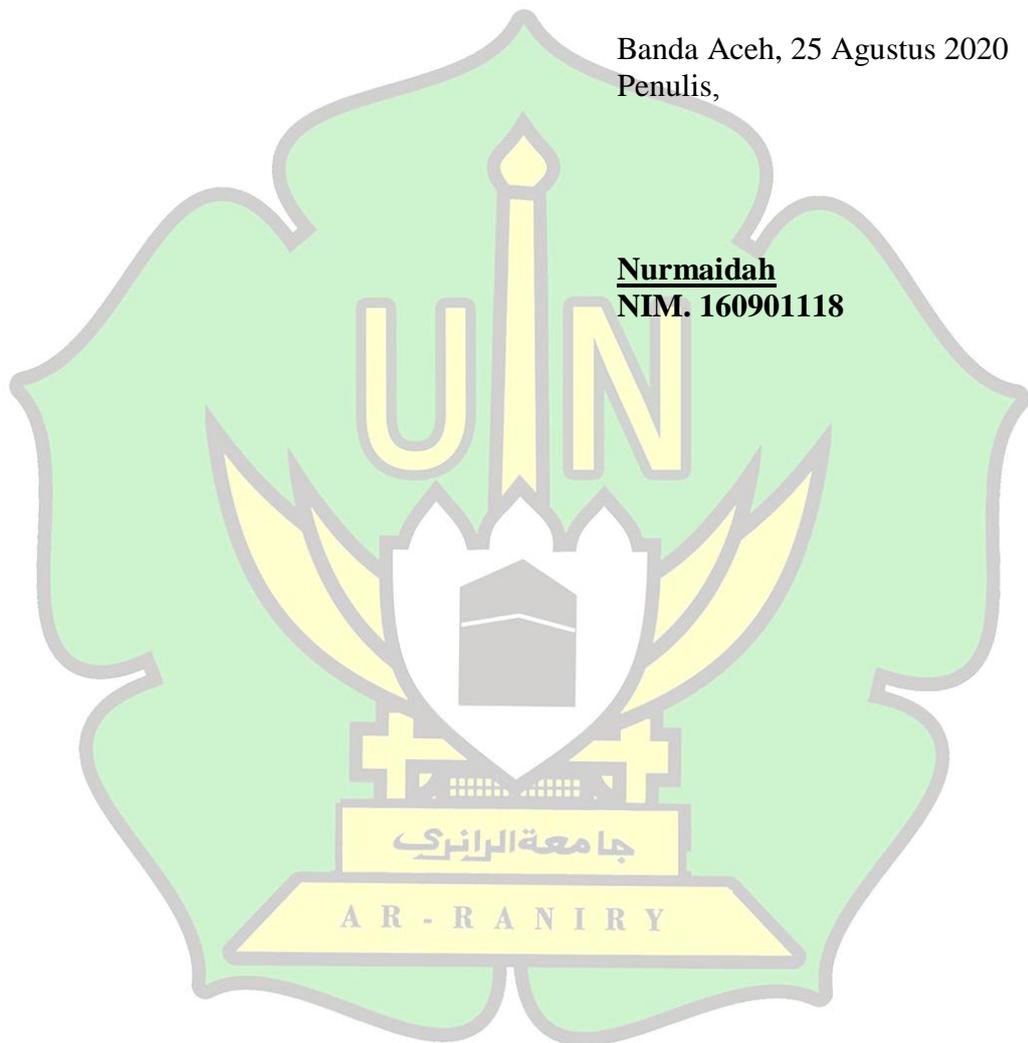
Terlepas dari itu, penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu dengan tangan terbuka penulis menerima segala kritik dan saran yang dapat dijadikan masukan guna memperbaiki di masa yang akan datang. Akhir kata

penulis berharap agar skripsi ini bisa mencapai maksud yang diinginkan dan bermanfaat bagi banyak orang.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Banda Aceh, 25 Agustus 2020
Penulis,

Nurmaidah
NIM. 160901118

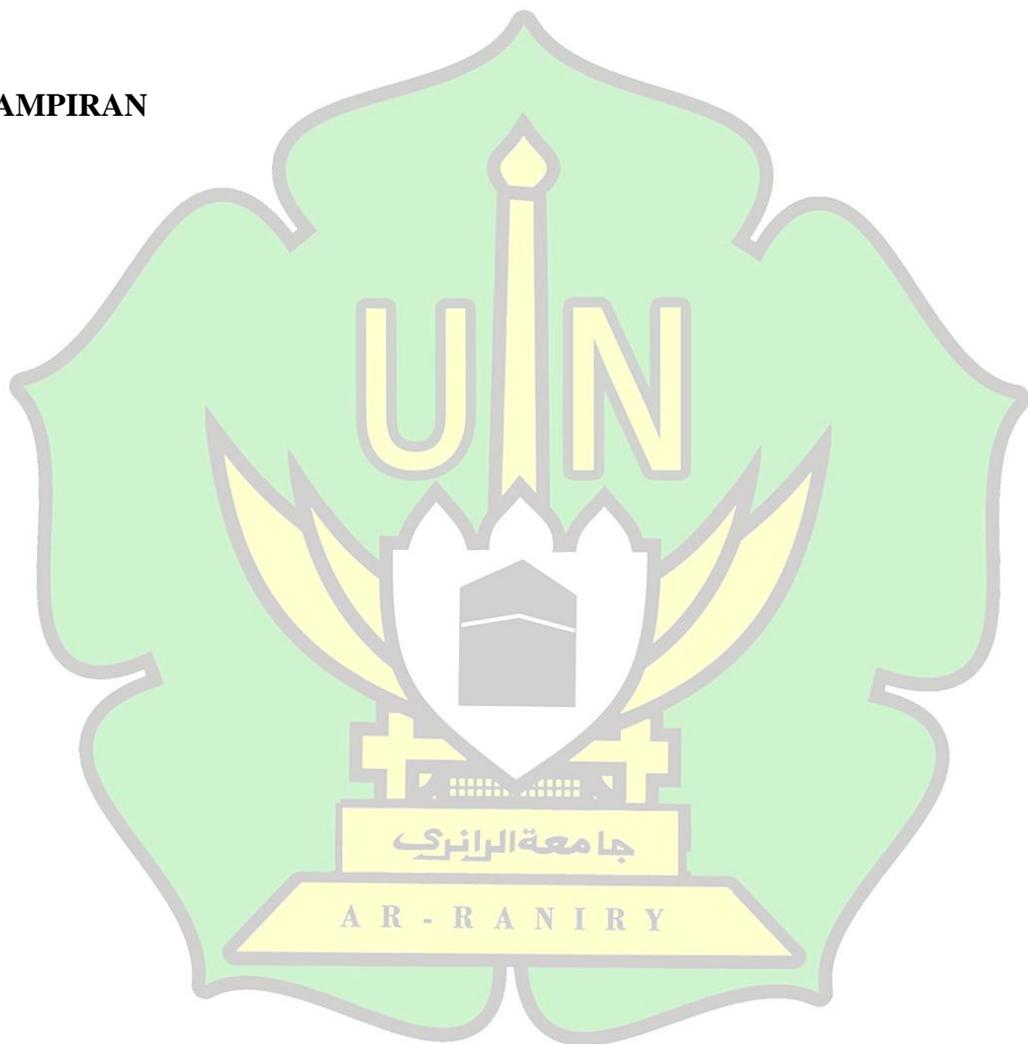


DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis	7
2. Manfaat Praktis	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	12
A. Kontrol Diri.....	12
1. Definisi Kontrol Diri	12
2. Aspek Kontrol Diri.....	13
3. Faktor-faktor Kontrol Diri.....	15
B. Perilaku <i>Cyberloafing</i>	16
1. Definisi <i>Cyberloafing</i>	16
2. Bentuk Aktivitas Perilaku <i>Cyberloafing</i>	17
3. Kategori Perilaku <i>Cyberloafing</i>	19
4. Fakor-faktor <i>Cyberloafing</i>	19
C. Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku <i>Cyberloafing</i>	20
D. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Pendekatan dan Metode Penelitian	23
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	23
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	24
D. Subjek Penelitian.....	24
E. Teknik Pengumpulan Data	25
F. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	33
G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	44

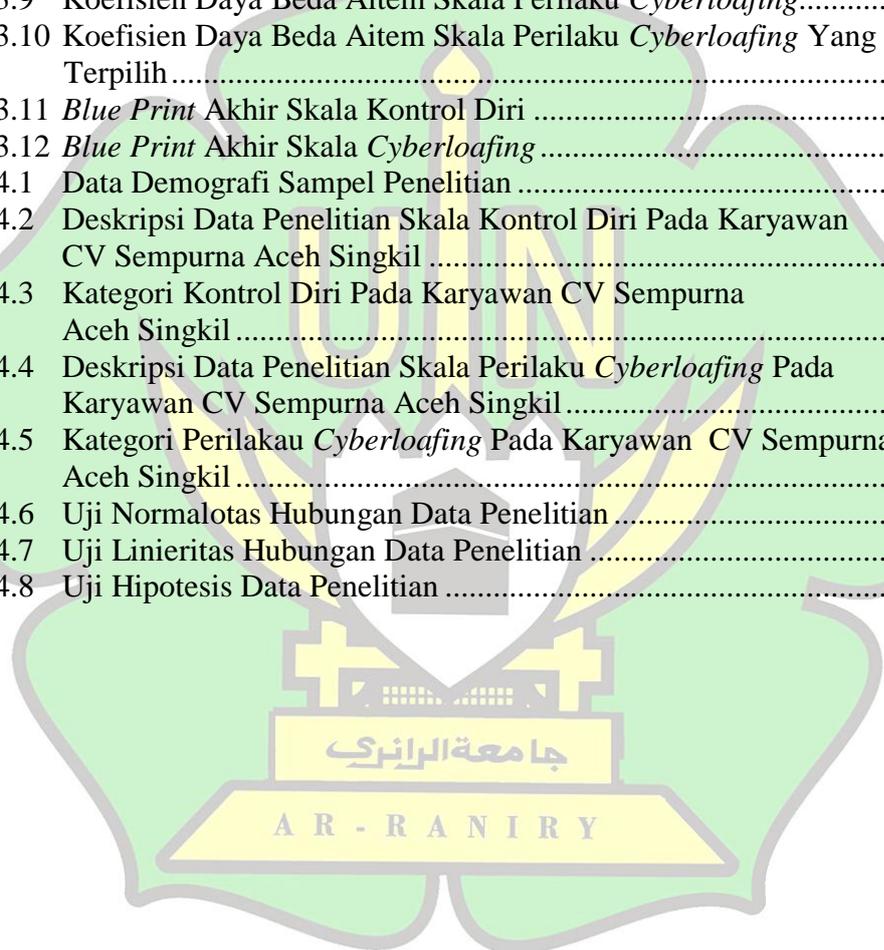
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Deskripsi Subjek Penelitian	48
B. Hasil Penelitian	49
C. Pembahasan.....	58
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	64

LAMPIRAN



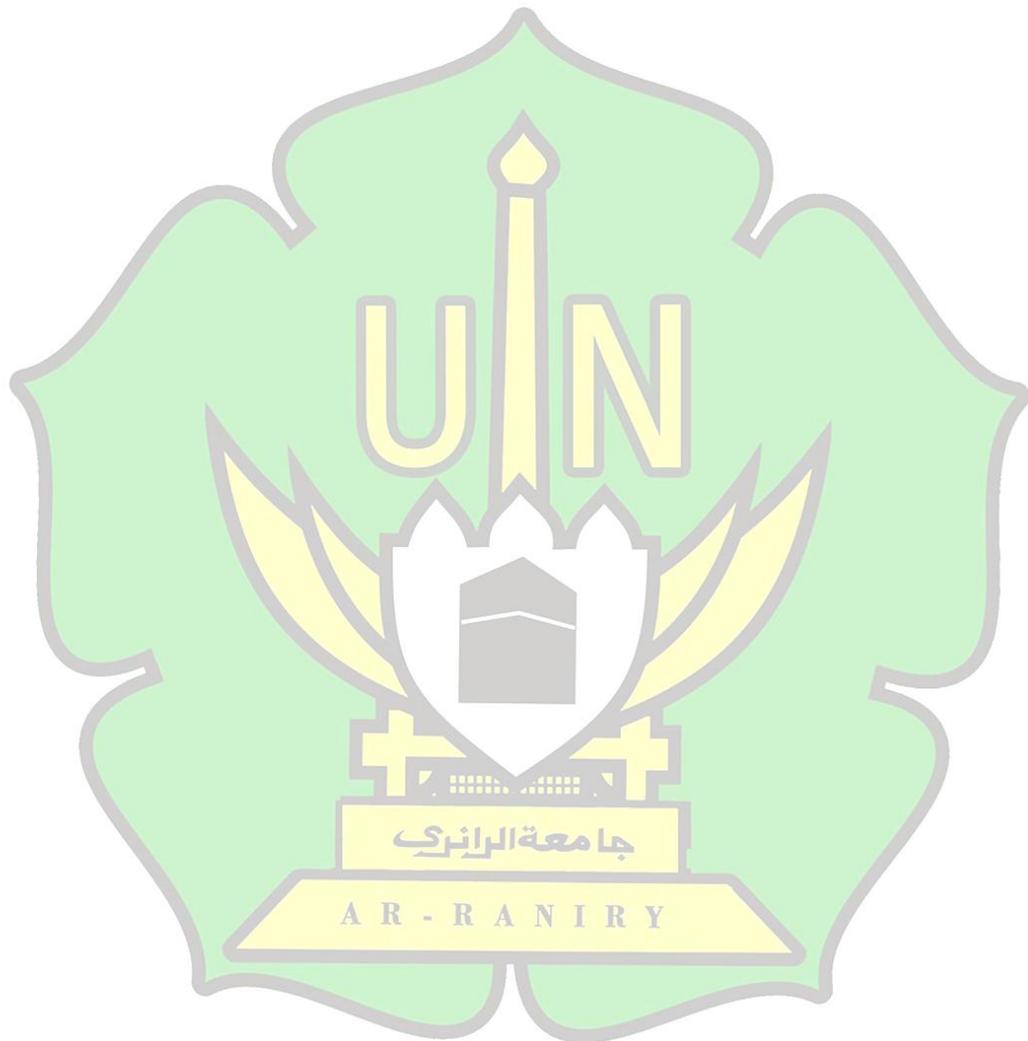
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Spesifikasi Skala Kontrol Diri.....	29
Tabel 3.2	Skor Aitem Skala Kontrol Diri.....	30
Tabel 3.3	Spesifikasi Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	32
Tabel 3.4	Skor Aitem Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	33
Tabel 3.5	Koefisien CVR Skala Kontrol Diri.....	35
Tabel 3.6	Koefisien CVR Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	35
Tabel 3.7	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kontrol Diri	37
Tabel 3.8	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kontrol Diri Yang Terpilih....	38
Tabel 3.9	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	39
Tabel 3.10	Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Yang Terpilih.....	40
Tabel 3.11	<i>Blue Print</i> Akhir Skala Kontrol Diri	41
Tabel 3.12	<i>Blue Print</i> Akhir Skala <i>Cyberloafing</i>	43
Tabel 4.1	Data Demografi Sampel Penelitian	48
Tabel 4.2	Deskripsi Data Penelitian Skala Kontrol Diri Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil	50
Tabel 4.3	Kategori Kontrol Diri Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil	52
Tabel 4.4	Deskripsi Data Penelitian Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.....	53
Tabel 4.5	Kategori Perilaku <i>Cyberloafing</i> Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil	54
Tabel 4.6	Uji Normalitas Hubungan Data Penelitian	55
Tabel 4.7	Uji Linieritas Hubungan Data Penelitian	56
Tabel 4.8	Uji Hipotesis Data Penelitian	57



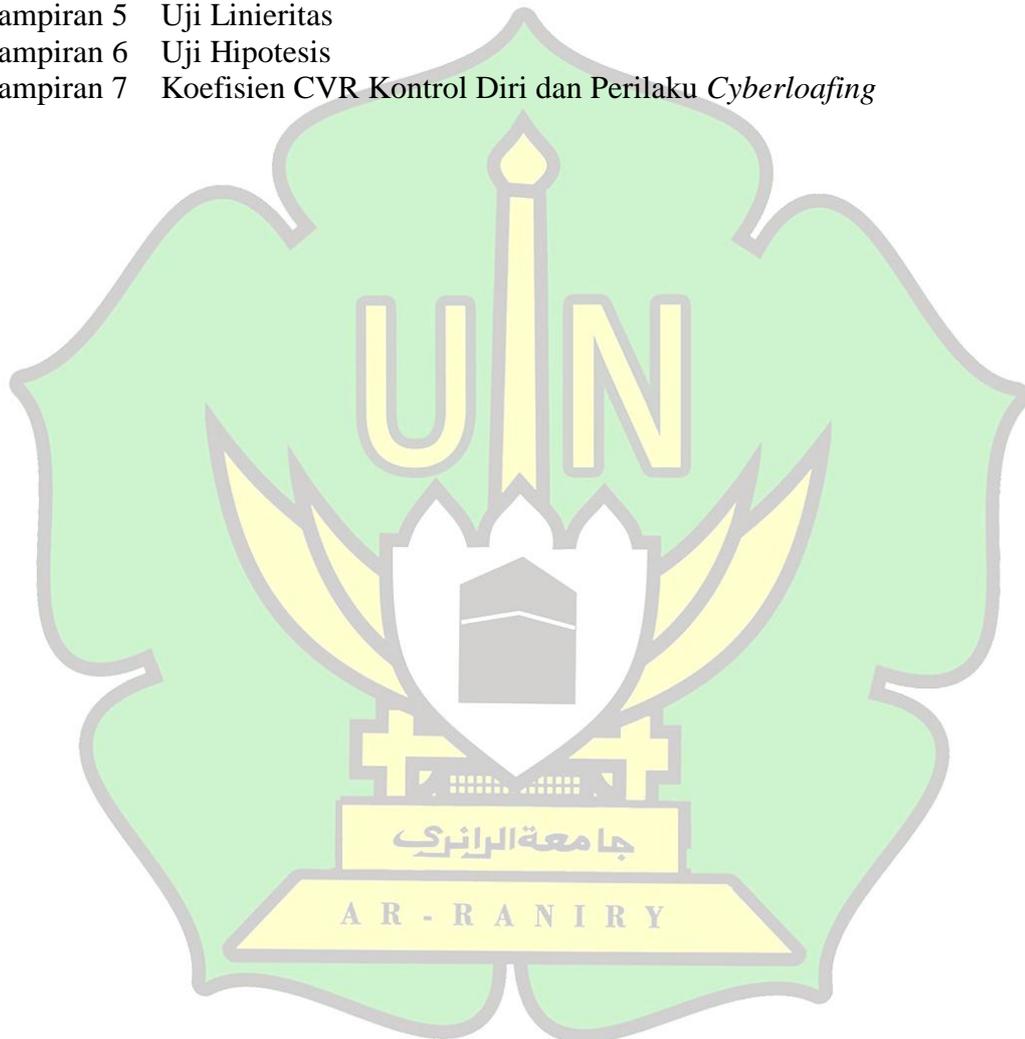
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangkam Berpikir Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku <i>Cyberloafing</i> Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil	22
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Skala Kontrol Diri dan Perilaku *Cyberloafing*
- Lampiran 2 Tabulasi Data Uji Coba Skala Kontrol Diri dan Perilaku *Cyberloafing*
- Lampiran 3 Koefisien Korelasi Aitem Total Kontrol Diri dan Perilaku *Cyberloafing*
- Lampiran 4 Uji Normalitas
- Lampiran 5 Uji Linieritas
- Lampiran 6 Uji Hipotesis
- Lampiran 7 Koefisien CVR Kontrol Diri dan Perilaku *Cyberloafing*

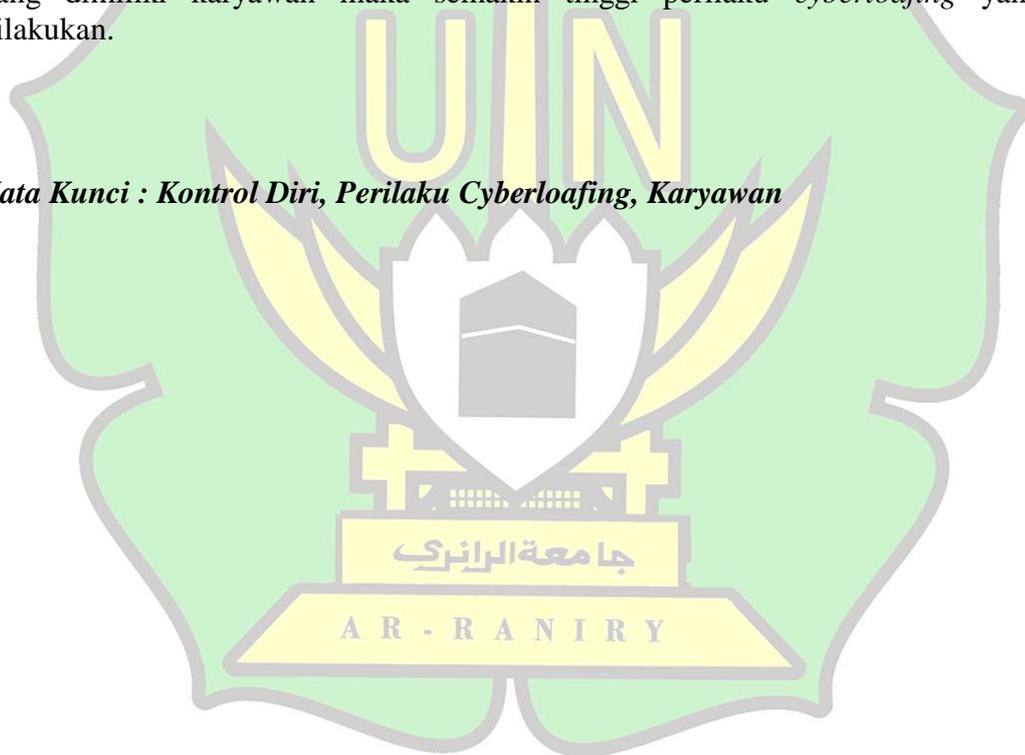


Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif berjenis korelasi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan skala kontrol diri dengan skala perilaku *cyberloafing*. Penarikan sampel dengan menggunakan metode *sampling* jenuh. Jumlah sampel dari penelitian ini sebanyak 40 karyawan yang merupakan jumlah populasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang terjadi antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* ($r = -0,733$ dan $p = 0,000$) dibuktikan dari hasil perhitungan *product moment pearson*. Hal ini berarti semakin rendah kontrol diri yang dimiliki karyawan maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.

Kata Kunci : *Kontrol Diri, Perilaku Cyberloafing, Karyawan*



Relationship Between Self Control and Cyberloafing Behavior On CV Sempurna Employees

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine whether there is a correlation between self control and cyberloafing behavior on CV Sempurna employees. This research is a quantitative research with correlation model. The data collection technique in this research were self control scale and cyberloafing behavior scale. Sampling using a sampling method saturated. The subject of this study amounted to 40 employees, which is the total population. The results showed there was a negative correlation between self control with the cyberloafing behavior ($r = - 0,733$ dan $p = 0,000$) from the calculation of product moment pearson. This means the low self control owned employee the higher cyberloafing behavior done.

Keywords : Self Control, Cyberloafing Behavior, Employees



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat ini internet merupakan kebutuhan bagi seluruh kalangan seperti masyarakat umum, pelajar, ibu rumah tangga bahkan karyawan perusahaan. Menurut hasil survey yang diselenggarakan oleh APJII pada tahun 2014, sebagian besar pengguna internet Indonesia adalah orang yang bekerja dan tempat kerja merupakan urutan kedua sebagai tempat yang paling sering menggunakan internet. Internet merupakan kebutuhan yang sangat penting bagi karyawan, karena dapat membantu keefektifan dan keefisienan operasional perusahaan (Oktapiansyah, 2018, hlm. 1).

Internet adalah bagian dari bidang informasi dan teknologi yang semakin canggih dari masa ke masa dan telah menjadi alat komunikasi yang digunakan pada saat ini (Putri & Sokang, 2017, hlm. 9). Penggunaan internet dapat diakses dimana saja, Hampir seluruh instansi atau perusahaan menyediakan fasilitas untuk memudahkan karyawan melakukan tindakan yang dapat menguntungkan perusahaan atau instansi. Fasilitas internet yang disediakan oleh perusahaan adalah *WI-FI (Wireless Fidelity)* yang dapat digunakan di berbagai perangkat, seperti laptop ataupun *smartphone*. Dengan menggunakan internet, karyawan lebih mudah memperoleh informasi, melakukan promosi barang dan jasa secara meluas dan memudahkan komunikasi antar perusahaan.

Namun, seringkali fasilitas internet ini disalahgunakan untuk kepentingan pribadi seperti untuk memeriksa *e-mail*, *chatting*, belanja *online*, mengunduh *file*, membaca berita *online* atau *blog* yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan (Varol & Yildirim, 2017, hlm. 129). Oktapiansyah (2018, hlm. 3) menemukan fenomena bahwasanya banyak karyawan yang menggunakan fasilitas internet kantor untuk membuka sosial media pribadi. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Ardilasari (2016, hlm. 2) rata-rata karyawan menghabiskan waktu hingga 1 jam per hari untuk akses internet yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan.

Perilaku penggunaan internet untuk kepentingan pribadi ini disebut dengan *cyberloafing*. *Cyberloafing* merupakan tindakan sukarela karyawan menggunakan teknologi informasi dan akses internet untuk tujuan yang tidak terkait dengan pekerjaan selama jam kerja (Ozler & Polat, 2012, hlm. 1). Perilaku *cyberloafing* adalah perilaku seseorang yang dengan sengaja menggunakan teknologi informasi dan akses internet yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan yang harusnya diselesaikan dengan tepat waktu dan dapat merugikan organisasi atau instansi terkait, sehingga berdampak pada produktifitas (Rahayuningsih, 2017, hlm. 52; Fuadiah, Anward & Erlyani, 2016, hlm. 45).

Perilaku *cyberloafing* memang dapat menghilangkan rasa bosan saat jam kerja, sehingga karyawan tidak fokus pada pekerjaan dan mengurangi produktivitas. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Prasad, Lim dan Chen (2010, hlm. 1642) perilaku *cyberloafing* dapat membuat individu tidak fokus, selain itu juga dapat menurunkan produktivitas.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan studi pendahuluan melalui metode observasi dan wawancara kepada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. CV Sempurna Aceh Singkil adalah sebuah perusahaan yang bergerak pada bidang layanan pengiriman atau pengangkutan barang baik dalam kota maupun luar kota. proses rekrutmen dalam perusahaan CV Sempurna Aceh Singkil ialah dengan menganalisis kebutuhan posisi dan jabatan, merencanakan proses perekrutmen, memasang iklan lowongan pekerjaan, memproses lamaran kerja, melakukan wawancara dan yang terakhir adalah menerima karyawan baru, yang mana peneliti melakukan observasi dan wawancara pada saat pandemi Covid-19. Dengan adanya pandemi, produktivitas karyawan semakin menurun dari biasanya. Lebih banyak waktu luang yang digunakan karyawan untuk menggunakan fasilitas internet di luar kepentingan pekerjaan dikarenakan menurunnya pelanggan. Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan pada tanggal 27 Juli 2020, ditemukan banyak karyawan CV Sempurna melakukan pengalihan perhatian saat jam kerja seperti membuka *handphone* untuk melihat *WhatsApp*, *Facebook*, *Instagram* dan media sosial lainnya yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan. Pada hari Selasa 04 Agustus 2020, pukul 11.00, penulis juga berkesempatan mewawancarai 3 karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Ketiga responden tersebut berinisial AW, SR, SL.

Berikut ini kutipan wawancara yang dilakukan pada AW, SR dan SL.

“.... Saya sering buka Fb, Ig, WA pas kerja kalau bosan gitu ya. Misalnya kerjaan udah kelar ya saya buka-buka sosial media, apalagi saya kan jualan *online*, eee jadi saya bisa nambah-nambah penghasilan deh....” (AW, wawancara personal 4 Agustus 2020).

“.... Aku kadang-kadang sih buka internet, WA, fb, instagram. Seringnya tu main *game online* itu pun kalau WIFI nya lancar ya. Emm kalau bos nya gak ada ya aku berani main-main hape. Jadi tergantung situasi juga lah ya....” (SR, wawancara personal 4 Agustus 2020).

“.... Aku sering buka sosial media pas di kantor, hmm karna kan bosan. Ya aku buka Instagram, WA, *chat* sama kawan. Kadang juga tergantung situasi, kadang bos kek ngawasi gitu. Kalau gak ada bos baru berani main Hp...” (SL, wawancara personal 4 Agustus 2020).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, menunjukkan bahwa ketiga karyawan CV Sempurna sering melakukan pengalihan perhatian dengan membuka akses internet untuk kepentingan pribadi pada saat jam kerja seperti membuka *WhatsApp*, *Instagram*, *game online* dan *Facebook*. Hal tersebut tentu saja memberikan dampak negatif, beberapa diantaranya ialah fokus karyawan terdistraksi, menurunnya produktivitas yang mana dapat berimbas pada hasil kerja hingga menguras sumber daya perusahaan.

Hal tersebut didukung oleh wawancara yang dilakukan dengan pemilik perusahaan yang berinisial HSL, berikut kutipan wawancara yang dilakukan pada SL.

“....Sebenarnya peraturan disini tidak diperbolehkan bermain *handphone* saat jam kerja. Namun masih ada karyawan yang melanggar peraturan tersebut, yang mana pekerjaannya jadi terganggu, tidak menyelesaikan pekerjaan dengan cepat dan tepat....” (HSL, wawancara personal 22 Oktober 2020).

Menurut Ozler dan Polat (2012, hlm. 5) ada beberapa faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberloafing*, yaitu faktor individual yang meliputi *shyness*, *loneliness*, *isolation*, kontrol diri, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet, faktor demografis, keinginan untuk terlibat, norma sosial dan kode etik personal. Faktor selanjutnya ialah faktor organisasi yang meliputi pembatasan penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan manajerial, pandangan rekan kerja tentang norma *cyberloafing*, sikap kerja pegawai dan karakteristik pekerjaan yang pegawai lakukan. Faktor yang terakhir ialah faktor situasional yang meliputi kedekatan jarak (seperti jarak ruangan pegawai) dengan atasan. Kedekatan jarak dengan atasan di kantor, Hal ini tergantung pada persepsi pegawai mengenai kontrol instansi terhadap perilakunya, termasuk ada atau tidaknya sanksi dan peraturan instansi.

Karyawan yang memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam perilaku *cyberloafing* umumnya karyawan yang memiliki kontrol diri yang rendah (Ardilasari & Firmanto, 2017, hlm. 19). Padahal karyawan adalah orang terpilih yang telah mengikuti berbagai tahap seleksi yang menjadi salah satu aset perusahaan untuk bekerja dan mengabdikan kepada perusahaan sehingga harus mampu mengendalikan diri untuk mengikuti semua peraturan-peraturan perusahaan termasuk tidak menyalahgunakan fasilitas internet perusahaan pada saat jam kerja. Menurut Ghufroon dan Risnawita (2010, hlm. 32) salah satu faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia, dimana semakin bertambah usia individu maka semakin baik pula kemampuan untuk mengontrol diri.

Kontrol diri merupakan salah satu faktor internal individu yang diduga menyebabkan timbulnya perilaku *cyberloafing* (Ozler & Polat, 2012, hlm. 5). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ardilasari dan Firmanto (2017, hlm. 19) semakin rendah *self control* yang dimiliki maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan. Kontrol diri yang tinggi diduga sangat dibutuhkan untuk mencegah perilaku menyimpang yang terjadi di perguruan tinggi yaitu dengan kemampuan menahan keinginan yang tidak sesuai dengan norma yang ada di perguruan tinggi.

Kontrol diri adalah suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron & Risnawita, 2010, hlm. 21). Kontrol diri dapat diartikan sebagai salah satu fungsi pusat yang berada dalam diri individu, dimana kontrol diri dapat dikembangkan dan digunakan oleh individu untuk mencapai kesuksesan. Secara umum orang yang mempunyai kontrol diri tinggi akan menggunakan internet secara sehat dan sesuai dengan keperluannya sehingga tidak akan menggunakan internet untuk kepentingan pribadi selama jam kerja berlangsung, sedangkan orang yang mempunyai kontrol diri rendah tidak mampu mengatur dan mengarahkan perilaku ketika jam kerja berlangsung yaitu dengan membuka internet atau media sosial (Ardilasari dan Firmanto, 2017, hlm. 19).

Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya temuan di dalam ilmu Psikologi khususnya bidang Psikologi Industri dan Organisasi mengenai kontrol diri dan *cyberloafing*.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu perusahaan untuk melihat tingkat kontrol diri yang dimiliki karyawan, serta mengetahui perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh karyawan.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran judul, penulis ingin mengemukakan keaslian penelitian yang menyangkut dengan hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Beberapa penelitian terdahulu didapat dari jurnal adalah sebagai berikut:

Penelitian terdahulu telah dilakukan oleh Ardilansari dan Firmanto (2017) dengan judul Hubungan *Self Control* dan Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Negeri Sipil. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan alat ukur skala perilaku *cyberloafing* dan skala *self control*. Jumlah subjek sebanyak 90 orang pegawai negeri sipil bagian administrasi di Dinas Pertanian, Dinas Pendidikan, Dinas Perhubungan, Dinas Kesehatan dan Dinas Kepemudaan dan Olahraga di Kota Malang yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan $r = -0,206$ dan $p = 0,049$ dibuktikan dari hasil perhitungan *product moment*. Artinya adanya hubungan negatif yang terjadi antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing*. Semakin rendah *self control* yang dimiliki pegawai negeri sipil maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan. Adapun perbedaan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil terdapat pada waktu penelitian dan tempat penelitian.

Penelitian yang dilakukan Fuadiah, Anward, dan Elayani (2016) dengan judul Peranan *Conscientiousness* Terhadap Perilaku *Cyberloafing* Pada Mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan *Conscientiousness*

Terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling* dengan jumlah subjek 60 orang. Alat ukur menggunakan dua skala yaitu skala *Conscientiousness* dengan jumlah 45 aitem dan skala *cyberloafing* dengan jumlah 50 aitem. Skala ini menggunakan skala model *Likert* dan analisis data dilakukan dengan regresi linier sederhana. Berdasarkan hasil diperoleh nilai $-t$ hitung $< -t$ table ($-2,219 < -2,002$). Artinya ada peranan negatif antara *conscientiousness* dengan perilaku *cyberloafing*. Semakin tinggi tingkat *conscientiousness*, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*. Adapun perbedaan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil terdapat pada subjek yang digunakan, tempat dan waktu penelitian.

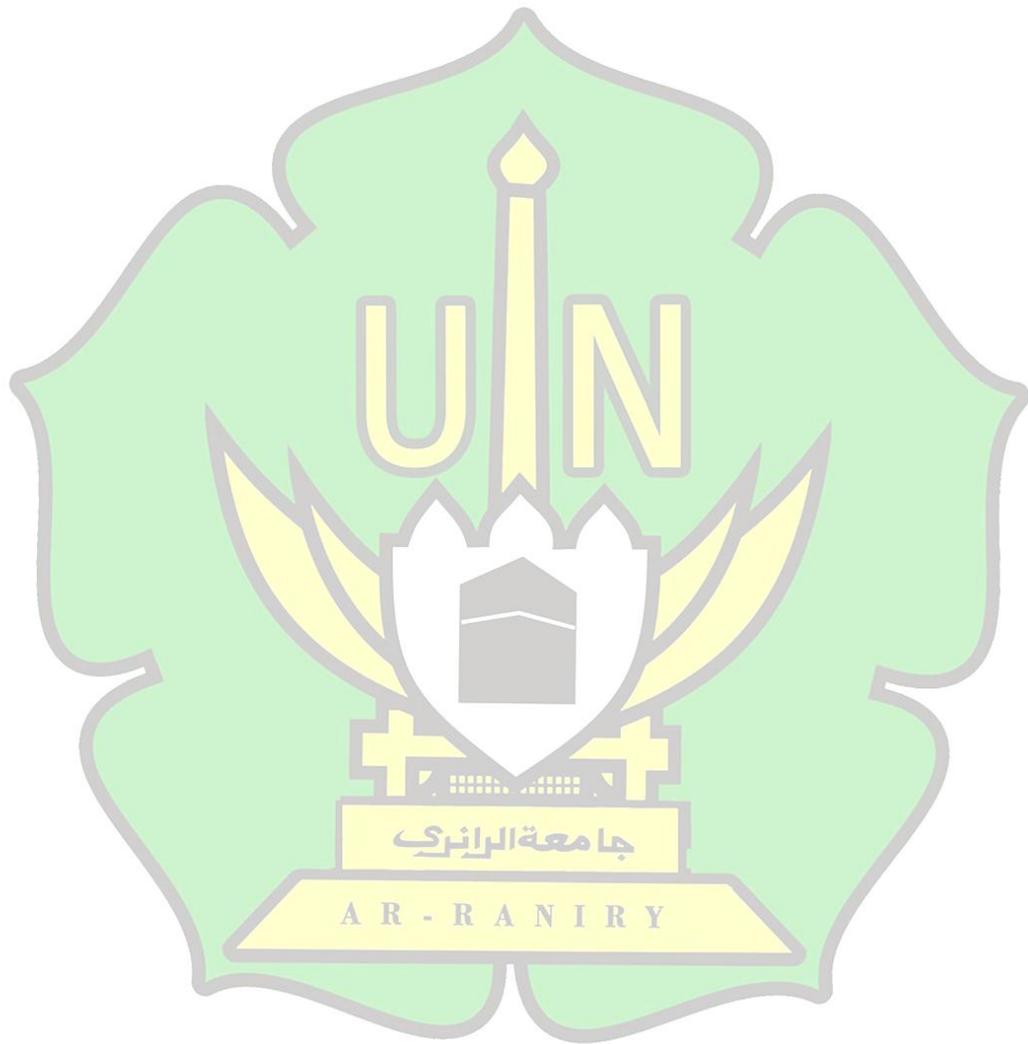
Oktaviasnyah (2018) melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara Stres Kerja dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan Bank. Responden dari penelitian ini adalah 105 orang karyawan Bank. Metode analisis data yang dilakukan adalah teknik uji korelasi *sperman Rho'* dengan bantuan SPSS 21.0 *for windows*, hasil penelitain menunjukkan $r = 0,088$ dan $p = 0,047$. Artinya ada hubungan positif antara stress kerja dengan perilaku *cyberloafing*. Adapun perbedaan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil terdapat pada variabel, waktu dan tempat penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayuningsih (2017) dengan judul Perilaku *Cyberloafing* Ditinjau Dari Kecerdasan Adversitas Dan Komitmen Kerja. Metode yang digunakan ialah kuantitatif dengan cara menyebar angket kepada

dosen yang terdiri dari skala kecerdasan adversitas, skala komitmen kerja, dan skala perilaku *cyberloafing* yang peneliti susun sendiri, serta dianalisa secara statistik untuk membahas perilaku *cyberloafing* dosen. Subjek dalam penelitian ini adalah dosen yang berstatus aktif di Perguruan Tinggi yang ada di Pekanbaru dengan jumlah 100 orang yang dianggap sudah memenuhi sampling ideal. nilai $p = 0,042$ dengan demikian hipotesa diterima, serta sumbangan pengaruh kecerdasan adversitas dan komitmen kerja sebesar 19% terhadap perilaku *cyberloafing*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara kecerdasan adversitas dan komitmen kerja dengan perilaku *cyberloafing*. Adapun perbedaan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil terdapat pada subjek yang digunakan, variabel, waktu dan tempat penelitian.

Yasar dan Yurdugal (2013) melakukan penelitian dengan judul *The Invenstigation Of Relation Between Cyberloafing Activities And Cyberloafing Behaviors In Higher Education*. Sampel dari penelitian ini adalah 215 mahasiswa. Instrumen yang digunakan ialah jenis *Likert*. hasil dari penelitian ini menunjukkan $mean = 4,20$ dan standar deviasi $= 0,91$, artinya sebagian besar mahasiswa memeriksa *email* selama jam kuliah berlangsung. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara perilaku kecanduan dengan alasan kecenderungan *cyberloafing*. Adapun perbedaan penelitian yang berjudul Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil terdapat pada subjek yang digunakan, variabel, waktu dan tempat penelitian.

Dari uraian diatas, dapat dilihat bahwa perbedaan penelitian yang sudah dilakukan dan penelitian yang akan peneliti lakukan terdapat pada tempat dan waktu penelitian.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Ghufron dan Risnawita 2010, hlm. 31) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengontrol perilaku, kognitif dan kemampuan untuk mengambil keputusan. Ghufron dan Risnawita (2010, hlm. 21) mendefinisikan kontrol diri adalah kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, dan menutupi perasaannya.

Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron & Risnawita, 2010, hlm. 22) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. *Self control* adalah salah satu fungsi pusat yang berada dalam diri individu, dimana *self control* dapat dikembangkan dan digunakan oleh individu mencapai kesuksesan dalam kehidupan (Ardilasari & Firmanto, 2017, hlm. 22).

Selanjutnya, Synder dan Gangestad (dalam Ghufron & Risnawita, 2010, hlm. 22) mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan

lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat yang sesuai dengan isyarat situasional dalam berperilaku.

Berdasarkan paparan diatas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan diri atau mengontrol perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi dalam melakukan perilaku agar sesuai dengan norma yang telah ditentukan.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Ghufran & Risnawita, 2010, hlm. 29) terdapat beberapa aspek kontrol diri, yaitu:

a. Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan, dan kemampuan memodifikasi stimulus.

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya, individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengontrol perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.

Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki

dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan mengatasi intensitasnya.

b. Kontrol kognitif

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian.

Informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif.

c. Kontrol Pengambilan Keputusan

Kontrol terhadap pengambilan keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai tindakan.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih aspek kontrol diri yang telah dikemukakan oleh Averill (dalam Ghufron & Risnawati, 2010, hlm. 29), yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan sebagai acuan pembuatan alat ukur.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Ghufron dan Risnawita (2010, hlm. 32) adalah sebagai berikut.

a. Faktor Internal

Faktor yang turut andil dalam kemampuan diri ialah usia, dimana semakin bertambah usia individu maka semakin baik pula kemampuan mengontrol diri individu tersebut.

b. Faktor Eksternal

Dalam faktor eksternal didalamnya termasuk lingkungan keluarga, dimana dalam lingkungan keluarga terutama orangtua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri individu. Apabila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intensi sejak dini dan orangtua juga bersikap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan oleh anak apabila perilaku anak menyimpang dari yang telah ditetapkan.

B. *Cyberloafing*

1. Definisi Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Lim dan Chen (2012, hlm. 344) perilaku *cyberloafing* adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mengakses internet yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan selama jam kerja berlangsung. Pendapat Blanchard dan Henle (dalam Handoyo, 2016, hlm. 165) terhadap perilaku *cyberloafing* adalah penggunaan akses internet dan *email* secara sengaja untuk hal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan saat jam kerja berlangsung. Ozler dan Polat (2012, hlm. 1) menjelaskan bahwa *cyberloafing* merupakan tindakan sukarela karyawan menggunakan teknologi informasi dan akses internet untuk tujuan yang tidak terkait dengan pekerjaan selama jam kerja.

Cyberloafing adalah suatu tindakan menghabiskan waktu untuk menghindari pekerjaan dengan cara yang berhubungan dengan internet (Handoyo, 2016, hlm. 165). Sedangkan menurut Rahayuningsih (2017, hlm. 52) Perilaku *cyberloafing* adalah perilaku seseorang yang sengaja menggunakan akses internet pada saat jam kerja untuk kepentingan pribadi yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan yang seharusnya diselesaikan dengan tepat waktu dan dapat merugikan instansi atau organisasi terkait.

Ardilasari dan Firmanto (2017, hlm. 23) mengatakan bahwa perilaku *cyberloafing* adalah perilaku menyimpang pegawai yang menggunakan akses internet instansi untuk tujuan pribadi yang tidak berhubungan dengan pekerjaan selama jam kerja, seperti hiburan, belanja online, internet messaging,

memposting ke *newsgroups* dan mengunduh file yang tidak berhubungan dengan pekerjaan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa perilaku *cyberloafing* dalam penelitian ini adalah perilaku yang menyimpang dimana seseorang yang secara sengaja menggunakan teknologi informasi dan akses internet untuk kepentingan pribadi yang tidak ada korelasinya dengan pekerjaan selama jam kerja yang dapat merugikan instansi atau organisasi terkait.

2. Bentuk Aktivitas *Cyberloafing*

Menurut Lim dan Chen (2012, hlm. 344) *cyberloafing* dibagi menjadi dua aktivitas, yaitu:

a. *Browsing Activities*

Browsing Activities merupakan kegiatan individu menjelajahi berbagai situs web yang sama sekali tidak berkaitan dengan pekerjaan. Thaybatan dan Santoso (2019, hlm. 29) menambahkan bahwa *browsing activities* merupakan kegiatan karyawan dengan menggunakan akses internet instansi untuk kepentingan pribadi seperti mengunjungi situs berita, menerima atau mengirim pesan instan, mengunjungi situs hiburan, mengunduh musik/video/film, mengunjungi situs yang berkaitan dengan olahraga, lowongan pekerjaan, berbelanja *online* hingga bermain *game online* saat jam kerja.

b. *Emailing Activities*

Emailing activities adalah kegiatan individu menerima dan mengirim surat elektronik personal selama jam kerja. *Emailing activities* merupakan aktivitas *cyberloafing* dimana karyawan menggunakan *email* di tempat kerja yang tidak berhubungan dengan pekerjaan yang terdiri dari aktivitas menerima, mengecek dan mengirim *email* yang bersifat pribadi.

Dalam penelitian ini, peneliti memilih bentuk aktivitas *cyberloafing* yang telah dikemukakan oleh Lim dan Chen (2012, hlm. 344) yaitu *browsing activities* dan *emailing activities* yang menjadi acuan pembuatan alat ukur.

3. Kategori Perilaku *Cyberloafing*

Terdapat berbagai kategori perilaku *cyberloafing* menurut Blanchard dan Henle (dalam Handoyo, 2016, hlm. 166), yaitu:

a. *Cyberloafing* Minor

Cyberloafing minor adalah perilaku *cyberloafing* yang tidak terlalu merugikan, khususnya karena penggunaan waktu yang tidak lama. Bentuk perilakunya antara lain mengirim atau menerima surat elektronik.

b. *Cyberloafing* Serius

Cyberloafing serius adalah perilaku *cyberloafing* yang menimbulkan masalah karena penggunaan waktu yang lama, mengurangi produktivitas, dan dapat membuat organisasi terkena persoalan hukum. Bentuk perilakunya antara lain *online shop*, *game online* dan mengunduh musik.

4. Faktor-faktor Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Ozler dan Polat (2012, hlm. 5) terdapat tiga faktor munculnya *cyberloafing* yaitu:

a. Faktor Individu

Berbagai atribut dalam diri individu antara lain persepsi dan sikap, *shyness*, *loneliness*, kontrol diri, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet. faktor demografis, keinginan untuk terlibat, norma sosial dan kode etik personal. Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan pengaruh faktor kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing*.

b. Faktor Organisasi

Faktor organisasi juga dapat menentukan terjadinya *cyberloafing* yaitu pembatasan penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan manajerial, pandangan rekan kerja tentang norma *cyberloafing*, sikap kerja pegawai dan karakteristik pekerjaan yang dilakukakn pegawai.

c. Faktor Situasional

faktor situasional sangat mempengaruhi perilaku *cyberloafing*, salah satu faktor situasional adalah kedekatan jarak ruangan pegawai dengan atasan. Secara tidak langsung kedekatan jarak dengan atasan di kantor akan mempengaruhi perilaku *cyberloafing*.

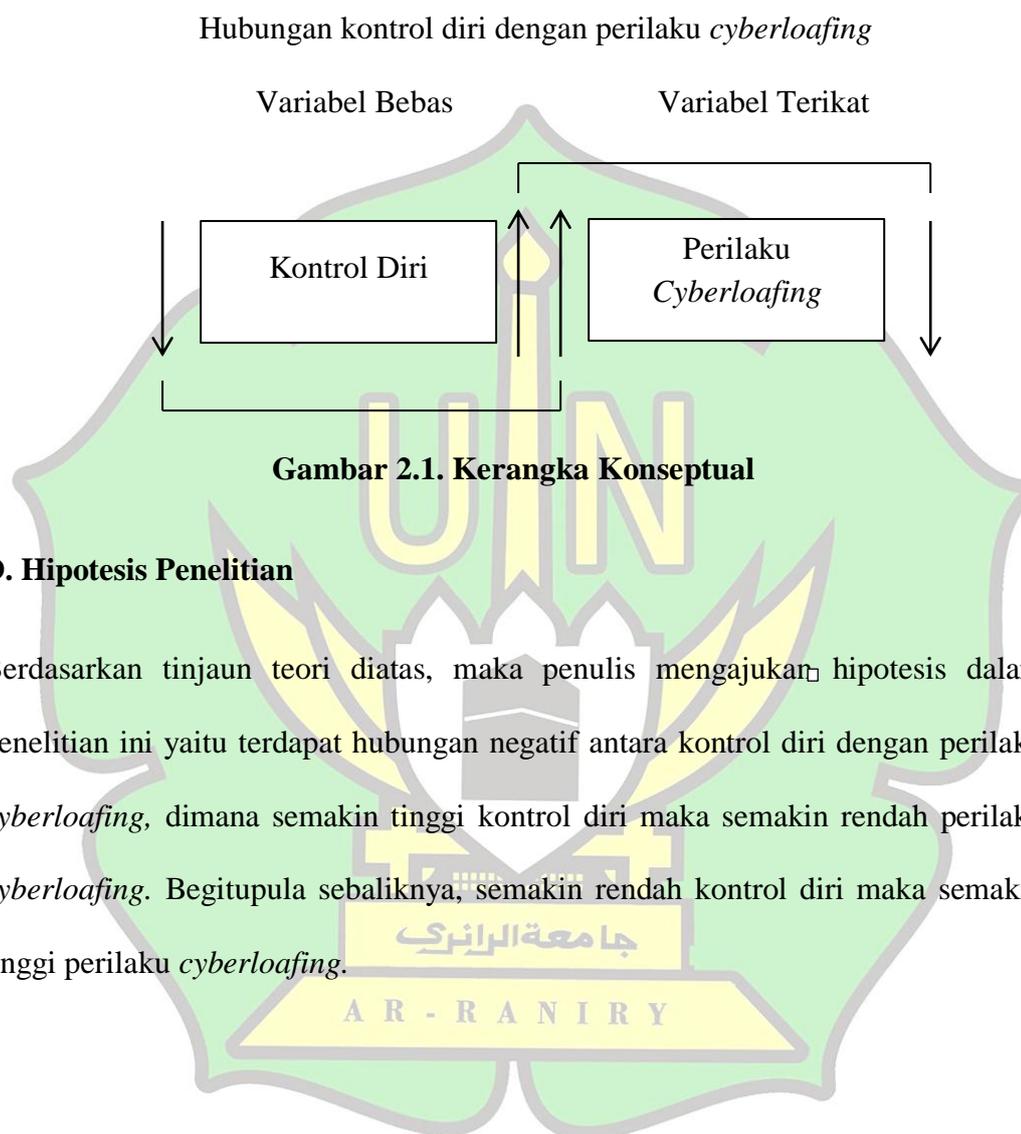
C. Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Lim dan Chen (2012, hlm. 344) perilaku *cyberloafing* adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mengakses internet yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan selama jam kerja berlangsung. Pendapat Blanchard dan Henle (dalam Handoyo, 2016, hlm. 165) terhadap perilaku *cyberloafing* adalah penggunaan akses internet dan *email* secara sengaja untuk hal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan saat jam kerja berlangsung.

Menurut Ozler dan Polat (2012, hlm. 5) ada beberapa faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberloafing*, yaitu faktor individual yang meliputi *shyness*, *loneliness*, *isolation*, kontrol diri, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet, faktor demografis, keinginan untuk terlibat, norma sosial dan kode etik personal. Faktor selanjutnya ialah faktor organisasi yang meliputi pembatasan penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan manajerial, pandangan rekan kerja tentang norma *cyberloafing*, sikap kerja pegawai dan karakteristik pekerjaan yang pegawai lakukan. Faktor yang terakhir ialah faktor situasional yang meliputi kedekatan jarak (seperti jarak ruangan pegawai) dengan atasan. Kedekatan jarak dengan atasan di kantor.

Berdasarkan faktor-faktor tersebut, maka salah satu faktor yang menjadi menjadi fokus dalam penelitian ini adalah kontrol diri yang merupakan komponen dari faktor individual. Secara umum individu yang mempunyai kontrol diri yang tinggi maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*. Sedangkan individu yang memiliki kontrol diri yang rendah maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing*. Kontrol diri yang tinggi diduga sangat dibutuhkan untuk mencegah perilaku

menyimpang. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Ardilasari & Firmanto (2017) bahwasanya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki individu maka semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2017, hlm. 2). Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat statistik/kuantitatif, dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017, hlm. 7).

B. Identifikasi Variabel-variabel Penelitian

Pada Penelitian ini Variabel yang digunakan adalah:

1. Variabel Bebas (X) : Kontrol Diri
2. Variabel Terikat (Y) : *Cyberloafing*

C. Definisi Operasional

1. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk mengendalikan diri sehingga sesuai dengan norma yang berlaku. Variabel ini diukur dengan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri menurut averill (dalam Ghufran & Risnawita, 2010, hlm. 29).

2. Perilaku *Cyberloafing*

Perilaku *cyberloafing* adalah individu yang menggunakan akses internet instansi atau lembaga melalui *handphone* atau *laptop* jenis apa saja untuk keperluan pribadi yang tidak ada hubungannya dengan pekerjaan atau kegiatan yang seharusnya dilakukan. Variabel ini diukur dengan skala yang disusun berdasarkan bentuk aktivitas *cyberloafing* menurut Lim dan Chen (2012, hlm. 344), yaitu *browsing activities* dan *emailing activities*.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,

2017, hlm. 80). Populasi dari penelitian ini ialah seluruh karyawan CV Sempurna Aceh Singkil yang berjumlah 40 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2017, hlm. 81). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan CV Sempurna Aceh Singkil yang berjumlah 40 orang. Menurut McMillan dan Schumaker (dalam Safrina, 2019, hlm. 23) jumlah minimal sampel dalam penelitian korelasi adalah 30 subjek. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *sampling* jenuh. Sampel jenuh adalah suatu teknik yang menggunakan semua anggota populasi untuk dijadikan sebagai sampel (Putriani, 2019, hlm. 42).

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yang dirumuskan secara *favourable* dan *unfavourable* tentang variabel yang diteliti, yakni variabel kontrol diri dan variabel perilaku *cyberloafing*. Jawaban dalam skala dinyatakan dalam empat kategori yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Berikut adalah gambaran skala yang digunakan dalam penelitian ini:

a. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri penelitian ini dirancang sendiri oleh penulis berdasarkan teori dari Averill (dalam Ghufrani & Risnawati, 2010, hlm. 29) yang diungkap melalui tiga aspek kontrol diri yaitu:

1. Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan, dan kemampuan memodifikasi stimulus.

Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya, individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengontrol perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.

Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan mengatasi intensitasnya.

2. Kontrol kognitif

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian.

Informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif.

3. Kontrol Pengambilan Keputusan

Kontrol terhadap pengambilan keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai tindakan.

Bobot keseluruhan dari pengukuran kontrol diri ini terdiri dari 28 aitem yang dibagi ke dalam 15 aitem *favarable* dan 13 aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* bila pernyataan mendukung adanya perilaku *cyberloafing*, sebaliknya aitem *unfavorable* bila pernyataan tidak mendukung adanya perilaku *cybeloafing*.

Table 3.1. Spesifikasi Skala Kontrol Diri

No.	Aspek	Sub Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem	
				F	UF		
1.	Kontrol Perilaku	Mengatur Pelaksanaan	a. Kemampuan mengendalikan situasi	1	4	2	
			b. Menggunakan kemampuan internal	7	10	2	
		Kemampuan memodifikasi stimulus	a. Mencegah stimulus	2	5	2	
			b. Menjauhi stimulus	8	11	2	
2.	Kontrol Kognitif	Kemampuan memodifikasi stimulus	c. Menghentikan stimulus	3	6	2	
			d. Mengatasi intensitas	9	12	2	
			Memperoleh informasi	a. Mengantisipasi keadaan	13	16	2
				Melakukan penilaian	a. Menilai keadaan	14	17
		Melakukan penilaian	b. Menafsirkan keadaan		19	22	2
			c. Memperhatikan segi positif keadaan	15	18	2	
3.	Kontrol Keputusan		a. Kemampuan untuk mengambil kesempatan dalam memilih tindakan	20, 25, 27	23	4	
			b. Kebebasan untuk memilih tindakan	21, 26	24, 28	4	
Total				15	13	28	

Pada skala ini memiliki empat alternatif jawaban yang mengarah pada skala Likert yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Table 3.2. Skor Aitem Skala Kontrol Diri

Jawaban	Favourable	Unfavourable
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

b. Skala Perilaku *Cyberloafing*

Skala perilaku *cyberloafng* yang penulis gunakan untuk mengungkap perilaku *cyberloafing* berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lim dan Chen (2012, hlm. 344) tentang dua bentuk aktivitas perilaku *cyberloafing* yaitu:

1. *Browsing Activities*

Browsing Activities merupakan kegiatan individu menjelajahi berbagai situs web yang sama sekali tidak berkaitan dengan pekerjaan. Thaybatan dan Santoso (2019, hlm. 29) menambahkan bahwa *browsing activities* merupakan kegiatan karyawan dengan menggunakan akses internet instansi untuk kepentingan pribadi seperti mengunjungi situs berita, menerima atau mengirim pesan instan, mengunjungi situs hiburan, mengunduh musik/video/film, mengunjungi situs yang berkaitan dengan olahraga,

lowongan pekerjaan, berbelanja *online* hingga bermain *game online* saat jam kerja.

2. *Emailing Activities*

Emailing activities adalah kegiatan individu menerima dan mengirim surat elektronik personal selama jam kerja. *Emailing activities* merupakan aktivitas *cyberloafing* dimana karyawan menggunakan *email* di tempat kerja yang tidak berhubungan dengan pekerjaan yang terdiri dari aktivitas menerima, mengecek dan mengirim *email* yang bersifat pribadi.

Bobot keseluruhan dari pengukuran skala perilaku *cyberloafing* ini terdiri dari 34 aitem yang dibagi ke dalam 17 aitem *favorable* dan 17 aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* bila pernyataan mendukung adanya perilaku *cyberloafing*, sebaliknya aitem *unfavorable* bila pernyataan tidak mendukung adanya perilaku *cyberloafing*.

Tabel 3.3. Spesifikasi Skala Perilaku *Cyberloafing*

No.	Bentuk Aktivitas	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
			F	UF	
1.	<i>Browsing Activities</i>	a. Mengunjungi situs berita	1, 5	3, 7	4
		b. Menerima atau mengirim pesan instan	9, 4	2, 6	4
		c. Mengunjungi situs hiburan	8, 12, 16	10, 14, 18	6
		d. Mengunduh musik/video/film	11, 15, 19	13, 17, 21	6

	e. Mengunjungi situs olahraga	20	22	2
	f. Membuka situs lowongan pekerjaan	24	26	2
	g. Berbelanja <i>online</i>	23	25	2
	h. Bermain <i>game online</i>	27	29	2
2. <i>Emailing Activities</i>	a. Menerima dan mengecek <i>email</i> pribadi	28, 32	34	4
	b. Mengirim <i>email</i> /pesan pribadi selama jam kerja	31	33	2
Total		17	17	34

Pada skala ini memiliki empat alternatif jawaban yang mengarah pada skala Likert yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Table 3.4. Skor Aitem Skala Perilaku Cyberloafing

Jawaban	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
SS (Sangat Setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

2. Prosedur Penelitian

a. Persiapan Alat Ukur

Tahapan pertama dalam pelaksanaan penelitian yaitu mempersiapkan alat ukur untuk mengumpulkan data penelitian. Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan adalah dua skala psikologi yaitu skala kontrol diri dan skala perilaku *cyberloafing*. Kedua skala ini disusun dengan menggunakan Skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial yang telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti (Sugiyono, 2017, hlm. 93). Dalam skala *Likert* terdapat pernyataan-pernyataan yang terdiri dari dua macam, yaitu pernyataan yang bersifat *favorable* (mendukung atau memihak pada objek sikap), dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung objek sikap).

Selanjutnya dilakukan *expert review* melalui konsultasi dengan empat *reviewer* dengan kualifikasi telah lulus Strata Dua (S2) dan memiliki keahlian di bidang psikologi. Tujuannya adalah untuk melihat apakah skala yang disusun sudah sesuai dengan konstruk psikologis yang diukur. *Expert review* terhadap skala kontrol diri dan perilaku *cyberloafing* telah dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2020.

b. Proses Pelaksanaan Penelitian

Proses pengumpulan data penelitian berlangsung selama 3 hari, yaitu dari tanggal 19 Agustus 2020 sampai dengan 22 Agustus 2020. Adapun penyebaran skala diberikan kepada 40 orang karyawan CV Sempurna Aceh

Singkil melalui *google form*. Berikut *link google form* dalam penelitian ini <https://forms.gle/wD6yt1H8QyQEU2ix6>.

F. Validitas dan Reliabelitas

1. Uji Validitas

Dalam sebuah penelitian diperlukan instrumen yang valid dan reliabel. Instrumen yang valid sering kali dikonsepsikan sebagai kemampuan suatu alat ukur untuk mengukur secara akurat atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2018, hlm. 95). Untuk mencapai validitas, skala yang telah disusun akan dinilai oleh beberapa orang *reviewer* dengan kualifikasi telah lulus strata (S2) dan memiliki keahlian dibidang psikologi. Tujuannya adalah untuk melihat apakah skala yang disusun sudah sesuai dengan kontrak psikologis yang diukur.

Komputasi validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah komputasi *CVR (Content Validity Ratio)*. Lawshe (dalam Azwar, 2017, hlm. 135) merumuskan *Content Validity Ratio (CVR)* yang dapat digunakan untuk mengukur validitas isi aitem-aitem berdasarkan data empirik. Data yang digunakan untuk menghitung *CVR (Content Validity Ratio)* diperoleh dari penilaian sekelompok ahli yang disebut *Subject Matter Experts (SME)*, *Subject Matter Experts (SME)* diminta untuk menyatakan apakah isi suatu aitem dikatakan esensial untuk mendukung indikator kebelakuan/atribut psikologis apa yang hendak diukur. Suatu aitem dikatakan esensial apabila

aitem tersebut dapat mempresentasikan dengan baik tujuan pengukuran.

Adapun statistik *CVR* dirumuskan sebagai berikut:

$$CVR = \frac{2ne}{n} - 1$$

Keterangan:

ne = Banyaknya *SME* yang menilai suatu aitem “esensial”

n = Banyaknya *SME* yang melakukan penilaian

Hasil komputasi *CVR* dari skala perilaku *cyberloafing* yang penulis gunakan dengan *expert judgement* sebanyak empat orang, dapat dilihat pada tabel 3.5 dan 3.6 dibawah ini:

Tabel 3.5. Kefisien *CVR* Kontrol Diri

No	Koefisien <i>CVR</i>	No	Koefisien <i>CVR</i>
1.	0,5	15.	0,5
2.	0,5	16.	0,5
3.	1	17.	0,5
4.	1	18.	0,5
5.	1	19.	0,5
6.	1	20.	1
7.	1	21.	1
8.	1	22.	0,5
9.	1	23.	0,5
10.	1	24.	0,5
11.	0,5	25.	1
12.	1	26.	0,5
13.	1	27.	1
14.	0,5	28.	1

Tabel 3.6. Koefisien CVR Perilaku *Cyberloafing*

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1.	1	18.	1
2.	0,5	19.	1
3.	1	20.	1
4.	1	21.	1
5.	1	22.	1
6.	0,5	23.	0,5
7.	1	24.	1
8.	0,5	25.	0,5
9.	1	26.	1
10.	0,5	27.	1
11.	1	28.	1
12.	0,5	29.	1
13.	1	30.	1
14.	0,5	31.	1
15.	0,5	32.	1
16.	1	33.	1
17.	0,5	34.	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada dua skala diatas (dalam table 3.5 dan 3.6) memperlihatkan bahwa semua koefisien *CVR* sdiatas nol (0), sehingga semua aitem dinyatakan valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah keterpercayaan atau konsistensi hasil ukur, yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran (Azwar, 2017, hlm. 111). Sebelum penulis melakukan analisis reliabilitas, penulis terlebih dahulu melakukan analisis daya beda aitem yaitu dengan mengkorelasikan masing-masing aitem menggunakan koefisien korelasi *product moment*. Berikut rumus korelasi *product moment*.

$$r_{iX} = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum x)/n}{\sqrt{[\sum i^2 - (\sum i)^2/n][\sum x^2 - (\sum x)^2/n]}}$$

Keterangan :

i = Skor aitem

X = Skor skala

n = Banyaknya responden

Kriteria dalam penelitian aitem yang penulis gunakan berdasarkan korelasi aitem yang menggunakan batasan $r_{iX} \geq 0,25$. Setiap aitem yang mencapai koefisien minimal 0,25 daya bedanya dianggap memuaskan. Sebaliknya aitem yang memiliki $r_{iX} \leq 0,25$ diinterpretasi memiliki daya beda yang rendah.

Table 3.7. Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kontrol Diri

No	riX	No	riX
1.	0.264	15.	0.791
2.	0.650	16.	0.607
3.	0.544	17.	0.149
4.	0.603	18.	0.355
5.	0.602	19.	0.299
6.	0.712	20.	0.459
7.	0.669	21.	0.704
8.	0.686	22.	0.330
9.	0.825	23.	0.745
10.	0.691	24.	0.545
11.	0.411	25.	0.661
12.	0.749	26.	0.569
13.	0.581	27.	0.678
14.	0.107	28.	0.431

Berdasarkan hasil tabel di atas, dari 28 aitem diperoleh 26 aitem yang terpilih yaitu nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 dan 28, kemudian 2 aitem yang tidak terpilih karena $riX \leq 0,25$ terdapat pada nomor 14 dan 17. Selanjutnya 26 aitem yang terpilih dan dinyatakan koefisien mencapai $riX \geq 0,25$ yang dianggap memuaskan dapat dilihat pada tabel 3.10 di bawah ini:

Tabel 3.8. Koefisien Daya Beda Aitem Skala Kontrol Diri yang Terpilih

No	riX	No	riX
1.	0.264	15.	0.791
2.	0.650	16.	0.607
3.	0.544	18.	0.355
4.	0.603	19.	0.299
5.	0.602	20.	0.459
6.	0.712	21.	0.704
7.	0.669	22.	0.330
8.	0.686	23.	0.745
9.	0.825	24.	0.545
10.	0.691	25.	0.661
11.	0.411	26.	0.569
12.	0.749	27.	0.678
13.	0.581	28.	0.431

Berdasarkan tabel di atas terdapat 26 aitem yang valid, di antara uji reliabilitas kontrol diri berdasarkan aitem-aitem terpilih di antaranya aitem nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 dan 28.

Adapun untuk menghitung koefisien reliabilitas skala ini, digunakan rumus teknik Alpha dengan menggunakan aplikasi SPSS 16.0. Hasil analisis reliabilitas pada skala kontrol diri diperoleh $riX = 0,928$, selanjutnya peneliti melakukan analisis reliabilitas tahap kedua dengan membuang 2 aitem yang tidak

terpilih (daya beda rendah). Hasil analisis reliabilitas pada skala kontrol diri tahap kedua diperoleh $riX = 0,935$.

Tabel 3.9. Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku *Cyberloafing*

No	riX	No	riX
1.	0.485	18.	0.613
2.	0.378	19.	0.547
3.	0.565	20.	-0.386
4.	0.423	21.	0.612
5.	0.633	22.	0.535
6.	0.533	23.	0.738
7.	0.534	24.	0.425
8.	0.473	25.	0.631
9.	0.296	26.	0.500
10.	0.745	27.	0.507
11.	0.471	28.	0.584
12.	0.642	29.	0.308
13.	0.547	30.	0.640
14.	0.264	31.	0.299
15.	0.216	32.	0.340
16.	0.643	33.	0.627
17.	0.102	34.	0.653

Berdasarkan tabel 1.7 diatas, dari 34 aitem diperoleh 31 aitem yang terpilih, 1, 2, 3, 4, 5,6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 18, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33 dan 34 kemudian 3 aitem yang tidak terpilih karena $riX \leq 0,25$ terdapat pada nomor 15, 17, 20. Selanjutnya 31 aitem yang terpilih dan dinyatakan koefisien mencapai $riX \geq 0,25$ yang dianggap memuaskan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3.10. Koefisien Daya Beda Aitem Skala Perilaku***Cyberloafing yang Terpilih***

No	riX	No	riX
1.	0.485	19.	0.547
2.	0.378	21.	0.612
3.	0.565	22.	0.535
4.	0.423	23.	0.738
5.	0.633	24.	0.425
6.	0.533	25.	0.631
7.	0.534	26.	0.500
8.	0.473	27.	0.507
9.	0.296	28.	0.584
10.	0.745	29.	0.308
11.	0.471	30.	0.640
12.	0.642	31.	0.299
13.	0.547	32.	0.340
14.	0.264	33.	0.627
16.	0.643	34.	0.653
18.	0.613		

Berdasarkan tabel 1.8 di atas, terdapat 31 aitem yang valid, di antara uji reliabilitas *cyberloafing* berdasarkan aitem-aitem terpilih diantaranya aitem nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 16, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33 dan 34.

Adapun untuk menghitung koefisien reliabilitas skala ini digunakan rumus teknik Alpha menggunakan aplikasi SPSS 16.0. Hasil analisis reliabilitas pada skala *cyberloafing* diperoleh $riX = 0,915$. Selanjutnya peneliti melakukan analisis reliabilitas tahap kedua dengan membuang 3 aitem yang tidak terpilih (daya beda rendah). Hasil analisis reliabilitas pada skala *cyberloafing* tahap kedua diperoleh $riX = 0,927$.

Berdasarkan hasil validitas dan reliabilitas di atas maka *blue print* terakhir dari kedua skala yaitu terdapat pada tabel 3.11 dan 3.12 di bawah ini:

Tabel 3.11. *Blue Print* Akhir Skala Kontrol Diri

No.	Aspek	Sub Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
				F	UF	
1.	Kontrol Perilaku	Mengatur Pelaksanaan	a. Kemampuan mengendalikan situasi	1	4	2
			b. Menggunakan kemampuan internal	7	10	2
		Kemampuan memodifikasi stimulus	a. Mencegah stimulus	2	5	2
			b. Menjauhi stimulus	8	11	2
			c. Menghentikan stimulus	3	6	2
d. Mengatasi intensitas	9	12	2			
2.	Kontrol Kognitif	Memperoleh informasi	a. Mengantisipasi keadaan	13	16	2
		Melakukan penilaian	a. Menilai keadaan			2
			b. Menafsirkan keadaan	19	22	2
			c. Memperhatikan segi positif keadaan	15	18	2
3.	Kontrol Keputusan		a. Kemampuan untuk mengambil kesempatan dalam memilih tindakan	20, 25, 27	23	4

b. Kebebasan untuk memilih tindakan 21, 24, 26 28 4

Total 14 12 26

Berdasarkan tabel 3.12 di atas *blue print* akhir dari skala kontrol diri dari aitem *favourable* terdapat pada nomor 1, 2, 3, 7, 8, 9, 13, 15, 19, 20, 21, 25, 26, dan 27 kemudian untuk aitem *unfavourable* terdapat pada nomor 4, 5, 6, 10, 11, 12, 16, 18, 22, 23, 24, 28. Adapun total keseluruhan aitem skala kontrol diri sebanyak 26 aitem.

Tabel 3.12. Blue Print Akhir Skala Perilaku Cyberloafing

No.	Bentuk Aktivitas	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
			F	UF	
1.	<i>Browsing Activities</i>	a. Mengunjungi situs berita	1, 5	3, 7	4
		b. Menerima atau mengirim pesan instan	9, 4	2, 6	4
		c. Mengunjungi situs hiburan	8, 12, 16	10, 14, 18	6
		d. Mengunduh musik/video/film	11, 19	13, 21	4
		e. Mengunjungi situs olahraga		22	1
		f. Membuka situs lowongan pekerjaan	24	26	2
		g. Berbelanja <i>online</i>	23	25	2

		h. Bermain <i>game online</i>	27	29	2
2.	<i>Emailing Activities</i>	a. Menerima dan mengecek <i>email</i> pribadi	28, 32	34	4
		b. Mengirim <i>email</i> /pesan pribadi selama jam kerja	31	33	2
Total			15	16	31

Berdasarkan tabel 3.11 di atas *blue print* akhir dari skala *cyberloafing* dari aitem *favourabel* terdapat pada nomor 1, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 16, 19, 23, 24, 27, 28, 31, dan 32, kemudian untuk aitem *unfavourable* terdapat pada nomor 2, 3, 6, 7, 10, 13, 14, 18, 21, 22, 25, 26, 29, 33, dan 34. Adapun total keseluruhan aitem skala *cyberloafing* sebanyak 31 aitem.

G. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

1. Teknik Pengolahan Data

Teknik selanjutnya setelah mengadakan suatu pengumpulan data maka selanjutnya adalah pengolahan data dan analisis data. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif maka data yang telah dikumpulkan dianalisis secara kuantitatif pula yang merupakan data yang berbentuk angka. Menurut Fatihudin (dalam Syarah, 2019, hlm. 47) Adapun teknik dalam pengolahan data yaitu *editing*, *coding*, kalkulasi, dan tabulasi.

a. *Editing*

Editing adalah memeriksa kejelasan dan kelengkapan pengisian instrumen pengumpulan data. Peneliti melakukan pemeriksaan identitas responden, interpretasi skor dan jawaban dalam kuesioner penelitian serta mengecek kembali kejelasan penulisan pada kolom interpretasi skor yang diisi oleh responden.

b. *Coding*

Coding ialah proses identifikasi dan klarifikasi dari setiap pertanyaan yang terdapat dalam instrumen pengumpulan data menurut variabel-variabel yang diteliti. Peneliti memberi kode pada kedua variabel yakni pada variabel kontrol diri (X) dan variabel *cyberloafing* (Y). kemudian bagian identitas responden peneliti menggunakan perbedaan untuk laki-laki dengan huruf (LK) dan perempuan dengan huruf (Pr)

c. Kalkulasi

Kalkulasi adalah menghitung data yang sudah dan telah dikumpulkan dengan cara menambah, mengurangi, membagi atau mengalikan. Proses peneliti melakukan kalkulasi yakni setelah semua angket diisi oleh responden kemudian setelah melakukan skoring menggunakan angka peneliti selanjutnya memindahkan data ke program *excel* kemudian menambah jumlah seluruh total dari setiap responden yang memberi jawaban di setiap aitemnya. Kemudian menambahkan data masing-masing aspek menggunakan program *excel* untuk mencari hasil total seluruh aspek dari kedua variabel.

d. Tabulasi

Tabulasi data yaitu mencatat atau *entry* data ke dalam tabel penelitian. Kuesioner yang telah diisi oleh responden bisa langsung dimasukkan ke dalam program komputer dan dihitung sendiri oleh komputer secara otomatis data yang didapatkan diperoleh dari program yang telah dikalkulasi di *excel* dan hasil pengolahan datanya akan keluar sesuai dengan yang telah di pilih programnya yang menggunakan program SPSS 16.0 guna untuk mengolah data selanjutnya.

2. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden terkumpul. Kegiatan dalam menganalisis data mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan oleh peneliti (Sugiyono, 2017, hlm. 147). Adapun untuk menguji hipotesis peneliti mengenai hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil maka peneliti mengolah data yang didapatkan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan menggunakan analisis data teknik korelasi, yang sebelumnya terlebih dahulu melakukan uji prasyarat yakni uji normalitas sebaran dengan menggunakan rumus *Shapiro-Wilk*. Menurut Dahlan (dalam Safira, 2019, hlm. 36) metode *Shapiro-Wilk* digunakan untuk sampel kurang atau sama dengan 50. uji linieritas dengan

menggunakan rumus *annova table* dengan cara membandingkan nilai F hitung dengan F tabel yaitu taraf signifikasinsi 5%. Uji prasyarat bertujuan untuk melihat apakah data yang akan bersifat valid dan linear serta untuk melihat apakah data tersebut memiliki hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Teknik analisis ini digunakan agar dapat menjawab hipotesis yang ada di bab II. Kemudian setelah uji prasyarat terpenuhi, maka akan dilanjutkan dengan uji hipotesis dilakukan guna untuk menguji hipotesis.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian dilakukan pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Sampel penelitian ini berjumlah 40 orang karyawan. Data demografi sampel penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Data Demografi Sampel Penelitian

No	Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah	Persentase %
1.	Jenis Kelamin	Laki-laki	15	37,5%
		Perempuan	25	62,5%
2.	Usia	20 tahun	1	2,5%
		21 tahun	5	12,5%
		22 tahun	9	22,5%
		23 tahun	5	12,5%
		24 tahun	3	7,5%
		25 tahun	2	5%
		26 tahun	1	2,5%
		27 tahun	1	2,5%
		28 tahun	2	5%
		29 tahun	1	2,5%
		30 tahun	2	5%
		31 tahun	1	2,5%
		33 tahun	2	5%
		34 tahun	1	2,5%
		40 tahun	2	5%
		43 tahun	1	2,5%
		47 tahun	1	2,5%
3.	Lama Bekerja	6 bulan	1	2,5%
		1 tahun	10	25%
		2 tahun	9	22,5%
		3 tahun	7	17,5%
		4 tahun	2	5%
		5 tahun	4	10%
		6 tahun	4	10%
		7 tahun	2	5%
		15 tahun	1	2,5%

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, dapat dilihat jumlah sampel penelitian berdasarkan jenis kelamin lebih banyak berjenis kelamin perempuan (62,5%) dibandingkan dengan reponden berjenis kelamin laki-laki (37,5%). Berdasarkan usia partisipan sebagian besar berusia 22 tahun (22,5%) lebih banyak dibandingkan dengan 20 (2,5%), 21 tahun (12,5%), 23 tahun (12,5%), 24 tahun (7,5%), 25 tahun (5%), 26 tahun (2,5%) 27 tahun (2,5%), 28 tahun (5%), 29 tahun (2,5%), 30 tahun (5%), 31 tahun (2,5%), 33 tahun (5%), 34 tahun (2,5%), 40 tahun (5%), 43 tahun (2,5%) dan 47 tahun (2,5%).

B. Hasil Penelitian

1. Kategori Data Penelitian

Pembagian kategori sampel yang digunakan peneliti adalah kategorisasi berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Menurut Azwar (2012, hlm. 147) kategorisasi yang menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Pengategorian ini akan diperoleh dengan membuat kategori skor subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi (σ). Karena kategorisasi ini bersifat relatif, maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subjektif selama penetapan itu berada dalam batas kewajaran. Deskripsi data hasil penelitian dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori, yaitu rendah, sedang dan tinggi.

a. Skala Kontrol Diri

Analisis data deskriptif dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi dan data empiris (berdasarkan data di lapangan) dari variabel kontrol diri. Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Deskripsi Data Penelitian Skala Kontrol Diri

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Kontrol Diri	112	28	70	14	105	54	79,92	11,25

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

1. Skor minimal (Xmin) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
3. Mean (M) dengan rumus $\mu = (\text{skor maks} + \text{skor min}) : 2$
4. Standar deviasi (SD) dengan rumus $s = (\text{skor maks} - \text{skor min}) : 6$

Berdasarkan hasil statistik data peneliti pada tabel 4.2, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 28, maksimal 112, mean 70 dan standar deviasi 14. Sementara data empirik menunjukkan jawaban minimal adalah 54, maksimal 105, mean 79,92, dan standar deviasi 11,25. Deskripsi data hasil penelitian tersebut dapat dijadikan batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari tiga kategori

yaitu rendah, sedang, tinggi, dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal).

Berikut ini rumus pengkategorian pada skala kontrol diri.

$$\text{Rendah} = X < (\bar{x} - 1,0 \text{ SD})$$

$$\text{Sedang} = (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (\bar{x} + 1,0 \text{ SD})$$

$$\text{Tinggi} = (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \leq X$$

Keterangan:

\bar{x} = Mean empirik pada skala

SD = Standar deviasi

n = Jumlah subjek

X = Rentang butir pernyataan

Berdasarkan rumus kategori ordinal yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi skala kontrol diri adalah sebagaimana tabel 4.3 berikut:

Tabel 4.3 Kategori Kontrol Diri Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase %
Rendah	$X < (79,92 - 11,25)$	4	10%
Sedang	$(79,92 - 11,25) \leq X < (79,92 + 11,25)$	30	75%
Tinggi	$(79,92 + 11,25) \leq X$	6	15%
	Jumlah	40	100 %

Pada tabel 4.3 di atas hasil kategorisasi variabel kontrol diri pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil dengan kategori rendah yaitu

jumlah frekuensi 4 sedangkan persentase dari kategori rendah tersebut sebesar 10 %, pada kategori sedang untuk tingkat kontrol diri pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil yaitu dengan frekuensi sebanyak 30 sedangkan hasil persentasenya sebanyak 75%, dan pada kategori tinggi untuk tingkat kontrol diri pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil yaitu dengan frekuensi sebanyak 6 sedangkan hasil persentasenya sebesar 15%.

b. Skala Perilaku *Cyberloafing*

Analisis secara deskriptif dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan empiris (berdasarkan kenyataan di lapangan) dari variabel perilaku *cyberloafing*. deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut.

Tabel 4.4 Deskripsi Data Penelitian Skala Perilaku *Cyberloafing*

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Kontrol Diri	136	34	85	17	91	48	70,65	11,26

Keterangan Rumus Skor Hipotetik:

1. Skor minimal (Xmin) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
2. Skor maksimal (Xmaks) adalah hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban
3. Mean (M) dengan rumus $\mu = (\text{skor maks} + \text{skor min}) : 2$
4. Standar deviasi (SD) dengan rumus $s = (\text{skor maks} - \text{skor min}) : 6$

Berdasarkan hasil statistik data penelitian pada tabel 4.4 di atas, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban minimal adalah 34, maksimal 136, mean 85 dan standar deviasi 17. Berdasarkan analisis deskriptif secara empiric menunjukkan jawaban minimal adalah 48, maksimal 91, mean 70,65 dan standar deviasi 11,26. Hasil kategorisasi skala perilaku *cyberloafing* adalah sebagai berikut.

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Sedang} &= (\bar{x} - 1,0 \text{ SD}) \leq X < (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \\ \text{Tinggi} &= (\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \leq X \end{aligned}$$

Keterangan:

$$\begin{aligned} \bar{x} &= \text{Mean empirik pada skala} \\ \text{SD} &= \text{Standar deviasi} \\ n &= \text{Jumlah subjek} \\ X &= \text{Rentang butir pernyataan} \end{aligned}$$

Berdasarkan pada rumusan tersebut, tiap skor responden kemudian dikategorisasikan. Hasil kategorisasi tersebut dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut

Tabel 4.5. Kategorisasi Perilaku *Cyberloafing* Pada Karyawan CV Sempurna Aceh Singkil

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase %
Rendah	$X < (70,65 - 11,26)$	8	20%
Sedang	$(70,65 - 11,26) \leq X < (70,65 + 11,26)$	25	62,5%
Tinggi	$(\bar{x} + 1,0 \text{ SD}) \leq X$	7	17,5%
	Jumlah	40	100 %

Hasil kategorisasi di atas menunjukkan bahwa tingkat perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil dengan kategori rendah yaitu 8 sedangkan persentase dari kategori rendah tersebut sebesar 20%, pada kategori sedang untuk tingkat perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil yaitu dengan frekuensi sebanyak 25, sedangkan hasil persentasenya sebanyak 62,5%, dan pada kategori tinggi untuk tingkat perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil dengan frekuensi 7, sedangkan hasil persentasenya 17,5%.

2. Hasil Uji Prasyarat

Langkah pertama yang harus dilakukan untuk menganalisis data penelitian yaitu dengan cara uji prasyarat. Uji prasyarat yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

a. Uji normalitas sebaran

Hasil uji normalitas sebaran dari data kedua variabel penelitian ini (kontrol diri dan *cyberloafing*) dapat dilihat pada tabel 4.6 di bawah ini:

Tabel 4.6. Uji Normalitas Hubungan Data Penelitian

No.	Variabel Penelitian	<i>Shapiro-Wilk</i>	<i>P</i>
1.	Kontrol Diri	0,940	0,066
2.	<i>Cyberloafing</i>	0,956	0,119

Berdasarkan tabel 4.6 di atas memperlihatkan bahwa variabel kontrol diri berdistribusi normal, yaitu koefisien *Shapiro Wilk* sebesar 0,940 dengan $p = 0,066$ ($p > 0,05$). Sedangkan pada data variabel perilaku

cyberloafing diperoleh sebaran data yang juga berdistribusi normal dengan koefisien *shapiro-Wilk* sebesar 0,956 dengan $p = 0,119$ ($p > 0,05$). Berdasarkan nilai yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa skala ini berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Hasil uji linieritas pada variabel kontrol diri dan perilaku *cyberloafing* memperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4.7. Uji Linieritas Hubungan Data Penelitian

Variabel Penelitian	<i>F Deviation From Linierity</i>	<i>P</i>
Kontrol Diri dengan Perilaku <i>Cyberloafing</i>	1,374	0,265

Berdasarkan tabel 4.7 di atas diperoleh *F Deviation From Linierity* kedua variabel di atas yaitu $F = 1,374$ dengan $p = 0,265$ ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

3. Uji hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *Pearson* karena kedua variabel penelitian ini berdistribusi normal dan linear. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar -0,733 dengan $p = 0,000$ yang berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil, dengan nilai

koefisien korelasi sebesar $r = -0,733$. Hubungan tersebut mengindikasikan bahwa jika semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*, sebaliknya semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Hasil analisis hipotesis dapat dilihat pada tabel 4.8 di bawah ini.

Tabel 4.8. Uji Hipotesis Data Penelitian

Variabel Penelitian	Person Correlation	P
Kontrol diri dan perilaku <i>cyberloafing</i>	-0,733	0,000

Berdasarkan tabel 4.8 di atas menunjukkan koefisien korelasi r hitung = $-0,733$ yang merupakan korelasi yang negatif, yaitu terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing*. Hubungan tersebut mengartikan bahwa jika semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*, sebaliknya semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

Hasil analisis penelitian ini juga menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima. Yaitu terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

Selain itu, hasil analisis penelitian ini menunjukkan sumbangan relatif dari kedua variabel yang dapat dilihat dari analisis *Measure of Associations*.

Hasil analisis tersebut menunjukkan nilai $R\ Square = 0,538$ yang artinya terdapat 53,8% pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing*, sementara 47,3% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

c. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Adapun hasil dari analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

Pada tabel *correlations* menunjukkan bahwa nilai korelasi antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil adalah -0,733, yaitu hubungan negatif. Hubungan negatif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri, maka diikuti semakin rendah perilaku *cyberloafing*, sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil (hipotesis diterima).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardilansari dan Firmanto (2017) dengan judul Hubungan *Self Control* dan Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Negeri Sipil. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing*, artinya semakin tinggi *self control* maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*. Sebaliknya semakin rendah *self control*

yang dimiliki pegawai negeri sipil maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa karyawan CV Sempurna Aceh Singkil memiliki kontrol diri dengan kategori sedang yaitu 30 orang (75%), kategori tinggi yaitu berjumlah 6 orang (15%), dan kategori rendah yaitu berjumlah 4 orang (10%). Sedangkan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil mayoritas karyawan berada pada kategori sedang yaitu berjumlah 25 orang (62,5%), kemudian untuk kategori tinggi berjumlah 7 orang (17,5%), dan kategori rendah berjumlah 8 orang (20%). Berdasarkan data tersebut, menunjukkan bahwa mayoritas karyawan memiliki kontrol diri dan perilaku *cyberloafing* yang sedang.

Dengan adanya pandemi, tentunya memberi kesempatan yang besar pada karyawan untuk melakukan *cyberloafing*, dikarenakan menurunnya pelanggan sehingga banyak waktu luang yang digunakan karyawan CV Sempurna Aceh Singkil untuk menggunakan fasilitas internet perusahaan di luar kepentingan pekerjaan.

Menurut Lim dan Chen (2012, hlm. 344) perilaku *cyberloafing* adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mengakses internet yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan selama jam kerja berlangsung. Salah satu faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberloafing* adalah kontrol diri (Ozler & Polat 2012, hlm. 5). Menurut Averill (dalam Ghufro dan

Risnawita 2010, hlm. 31) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengontrol perilaku, kognitif dan kemampuan untuk mengambil keputusan.

Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian secara kuantitatif hanya diinterpretasikan dalam angka dan persentase yang kemudian dideskripsikan berdasarkan hasil yang diperoleh, sehingga tidak mampu melihat lebih luas dinamika psikologis yang terjadi dalam prosesnya.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil (hipotesis diterima), dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,733$. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri, maka diikuti dengan semakin rendahnya perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* pada karyawan CV Sempurna Aceh Singkil.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Perusahaan

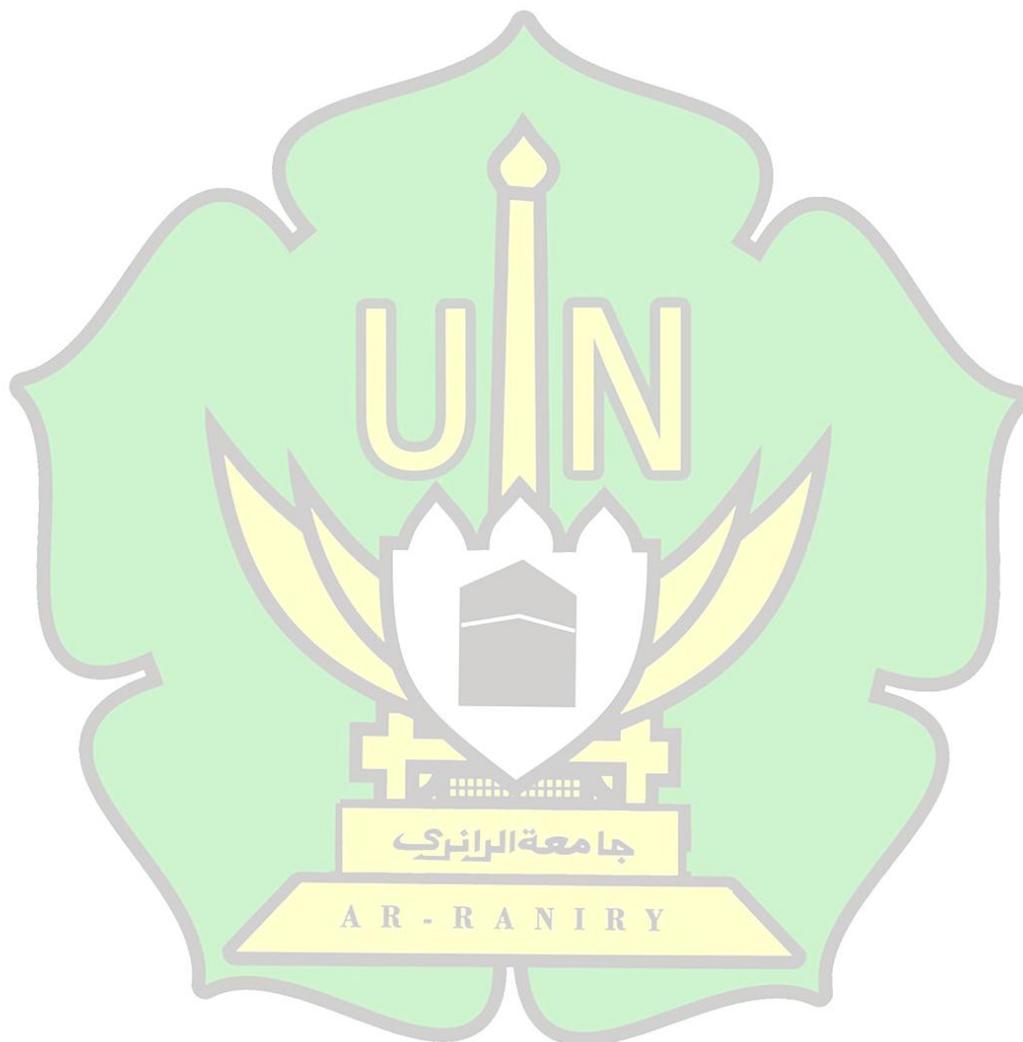
Adanya pengawasan yang lebih untuk menghindari terjadinya perilaku *cyberloafing* pada karyawan.

2. Kepada Karyawan

Karyawan diharapkan mampu untuk mengendalikan diri menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan dan harus lebih mengutamakan pekerjaan pada saat jam kerja.

3. Kepada Peneliti Selanjutnya

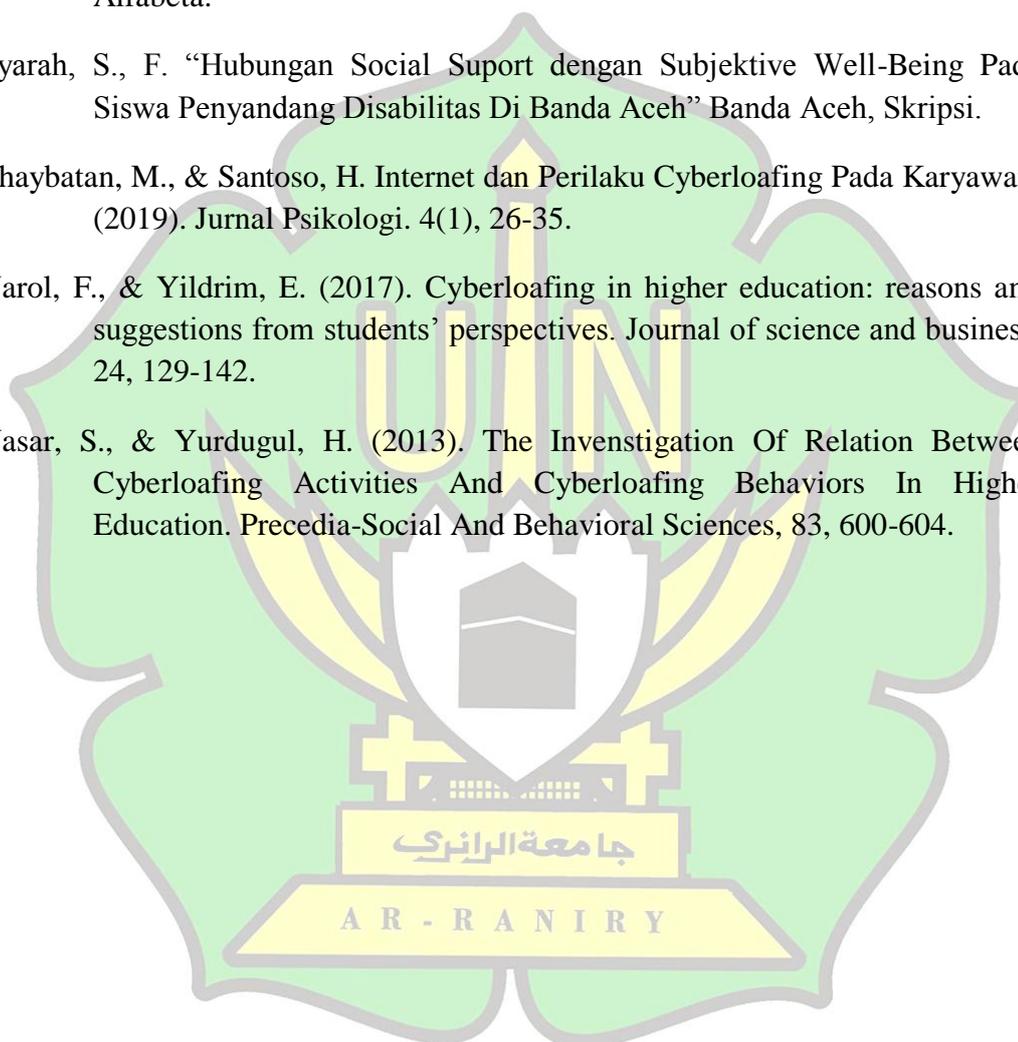
Semoga penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya berkaitan dengan kontrol diri dan *cyberloafing*. pada peneliti selanjutnya diharapkan memperluas cakupan sampel sehingga data menjadi lebih luas.



DAFTAR PUSTAKA

- Ardilasari N., Firmanto A. 2017. Hubungan Self Control dan Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 5(1), 19-39.
- Azwar, S. (2018). *Dasar-dasar Psikometrika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.
- Fuadiah, Lu'lu'ul, Anward, Hemmy H. & Erlyani, Neka. 2016."Peranan Conscientiounsess Terhadap Perilaku Cyberloafing pada Mahasiswa ". *Jurnal Psikologi*. 3(1), 45-48.
- Ghufron, N., M. & Risnawita R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Madia.
- Handoyo, S. (2016). *Cyberloafing di Tempat Kerja*. Diterbitkan dalam *Psikologi dan Teknologi Informasi (Seri Sumbangan –Ruzz Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa2)*. Jakarta: Himpunan Psikologi Indonesia.
- Lim, V.K., & Chen, D.J. (2012). Cyberloafing at workplace: gain or drain on work?. *Behavior & information Technology*. 31 (4), 343-345.
- Oktapiansyah., H. (2018). "Hubungan antara Stres Kerja dengan Perilaku Cyberloafing Pada Karyawan Bank" Yogyakarta, Skripsi.
- Ozler, D. E., & Polat, G. (2012). Cyberloafing Phenomenon in Organizations: Determinants And Impacts. *International Journal of e-Bussiness and eGovernment Studies*, 4(2), 1-15.
- Putriani., F. (2019) "Hubungan Characteristic dengan Perilaku Cyberloafing Pada Karyawan". Surabaya, Skripsi.
- Prasad, S., Lim, V.K.G., & Chen, D.J.Q. (2010). Self Regulation, Individual Characteristics And Cyberloafing. *Proceedings Of The 14th Pacific Asia Conference On Information Systems (PACIS)*. Paper 159, 1641-1648.
- Putri, S.,V.,Y., & Sokang, A., Y. Gambaran Cyberslacking Pada Mahasiswa. (2017). *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*. 2(1), 9-17.

- Rahayuningsih T. (2017). Perilaku Cyberloafing Ditinjau dari Kecerdasan Adversitas dan Komitmen Kerja. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 49-53.
- Safrina.,E. (2019) “Hubungan Kohesivitas dengan Konformitas dalam Mengunjungi Warung Kopi Pada Komunitas Scorpio Aceh”. Banda Aceh, Skripsi.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Syarah, S., F. “Hubungan Social Suport dengan Subjektive Well-Being Pada Siswa Penyandang Disabilitas Di Banda Aceh” Banda Aceh, Skripsi.
- Thaybatan, M., & Santoso, H. Internet dan Perilaku Cyberloafing Pada Karyawan. (2019). *Jurnal Psikologi*. 4(1), 26-35.
- Varol, F., & Yildrim, E. (2017). Cyberloafing in higher education: reasons and suggestions from students’ perspectives. *Journal of science and business*. 24, 129-142.
- Yasar, S., & Yurdugul, H. (2013). The Invenstigation Of Relation Between Cyberloafing Activities And Cyberloafing Behaviors In Higher Education. *Precedia-Social And Behavioral Sciences*, 83, 600-604.



Tabulasi Data Penelitian Kontrol Diri

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Total
1	RUD	pr	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	1	3	3	4	2	71
2	JA	pr	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	81
3	FA	lk	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	3	4	1	3	1	4	4	4	1	86
4	NY	pr	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	64
5	SL	pr	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	3	4	74
6	FA	pr	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
7	DK	pr	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	77
8	MA	lk	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	73
9	SI	lk	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	71
10	R	pr	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	105
11	UB	lk	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	100
12	AH	pr	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	101
13	H	lk	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	65
14	RF	pr	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	86
15	MR	lk	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	78
16	R	lk	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	78

17	EA	pr	3	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	3	4	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	4	2	3	65
18	NY	pr	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	76
19	RA	pr	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	77
20	ML	pr	2	4	2	2	4	4	4	2	4	4	1	4	4	1	4	4	1	2	2	4	4	2	4	4	3	4	4	4	88
21	RO	pr	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	76
22	SY	pr	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	73
23	y	lk	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	2	3	4	4	4	4	2	83
24	S	lk	4	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	71
25	RR	pr	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	3	3	3	3	2	4	2	3	74
26	W	pr	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	78
27	AL	lk	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
28	IM	pr	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	104
29	M	pr	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	84
30	IM	pr	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	95
31	BMH	lk	3	2	2	2	3	4	2	4	3	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	4	2	3	74	
32	EB	lk	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	86
33	DK	pr	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	79
34	FN	lk	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	72

جامعة الرانيري

AR - RANIRY

Tabulasi Data Perilaku *Cyberloafing*

No.	Nama	JK	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	Total
1	RUD	pr	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	80
2	JA	pr	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	71
3	FA	lk	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	1	1	48	
4	NY	pr	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	2	76
5	SL	pr	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	1	3	3	3	3	91	
6	FA	pr	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	1	2	1	1	2	2	2	2	73
7	DK	pr	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	69
8	MA	lk	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	1	4	2	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	83
9	SI	lk	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	81
10	R	pr	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	84
11	UB	lk	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	3	1	1	58
12	AH	pr	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	4	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	1	51
13	H	lk	2	1	1	3	1	3	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	3	1	2	3	1	1	2	54
14	RF	pr	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	87
15	MR	lk	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	3	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	61
16	R	lk	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	75

17	EA	pr	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	1	3	4	2	2	2		
18	NY	pr	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	4	2	2	1	3	2	2	3	3	3	2	2	3	1	2	1	2	1	2	3	1	2	2		
19	RA	pr	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2			
20	ML	pr	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	3	3	1	2	1	1	2	2	4	2	1	2	1	2	1	2	1	3	4	2	3	1		
21	RO	pr	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
22	SY	pr	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2		
23	y	lk	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	1	2	3	3	2	2		
24	S	lk	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2			
25	RR	pr	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3		
26	W	pr	3	1	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
27	AL	lk	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	3	1	2	2		
28	IM	pr	2	2	1	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	1	1	3	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1		
29	M	pr	2	3	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2		
30	IM	pr	4	1	3	2	3	4	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	3	4	2	1	1		
31	BMH	lk	3	2	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3
32	EB	lk	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	
33	DK	pr	2	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	3	2
34	FN	lk	3	1	2	2	3	2	3	1	1	2	1	3	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	

83

72

80

72

72

73

76

81

82

68

60

54

56

69

80

66

66

56

Koefisien Korelasi Aitem Total Kontrol Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.928	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	77.0750	122.225	.264	.929
VAR00002	76.9250	116.533	.650	.924
VAR00003	77.1000	118.092	.544	.926
VAR00004	77.5500	116.356	.603	.925
VAR00005	77.0750	115.969	.602	.925
VAR00006	76.9750	115.102	.712	.923
VAR00007	77.0250	116.384	.669	.924
VAR00008	76.8750	116.061	.686	.924
VAR00009	76.9000	114.451	.825	.922
VAR00010	77.2250	114.743	.691	.923
VAR00011	77.3000	119.344	.411	.928
VAR00012	76.9000	116.144	.749	.923
VAR00013	76.4750	118.615	.581	.925
VAR00014	77.5250	124.204	.107	.932
VAR00015	76.8250	115.379	.791	.922
VAR00016	77.1750	116.763	.607	.925
VAR00017	77.7750	124.076	.149	.930
VAR00018	77.6500	120.438	.355	.928
VAR00019	77.1500	120.900	.299	.929
VAR00020	76.8750	120.163	.459	.927
VAR00021	76.6000	117.477	.704	.924
VAR00022	77.4750	120.256	.330	.929
VAR00023	76.9500	116.203	.745	.923
VAR00024	77.0250	115.563	.545	.926
VAR00025	76.9500	117.279	.661	.924
VAR00026	76.7000	118.472	.569	.925
VAR00027	76.8000	116.626	.678	.924
VAR00028	77.1000	119.323	.431	.927

Koefisien Korelasi Aitem Total Kontrol Diri Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	26

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	72.5250	117.794	.265	.936
VAR00002	72.3750	111.830	.678	.931
VAR00003	72.5500	113.638	.552	.933
VAR00004	73.0000	112.000	.605	.932
VAR00005	72.5250	111.179	.632	.931
VAR00006	72.4250	110.558	.730	.930
VAR00007	72.4750	111.794	.689	.931
VAR00008	72.3250	111.917	.674	.931
VAR00009	72.3500	109.977	.840	.929
VAR00010	72.6750	110.020	.720	.930
VAR00011	72.7500	114.859	.418	.935
VAR00012	72.3500	111.721	.758	.930
VAR00013	71.9250	114.276	.580	.932
VAR00015	72.2750	110.922	.804	.929
VAR00016	72.6250	112.497	.603	.932
VAR00018	73.1000	116.759	.308	.936
VAR00019	72.6000	117.169	.257	.937
VAR00020	72.3250	115.404	.489	.933
VAR00021	72.0500	113.074	.709	.931
VAR00022	72.9250	116.533	.289	.937
VAR00023	72.4000	111.733	.757	.930
VAR00024	72.4750	111.640	.523	.934
VAR00025	72.4000	112.913	.664	.931
VAR00026	72.1500	113.977	.580	.932
VAR00027	72.2500	112.295	.679	.931
VAR00028	72.5500	114.715	.447	.934

Koefisien Korelasi Aitem Total Perilaku *Cyberloafing*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	70.6500	126.746	.485	.912
VAR00002	71.4250	130.456	.378	.914
VAR00003	71.1250	124.163	.565	.911
VAR00004	70.7500	128.808	.423	.913
VAR00005	70.7000	125.754	.633	.910
VAR00006	70.7250	126.256	.533	.912
VAR00007	70.8500	127.208	.534	.912
VAR00008	71.1000	126.862	.473	.913
VAR00009	71.0000	130.154	.296	.915
VAR00010	71.1750	124.866	.745	.909
VAR00011	71.2750	129.025	.471	.913
VAR00012	70.7750	124.999	.642	.910
VAR00013	71.3250	128.635	.547	.912
VAR00014	70.9250	131.353	.264	.915
VAR00015	71.4250	131.840	.216	.916
VAR00016	71.1750	126.251	.643	.910
VAR00017	71.2250	134.179	.102	.917
VAR00018	71.4500	126.613	.613	.911
VAR00019	71.2000	128.985	.547	.912
VAR00020	70.5750	141.328	-.386	.923
VAR00021	70.8000	124.472	.612	.910
VAR00022	71.2250	129.410	.535	.912
VAR00023	71.3750	125.676	.738	.909
VAR00024	71.1000	129.682	.425	.913
VAR00025	71.3750	125.830	.631	.910
VAR00026	71.2750	129.179	.500	.912
VAR00027	71.5750	127.943	.507	.912
VAR00028	71.0750	126.840	.584	.911
VAR00029	71.7500	131.577	.308	.914
VAR00030	71.2000	124.831	.640	.910
VAR00031	70.6500	129.926	.299	.915
VAR00032	71.1500	129.054	.340	.915
VAR00033	71.2750	125.230	.627	.910
VAR00034	71.4000	126.503	.653	.910

Koefisien Korelasi Aitem Total Perilaku *Cyberloafing* Setelah Aitem Gugur

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	31

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	64.6750	114.430	.502	.912
VAR00002	65.4500	118.254	.377	.914
VAR00003	65.1500	111.977	.581	.911
VAR00004	64.7750	116.435	.440	.913
VAR00005	64.7250	113.487	.654	.910
VAR00006	64.7500	113.987	.550	.911
VAR00007	64.8750	114.830	.557	.911
VAR00008	65.1250	114.881	.469	.913
VAR00009	65.0250	118.333	.272	.916
VAR00010	65.2000	112.728	.761	.908
VAR00011	65.3000	116.882	.471	.912
VAR00012	64.8000	113.087	.640	.910
VAR00013	65.3500	116.387	.558	.911
VAR00014	64.9500	119.177	.258	.916
VAR00016	65.2000	114.369	.634	.910
VAR00018	65.4750	114.820	.596	.911
VAR00020	64.6000	128.810	-.400	.924
VAR00021	64.8250	112.404	.621	.910
VAR00022	65.2500	117.372	.524	.912
VAR00023	65.4000	113.836	.727	.909
VAR00024	65.1250	117.548	.422	.913
VAR00025	65.4000	114.041	.617	.910
VAR00026	65.3000	117.087	.496	.912
VAR00027	65.6000	115.938	.500	.912
VAR00028	65.1000	114.810	.584	.911
VAR00029	65.7750	119.563	.287	.915
VAR00030	65.2250	112.743	.650	.910
VAR00031	64.6750	117.661	.303	.915
VAR00032	65.1750	117.174	.324	.915
VAR00033	65.3000	113.395	.619	.910
VAR00034	65.4250	114.661	.639	.910

ANALISIS DATA

A. Uji Normalita

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
kontrol diri	Mean	79.9250	1.77857	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	76.3275	
		Upper Bound	83.5225	
	5% Trimmed Mean	79.7222		
	Median	78.0000		
	Variance	126.533		
	Std. Deviation	1.12487E1		
	Minimum	54.00		
	Maximum	105.00		
	Range	51.00		
	Interquartile Range	12.25		
	Skewness	.547	.374	
	Kurtosis	.486	.733	
cyberloafing	Mean	70.6500	1.78007	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	67.0495	
		Upper Bound	74.2505	
	5% Trimmed Mean	70.8889		
	Median	72.0000		
	Variance	126.746		
	Std. Deviation	1.12582E1		
	Minimum	48.00		
	Maximum	91.00		
	Range	43.00		
	Interquartile Range	18.25		
	Skewness	-.442	.374	
	Kurtosis	-.678	.733	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kontrol diri	.133	40	.073	.940	40	.066
cyberloafing	.098	40	.200*	.956	40	.119

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

B. Uji Linierity

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kontrol diri *	Bet (Combined)	4200.275	24	175.011	3.574	.007
cyberloafing	we en Gr ou ps Linearity	2652.587	1	2652.587	54.171	.000
	Deviation from Linearity	1547.688	23	67.291	1.374	.265
	Within Groups	734.500	15	48.967		
	Total	4934.775	39			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
kontrol diri * cyberloafing	-.733	.538	.923	.851

C. Uji Hipotesis

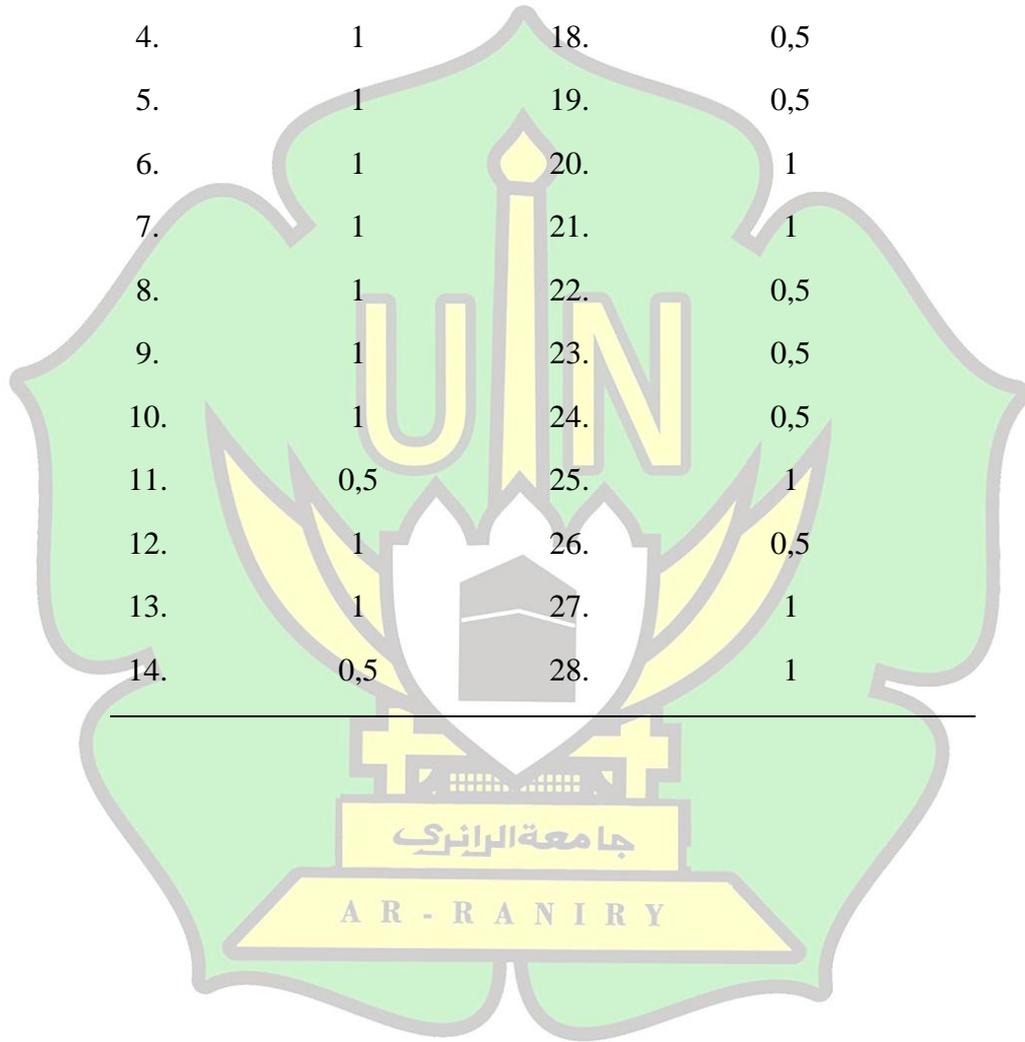
Correlations

		kontrol diri	cyberloafing
kontrol diri	Pearson Correlation	1	-.733**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	40	40
cyberloafing	Pearson Correlation	-.733**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	40	40

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Kefisien CVR Kontrol Diri

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1.	0,5	15.	0,5
2.	0,5	16.	0,5
3.	1	17.	0,5
4.	1	18.	0,5
5.	1	19.	0,5
6.	1	20.	1
7.	1	21.	1
8.	1	22.	0,5
9.	1	23.	0,5
10.	1	24.	0,5
11.	0,5	25.	1
12.	1	26.	0,5
13.	1	27.	1
14.	0,5	28.	1



Koefisien CVR Perilaku *Cyberloafing*

No	Koefisien CVR	No	Koefisien CVR
1.	1	18.	1
2.	0,5	19.	1
3.	1	20.	1
4.	1	21.	1
5.	1	22.	1
6.	0,5	23.	0,5
7.	1	24.	1
8.	0,5	25.	0,5
9.	1	26.	1
10.	0,5	27.	1
11.	1	28.	1
12.	0,5	29.	1
13.	1	30.	1
14.	0,5	31.	1
15.	0,5	32.	1
16.	1	33.	1
17.	0,5	34.	1

