

HUBUNGAN KEPERIBADIAN *CONSCIENTIOUSNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP PERILAKU *CYBERSLACKING* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Yunia Setiyaningrum

(30702000235)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN KEPERIBADIAN *CONSCIENTIOUSNESS* DAN REGULASI DIRI TERHADAP PERILAKU *CYBERSLACKING* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA

Dipersiapkan dan disusun oleh:


Yunia Setyaningrum

30702000235

Telah disetujui dan dipertahankan di depan Dewan Penguji guna memenuhi persyaratan untuk memenuhi gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing

Tanggal


Erni Agustina Setiowati, S. Psi., M. Psi.

1 April 2024

Semarang, 1 April 2024

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang


Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

Hubungan Antara Kepribadian Conscientiousness dan Regulasi Diri Terhadap Perilaku Cyberslacking Pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Unissula

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yunia Setyaningrum

30702000235

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada 3 April 2024

Dewan Penguji

Tanda Tangan

1. Ratna Supradewi, S. Psi, M. Si, Psikolog

2. Ruseno Arjanggi, S. Psi, MA, Psikolog

3. Erni Agustina Setiowati, S. Psi, M. Psi, Psikolog

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 3 April 2024

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UMISULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIDN. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Yunia Setiyaningrum dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.



MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan akan ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai dari suatu urusan, tetaplah bekerja keras untuk urusan yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah kamu berharap”

(QS: Al-Insyirah 6-8)

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS: Al-Baqarah 286)

“Barang siapa yang mengerjakan kebaikan seberat zarrah, niscaya dia akan melihat balasannya”

(QS: Al-Zalzalah 7)



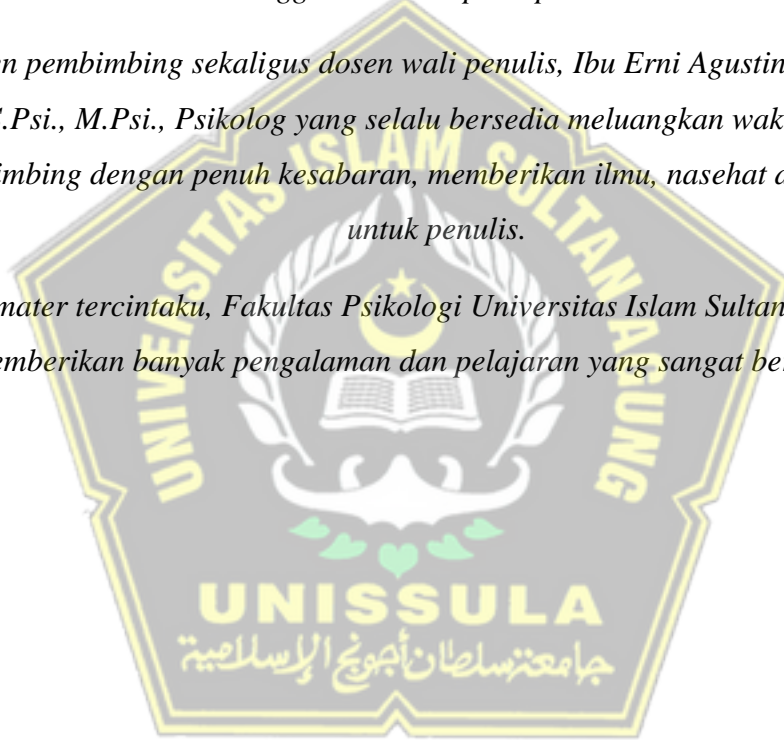
PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil 'alamin. Karya ini merupakan bentuk rasa syukur saya kepada Allah SWT. Karena telah memberikan nikmat dan pertolongan yang tiada henti hingga hari ini. Tiada lembar skripsi yang paling indah selain lembar persembahan. Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Bapak Maryono dan teristimewa Ibu Sri Kustini yang telah melahirkan, merawat, membimbing, memberikan do'a, dukungan dan kasih sayang yang tiada henti hingga hari ini kepada penulis.

Dosen pembimbing sekaligus dosen wali penulis, Ibu Erni Agustina Setiowati, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang selalu bersedia meluangkan waktu untuk membimbing dengan penuh kesabaran, memberikan ilmu, nasehat dan dukungan untuk penulis.

Almamater tercintaku, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung yang memberikan banyak pengalaman dan pelajaran yang sangat bermanfaat.



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, Puji syukur kehadirat Allah SWT. Atas rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, serta telah memberikan kemudahan dan kelancaran sehingga penyusunan skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam yang selalu tercurah limpahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, banyak pihak yang telah memberikan dukungan baik secara langsung maupun tidak langsung. Dukungan berupa bimbingan, dorongan serta motivasi yang membuat penulis bias mempertahankan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. oleh sebab itu, pada kesempatan ini dengan bangga dan rendah hati ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu dalam proses akademik serta apresiasi dan motivasinya kepada mahasiswa untuk terus mengukir prestasi.
2. Ibu Erni Agustina Setiowati, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen wali sekaligus dosen pembimbing skripsi yang senantiasa meluangkan waktu serta tenaganya untuk memberikan bimbingan, perhatian, dukungan serta nasehat dari awal perkuliahan dengan sabar hingga terselesaikannya skripsi ini.
3. Ibu Dr. Ir. Novi Marlyana, S.T., M.T., IPU., ASEAN Eng selaku dekan, Bapak Ibu Dosen dan Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan serangkaian pengambilan data.
4. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung selaku tenaga pendidik yang telah banyak memberikan ilmu dan pengalaman yang sangat bermanfaat bagi penulis.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Staff Tata Usaha, Perpustakaan dan seluruh Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung yang telah

memberikan kemudahan dalam proses administrasi dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai.

6. Pintu surgaku, Ibu Sri Kustini, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta, kesabaran, kebesaran hati dan selalu memberikan motivasi serta do'a. Ibu menjadi penguat dan pengingat paling hebat. Terima kasih sudah menjadi tempatku untuk pulang, bu.
7. Superhero dan panutanku, Bapak Maryono, terima kasih selalu berjuang untuk kehidupan penulis. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan hingga bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memberikan dukungan dan motivasi tiada henti. Alhamdulillah, kini penulis telah berhasil ditahap ini menyelesaikan karya tulis sederhana ini sebagai perwujudan bakti. Terima kasih telah mengantarkan penulis berada ditempat ini, pak.
8. Seluruh mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk mengisi skala penelitian ini, tanpa adanya kalian penelitian ini tidak dapat terlaksana.
9. Teman-teman bimbingan Bu Erni terima kasih atas semangat, dukungan dan saran-saran selama proses penyelesaian skripsi ini.
10. Teruntuk teman-teman seperjuangan hingga akhir detik ini Fatimah Ulya, Wiwik Asih Rahayu, Seffira Melati Wulan Cahyani, Yunita Enjiani, Zakiatuz Zahro' dan Aan Syaiful Anwar yang terus memberikan semangat, bersedia menjadi pendengar yang baik bagi penulis dalam segala keluh kesah dan bertukar pikiran, sehingga sangat membantu dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
11. Sahabat saya dari awal perkuliahan hingga saat ini Susi Idayani, Vina Rizqiyya Hidayati dan Siti Nur Aisyah terimakasih sudah selalu kebersamai dalam keadaan suka maupun duka, terimakasih juga sudah meluangkan waktu dan selalu ada dalam keadaan apapun.
12. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Angkatan 2020 dan khususnya Kelas D atas kebersamaan, dukungan serta

kenangan yang telah diberikan sehingga perkuliahan ini menjadi sangat berkesan.

13. Berbagai pihak yang telah turut membantu, memberikan dukungan serta do'a kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu.
14. Terakhir, tetapi tidak kalah penting terima kasih untuk diri sendiri, karena telah mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan, mampu berusaha keras, berjuang sejauh ini dan tidak pernah mengambil keputusan untuk menyerah. Keadaan sesulit apapun ketika proses penyusunan skripsi ini dengan cara menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin merupakan bagian pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Proses penyusunan skripsi ini telah dikerjakan dengan sungguh-sungguh dan sebaik-baiknya, meskipun demikian penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Semoga dengan ketidaksempurnaan yang ada, dapat memberikan manfaat dan perkembangan dalam ilmu pengetahuan psikologi

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Semarang, 01 April 2024

Yang menyatakan

Yunia Setyaningrum

(30702000235)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
<i>ABSTRACT</i>	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis	8
2. Manfaat Praktis.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	9
A. Perilaku <i>Cyberslacking</i>	9
1. Pengertian Perilaku <i>Cyberslacking</i>	9
2. Aspek-Aspek Perilaku <i>Cyberslacking</i>	10
4. Dampak Perilaku <i>Cyberslacking</i>	18
B. Kepribadian <i>Conscientiousness</i>	21
1. Pengertian Kepribadian <i>Conscientiousness</i>	21

2. Aspek-Aspek Kepribadian <i>Conscientiousness</i>	22
3. Ciri-Ciri Kepribadian <i>Conscientiousness</i>	23
C. Regulasi Diri	24
1. Pengertian Regulasi Diri.....	24
2. Aspek-Aspek Regulasi Diri	25
D. Hubungan antara Kepribadian <i>Conscientiousness</i> dan Regulasi Diri Terhadap Perilaku <i>Cyberslacking</i>	29
E. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Identifikasi Variabel.....	32
B. Definisi Operasional.....	32
1. Perilaku <i>Cyberslacking</i>	32
2. Kepribadian <i>Conscientiousness</i>	33
3. Regulasi Diri.....	33
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	33
1. Populasi	33
2. Sampel	34
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	34
D. Metode Pengumpulan Data	35
1. Skala Perilaku <i>Cyberslacking</i>	35
2. Skala <i>Conscientiousness</i>	36
3. Skala Regulasi Diri.....	37
E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Aitem.....	38
1. Validitas	38
2. Uji Daya Beda Aitem	38
3. Estimasi Reliabilitas Aitem	39
F. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Orientasi Kancah Penelitian dan Persiapan Penelitian.....	41

1. Orientasi Kanchah	41
2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	42
B. Pelaksanaan Penelitian	49
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian	49
1. Uji Asumsi	50
2. Uji Hipotesis	52
D. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian	54
1. Deskripsi Data Skor Perilaku <i>Cyberslacking</i>	55
2. Deskripsi Data Skor <i>Conscientiousness</i>	56
3. Deskripsi Data Skor Regulasi Diri	58
E. Pembahasan	59
F. Kelemahan Penelitian	62
BAB V KESIMPULAN	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	71



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Rincian Data Mahasiswa FTI 2022 – 2023 UNISSULA.....	34
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala <i>Cyberslacking</i>	36
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala <i>Conscientiousness</i>	37
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala <i>Regulasi Diri</i>	38
Tabel 5. Sebaran Distribusi Aitem Skala <i>Perilaku Cyberslacking</i>	43
Tabel 6. Sebaran Distribusi Aitem Skala <i>Conscientiousness</i>	44
Tabel 7. Sebaran Distribusi Aitem Skala <i>Regulasi Diri</i>	45
Tabel 8. Data Subjek Uji Coba Alat Ukur	45
Tabel 9. Sebaran Daya Beda Aitem Skala <i>Perilaku Cyberslacking</i>	46
Tabel 10. Sebaran Daya Beda Aitem Skala <i>Conscientiousness</i>	47
Tabel 11. Sebaran Daya Beda Aitem Skala <i>Regulasi Diri</i>	47
Tabel 12. Susunan Nomor Aitem Skala <i>Perilaku Cyberslacking</i>	48
Tabel 13. Susunan Nomor Aitem Skala <i>Regulasi Diri</i>	48
Tabel 14. Data Subjek Penelitian	49
Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor	55
Tabel 16. Deskripsi Skor Skala <i>Perilaku Cyberslacking</i>	55
Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala <i>Perilaku Cyberslacking</i>	55
Tabel 18. Deskripsi Skor Skala <i>Conscientiousness</i>	57
Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala <i>Conscientiousness</i>	57
Tabel 20. Deskripsi Skor Skala <i>Regulasi Diri</i>	58
Tabel 21. Kategorisasi Skor Skala <i>Regulasi Diri</i>	58

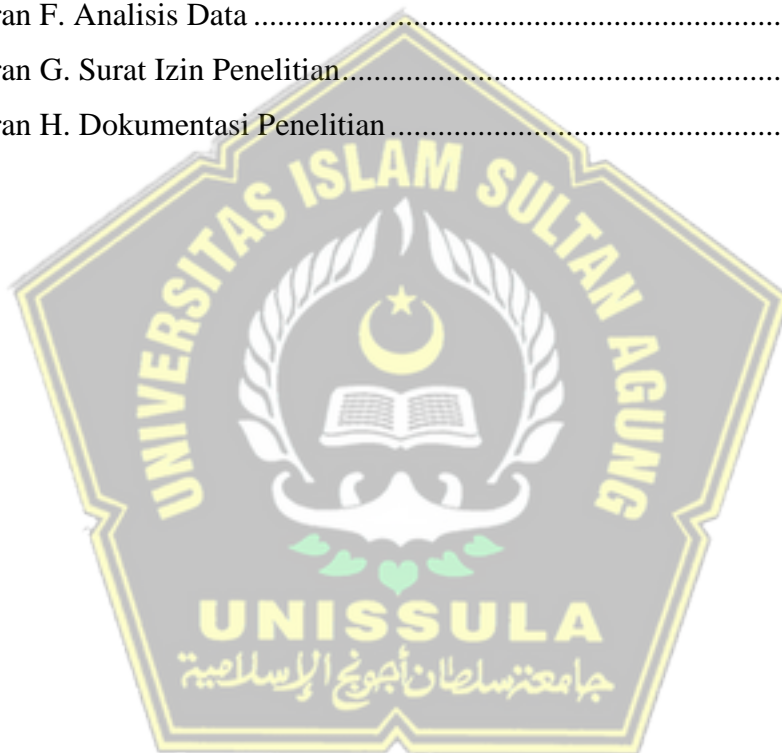
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Perilaku <i>Cyberslacking</i>	56
Gambar 2. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel <i>Consientiousness</i>	58
Gambar 3. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Regulasi Diri.....	59



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Uji Coba.....	72
Lampiran B. Tabulasi Data Skala Uji Coba.....	84
Lampiran C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba ..	101
Lampiran D. Skala Penelitian	111
Lampiran E. Tabulasi Data Penelitian	121
Lampiran F. Analisis Data	162
Lampiran G. Surat Izin Penelitian.....	170
Lampiran H. Dokumentasi Penelitian.....	173



**HUBUNGAN ANTARA KEPERIBADIAN *CONSCIENTIOUSNESS* DAN
REGULASI DIRI TERHADAP PERILAKU *CYBERSLACKING* PADA
MAHASISWA FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI UNISSULA**

Yunia Setiyaningrum¹, Erni Agustina Setiowati²

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung

Email: yuniasetiyaningrum@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking*. Sampel yang diikutsertakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Teknologi Industri angkatan 2022 – 2023 Universitas Islam Sultan Agung yang diperoleh melalui *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan yaitu skala perilaku *cyberslacking*, skala *conscientiousness* dan skala regulasi diri yang masing-masing memiliki koefisien reliabilitas $\alpha = 0,918, 0,872$ dan $0,884$. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis regresi linier berganda dan korelasi parsial. Hasil uji hipotesis pertama memperoleh $R = 0,735$ ($F = 104,885$ $p < 0,05$). Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking*. Uji hipotesis kedua diperoleh koefisien $r_{x1,y} = 0,622$ ($p < 0,05$), hipotesis kedua ditolak. Uji hipotesis ketiga diperoleh koefisien $r_{x2,y} = -0,170$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya, terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking*.

Kata Kunci : Perilaku *Cyberslacking*, *Conscientiousness* dan Regulasi Diri

***THE RELATIONSHIP BETWEEN CONSCIENTIOUSNESS PERSONALITY
AND SELF-REGULATION ON CYBERSLACKING BEHAVIOR IN
STUDENTS OF THE FACULTY OF INDUSTRIAL TECHNOLOGY
UNISSULA***

Yunia Setiyaningrum¹, Erni Agustina Setiowati²

Faculty of Psychology

Sultan Agung Islamic University

Email: yuniasetiyaningrum@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between conscientiousness personality and self-regulation on cyberslacking behavior. The samples included in this study were students of the Faculty of Industrial Technology batch 2022-2023 of Sultan Agung Islamic University obtained through cluster random sampling. The measuring instruments used are the cyberslacking behavior scale, conscientiousness scale and self-regulation scale, each of which has a reliability coefficient of $\alpha = 0.918, 0.872$ and 0.884 . The data analysis technique used is multiple linear regression analysis and partial correlation. The first hypothesis test results obtained $R = 0.735$ ($F = 104.885$ $p < 0.05$). That is, there is a significant relationship between conscientiousness personality and self-regulation on cyberslacking behavior. The second hypothesis test obtained the coefficient $rx1.y = 0.622$ ($p < 0.05$), the second hypothesis is rejected. The third hypothesis test obtained the coefficient $rx2.y = -0.170$ ($p < 0.05$). In conclusion, there is a significant relationship between self-regulation and cyberslacking behavior.

Keywords: *Cyberslacking Behavior, Conscientiousness and Self-Regulation*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang semakin pesat membawa perubahan yang cukup signifikan. Salah satu dampak dari perubahan tersebut yaitu memudahkan manusia untuk saling menjalin komunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Sejatinya manusia adalah makhluk sosial yang memiliki dorongan dan kebutuhan untuk selalu berinteraksi dengan individu lain. Selain menjadi sarana komunikasi, perkembangan teknologi juga memiliki dampak yang besar pada bidang pendidikan, khususnya sebagai penunjang sarana perkuliahan.

Saat ini, internet telah menjadi alat komunikasi yang tidak dapat dihindarkan dalam kehidupan manusia sehari-hari. Pengguna internet di Indonesia mencapai 215,626 juta pengguna pada tahun 2022 hingga 2023. Jumlah tersebut mengalami peningkatan sebesar 2,67% dibandingkan pada tahun sebelumnya yang sebesar 210.026 juta pengguna. Jumlah pengguna internet tersebut setara dengan 78,19% dari total penduduk Indonesia sebanyak 275,773 juta jiwa. Berdasarkan usia, pengguna internet paling banyak digunakan masyarakat yang berusia 13-23 tahun yakni mencapai 98,20%. Kemudian, pengguna internet yang berusia 24-39 tahun yakni mencapai 97,17%, usia 39-55 tahun yakni mencapai 84,04% dan usia 55 tahun keatas mencapai 47,62%. Berdasarkan tingkat pendidikan, penetrasi internet paling banyak terjadi pada masyarakat dengan tingkat pendidikan Sarjana S1/D1/D2/D3 yakni mencapai 97,61%, pada tingkat pendidikan SMA/SMK mencapai 94,74% dan tingkat pendidikan SMP yakni mencapai 85,42%. Penetrasi internet di daerah perkotaan lebih tinggi dibandingkan dengan di daerah pedesaan, yakni mencapai 87,55% berbanding 79,79% (APJII, 2023).

Pada dunia pendidikan, perkembangan internet mampu menunjang kegiatan belajar mengajar. sehingga dapat dimanfaatkan mahasiswa untuk mencari referensi materi apa saja yang dibutuhkan. Manfaat internet bagi kegiatan belajar mengajar yaitu untuk menambah sumber atau media belajar, mengakses

kebutuhan studi secara luas dan melaksanakan pembelajaran secara *online* yang efektif dapat dilakukan dimana saja (Bela, 2018).

Adanya perkembangan internet yang sangat pesat membawa banyak dampak positif bagi setiap penggunanya. Namun, tanpa disadari dengan adanya perkembangan internet juga membawa dampak negatif. Salah satu dampak negatif dari penggunaan internet adalah adanya perilaku *cyberslacking*. Perilaku *cyberslacking* merupakan suatu tindakan menyimpang yang dilakukan individu yang tidak sesuai dengan proses belajar (Akbulut, dkk., 2016). Perilaku *cyberslacking* tersebut memiliki salah satu ciri yaitu individu cenderung suka menunda tugas dan lebih memilih untuk melakukan kegiatan lain yang menyenangkan di internet (Blanchard & Henle, 2008). Perilaku *cyberslacking* merupakan perilaku yang dilakukan individu dalam pemanfaatan internet di lingkungan sekolah dengan tujuan kepentingan pribadi dan tidak berkaitan dengan tugas pendidikan (Gökçearslan, dkk., 2016)

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anam & Pratomo (2019) melibatkan 30 mahasiswa dengan pengumpulan data yang menggunakan media sosial *Instagram*, mendapatkan hasil bahwa ketika sedang melaksanakan kegiatan belajar mengajar, kebanyakan dari mahasiswa menggunakan *handphone* untuk bermain sosial media, mengirim pesan, sebanyak 50% memilih untuk berbelanja online dan 20% lebih memilih untuk bermain *game*. Pratama & Satwika (2022) mengungkapkan bahwa mahasiswa yang memiliki kejenuhan dan kebosanan dalam proses kegiatan belajar, maka akan cenderung memiliki intensi untuk menghibur diri sendiri dengan cara mengakses sosial media yang tidak relevan dengan kegiatan pembelajaran, ini menunjukkan bahwa perilaku *cyberslacking* telah marak terjadi di lingkungan pendidikan.

Tidak dapat dipungkiri bahwa dengan adanya perkembangan teknologi dan internet yang semakin pesat, membawa dampak negatif yang ditimbulkan yaitu perilaku *cyberslacking*. Perilaku *cyberslacking* tidak hanya terjadi di lingkungan kerja, melainkan juga terjadi di lingkungan pendidikan, khususnya mahasiswa Fakultas Teknologi Industri di Universitas Islam Sultan Agung yang turut merasakan dampak negatif tersebut.

Berdasarkan pada latar belakang diatas mengenai penggunaan internet di lingkungan pendidikan khususnya di kalangan mahasiswa, peneliti hendak mengetahui adanya perilaku *cyberslacking* di Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung, berikut ini adalah hasil dari wawancara yang telah peneliti lakukan terhadap mahasiswa Fakultas Teknologi Industri yang berinisial AR angkatan 2022 pada tanggal 15 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“.... Sekarang saya sudah memasuki semester 3, di semester ini ada tiga praktikum dan masing-masing dari praktikum tersebut dibuat laporan. Pulang kuliah sampe di kos-an sore, setelah itu saya bersih-bersih dan lanjut mengerjakan laporan, saya merasa bahwa waktu saya saat ini semakin sedikit untuk bermain hp di kos-an, alhasil besoknya saya mencuri-curi waktu di kelas untuk bermain hp, saya memilih bermain game dengan teman-teman saya.”

Wawancara juga telah dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Teknologi Industri yang berinisial ND angkatan 2021 pada tanggal 15 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“.... Kegiatan saya di semester 5 semakin padat sekali, lebih padat daripada semester 3 waktu itu, semakin banyak laporan praktikum yang harus dikerjakan, hal itu membuat saya jarang tidur dan jarang buat main hp, karena waktu saya sudah hampir sepenuhnya terkuras di tugas-tugas kuliah. Jadi, ketika sedang kuliah di kelas saya ngantuk dan bosan. Cara saya menghilangkan ngantuk dan bosan tersebut denga cara bermain hp yaitu scroll TikTok, saya suka scroll TikTok karena banyak video lucu yang dapat membangun mood saya.”

Wawancara lain juga telah dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Teknologi Industri yang berinisial VW angkatan 2021 pada tanggal 15 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“.... banyak tugas dan laporan praktikum membuat saya kuwalahan buat mengerjakan dan melakukan kegiatan yang mana dulu, tapi disisi lain saya juga ingin istirahat dan bermain gadget di kos, tapi kenyataannya hal tersebut sangat sulit untuk dilakukan. Alhasil saya mencuri-curi waktu saat perkuliahan berlangsung, kadang memilih untuk scroll Tiktok, chatingan sama temen, bahkan saya bermain game online dengan teman-teman saya”

Wawancara telah dilakukan terhadap mahasiswa Fakultas Teknologi Industri yang berinisial FHW angkatan 2021 pada tanggal 16 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“..... di semester 5 ini ketika mengikuti perkuliahan di kelas seringkali merasa bosan untuk memperhatikan dosen yang sedang menerangkan materi. Hal tersebut dikarenakan tugas yang menumpuk, di kampus harus belajar dan sesampainya di kos harus mengerjakan tugas, jadi waktu bermain dengan teman-teman jadi berkurang, bahkan santai tiduran dan bermain hp di kos juga berkurang. Jadi, ketika perkuliahan berlangsung saya diam-diam membuka hp untuk menghilangkan rasa bosan tersebut dan seringkali saya meluangkan waktu untuk scroll TikTok melihat video-video yang menghibur.”

Wawancara telah dilakukan terhadap mahasiswi Fakultas Teknologi Industri yang berinisial DH angkatan 2021 pada tanggal 16 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“emm.. aku bisa dibilang sering main gadget waktu perkuliahan masih berlangsung kak, keinginan buat buka hp itu timbul ketika melihat teman-teman membuka hp. Kalau saya seringkali scroll TikTok sama buka aplikasi belanja online melihat live shopping cari-cari voucher belanja, karena lumayan juga buat memenuhi kebutuhan di kos, tapi disisi lain juga saya takut kalau lagi main hp terus tiba-tiba ditunjuk dosen, namun walaupun aku takut tapi masih saya lakukan sampai saat ini kak.”

Wawancara juga telah dilakukan terhadap mahasiswi Fakultas Teknologi Industri yang berinisial IYD angkatan 2021 pada tanggal 17 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“.... kalau saya bermain gadget waktu perkuliahan karena bosan sama suasana didalam kelas, terkadang juga bosan karena tidak paham dengan materi yang sedang diajarkan dosen. Jadi, untuk mengisi waktu bosan tersebut, saya lebih memilih untuk membuka pesan dari notifikasi yang masuk terkadang juga lebih suka membuka aplikasi belanja online untuk melihat-lihat barang yang saya inginkan apalagi ketika ada event belanja online saya jadi lebih sering buat buka aplikasi belanja online”

Wawancara juga telah dilakukan terhadap mahasiswi Fakultas Teknologi Industri yang berinisial NS angkatan 2021 pada tanggal 17 November 2023 yang mengatakan bahwa:

“.... iya saya terkadang kalau lagi kuliah menyempatkan waktu untuk buka hp, terkadang suka ngevideo ataupun mem-foto hal-hal yang menurut saya perlu diabadikan dan kemudian hal itu saya upload di story media sosial saya, saya melakukan itu hanya sekedar mengabadikan momen yang menurut saya nantinya tidak bisa di ulang ataupun diputar kembali.”

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, melalui wawancara yang dilaksanakan pada tanggal 15-17 November 2023 dengan melibatkan 7 mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung menunjukkan bahwa terdapat pengalihan perhatian dengan cara membuka akses internet untuk tujuan dan kepentingan pribadi selama kegiatan perkuliahan berlangsung seperti membuka media sosial seperti *WhatsApp*, *Instagram* dan *TikTok*, bermain *game* serta membuka aplikasi belanja *online*. Adanya tindakan tersebut memicu mahasiswa menjadi tidak fokus dan tidak produktif, sehingga menyebabkan hasil belajar menjadi kurang maksimal.

Menurut Kurniawan & Nastasia (2018) perilaku *cyberslacking* dilakukan mahasiswa semata hanya untuk menghilangkan rasa bosan ketika kegiatan perkuliahan sedang berlangsung, namun perilaku tersebut dapat menyebabkan mahasiswa menjadi tidak fokus dalam proses belajar. Selain sebagai penunjang kegiatan perkuliahan, *gadget* yang dimiliki oleh mahasiswa juga dimanfaatkan sekedar untuk *updating* ketika berada perkuliahan berlangsung guna menunjukkan kondisi dan situasi terkini yang sedang dijalani (Chrisnatalia dkk., 2023)

Perilaku *cyberslacking* dapat terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor pemicu. Malhotra, (2013) membagi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberslacking* menjadi dua faktor yaitu faktor organisasi meliputi pembatasan dalam penggunaan internet, norma *cyberslacking* yang berlaku dan komitmen, sedangkan faktor individual meliputi kepribadian *big five*, *locus of control*, efikasi diri dan orientasi terhadap pencapaian.

Berdasarkan uraian faktor-faktor yang telah dijabarkan diatas, salah satu diantara komponen kedua faktor tersebut terdapat faktor kepribadian *conscientiousness* yang menyebabkan timbulnya perilaku *cyberslacking*. Pada studi yang dilakukan Marissa dkk, (2019) yang menunjukkan bahwa aspek kepribadian *conscientiousness* memiliki pengaruh yang negatif terhadap perilaku

cyberslacking, artinya semakin tinggi tingkat *conscientiousness*, maka semakin rendah timbulnya perilaku *cyberslacking*. Sejalan dengan Malhotra, (2013), mengungkapkan bahwa individu yang memiliki tipe kepribadian *conscientiousness* yang tinggi memiliki kontrol terhadap perilaku untuk mencapai tujuan dan tidak mudah terpengaruh oleh kemauan pribadi yang bersifat sesaat sehingga individu tersebut tidak akan menjadi bagian dari perilaku *cyberslacking*.

Individu yang memiliki tipe kepribadian *conscientiousness* yang rendah, maka akan cenderung memiliki sifat yang ceroboh, pemalas, putus asa dan tidak memiliki tujuan hidup yang terstruktur, sehingga individu dengan tipe kepribadian tersebut dapat memicu *serious cyberslacking* dan tidak akan memicu *minor cyberslacking* (Yudiansyah, 2019). Oleh karena itu, mahasiswa harus mampu mengelola perilakunya dan memiliki penyesuaian diri yang baik dengan tujuan hidup yang akan dicapai atau bisa disebut dengan regulasi diri (Pratama & Satwika, 2022). Adanya regulasi diri yang baik, diharapkan mampu mengurangi bahkan menghindari timbulnya perilaku yang menyimpang (Pratama & Satwika, 2022).

Regulasi diri merupakan proses individu untuk mengelola dirinya sendiri guna mewujudkan tujuan yang hendak dicapai, dengan adanya regulasi diri yang baik maka akan tercapai kepuasan dalam diri individu (Manab, 2016). Regulasi diri adalah kapasitas dalam diri individu untuk mengendalikan perilakunya dan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai tujuan (Yasdar & Mulyadi, 2018). Pada penelitian Baumeister, dkk (2006) diperoleh kesimpulan bahwa individu yang mampu meregulasi diri dengan baik, maka akan mampu memunculkan perilaku yang sesuai dengan tujuannya dan akan menghindari diri dari perilaku yang mengganggu tujuan hidupnya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Pratama & Satwika, (2022) yang mengatakan bahwa ketika mahasiswa memiliki tingkat regulasi diri yang cukup, maka dengan mudah akan mampu untuk memilih perilaku yang dapat membantu dirinya untuk mewujudkan tujuan yang telah direncanakan.

Pada penelitian Kurniawan & Nastasia, (2018) menemukan bahwa timbulnya perilaku *cyberslacking* dipengaruhi oleh tingkat regulasi diri yang

dimiliki mahasiswa. Adanya temuan tersebut, langkah yang harus dilakukan untuk mengurangi kemungkinan timbulnya perilaku *cyberslacking* yaitu pengaturan diri dan menyesuaikan diri dengan tujuan yang hendak dicapai (Prasad & Chen, 2010). Regulasi diri dapat ditanamkan pada diri sendiri melalui pendekatan perilaku kognitif yaitu mengelola dan mengatur perilaku, mengubah persepsi negatif menjadi persepsi positif, meningkatkan kontrol diri dan mendorong refleksi diri yang positif (Trisnayanti, 2021). Artinya, individu yang memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi akan memiliki pengaturan diri yang kuat dan mampu memfokuskan perhatiannya terhadap perilaku-perilaku yang sewajarnya untuk dilakukan, sehingga kecil kemungkinannya untuk melakukan yang menyimpang seperti perilaku *cyberslacking* (Astuti, 2019).

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan diatas dan beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai perilaku *cyberslacking*, regulasi diri dan kepribadian *conscientiousness* terlihat bahwa terdapat korelasi. Dikarenakan minimnya penelitian yang menghubungkan kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* terutama pada mahasiswa, maka peneliti tertarik untuk mempelajari lebih dalam dan mencoba untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah yang akan dikaji, yaitu:

1. Apakah terdapat hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung?
2. Apakah terdapat hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung?
3. Apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian yang hendak dicapai, yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.
3. Untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.

D. Manfaat Penelitian

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada beberapa pihak, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat mengenai hubungan antara *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* bagi pembaca, sebagai wawasan yang berguna dan bermanfaat dalam bidang psikologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pembelajaran terhadap mahasiswa untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik dan maksimal dalam belajar.

b. Bagi Akademis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan informasi dan kontribusi terhadap perkembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa

BAB II LANDASAN TEORI

A. Perilaku *Cyberslacking*

1. Pengertian Perilaku *Cyberslacking*

Perilaku *cyberslacking* merupakan suatu tindakan yang menyimpang dengan menggunakan fasilitas organisasi selama jam produktif yang dimanfaatkan untuk membuka sosial media yang tidak berkaitan dengan pekerjaan dan hanya bertujuan untuk kepentingan pribadi (Lim & Teo, 2005). Lim (2002) mengungkapkan bahwa perilaku *cyberslacking* merupakan tindakan dalam menyalahgunakan akses internet pada saat jam produktif untuk membuka web dengan tujuan pribadi seperti menerima dan mengirim *e-mail*. Menurut Blanchard & Henle (2008) *cyberslacking* merupakan perilaku menyimpang yang dilakukan oleh individu, perilaku tersebut dapat berupa mengunjungi situs belanja *online*, mengakses sosial media, memposting cerita berupa foto atau video di sosial media, menonton film, mengunduh musik, dan lain sebagainya.

Definisi perilaku *cyberslacking* menurut Abidin, dkk (2014) merupakan perilaku menyimpang yang menyebabkan seseorang tidak melakukan kegiatan produktif penyalahgunaan internet secara sengaja yang dilakukan oleh individu pada saat jam produktif dengan tujuan untuk memenuhi kepentingan pribadi, menghilangkan produktivitas dan ancaman keamanan karena mengakses internet dengan waktu yang berlebihan. Definisi perilaku *cyberslacking* ialah perilaku menyimpang yang dilakukan oleh seseorang dengan melakukan kegiatan seperti mencari hiburan, berkunjung hingga berbelanja pada situs belanja *online*, melakukan percakapan melalui media sosial, mengunduh bahkan berbalas pesan di sosial media (Ardilasari, 2017).

Konsep *cyberslacking* juga ditemukan dalam proses kegiatan belajar. Pada penelitian Yilmaz dkk., (2015) ditemukan bahwa siswa cenderung lebih terlibat dalam aktivitas yang berkaitan dengan teknologi informasi, karena mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu luang untuk aktivitas yang

berkaitan dengan teknologi. Yaşar & Yurdugül (2013) menggambarkan bahwa perilaku *cyberslacking* adalah perilaku menyimpang yang dilakukan oleh mahasiswa dalam memanfaatkan internet dengan tidak berkaitan dengan kegiatan pembelajaran.

Askew & Askew, (2012) mendefinisikan *cyberslacking* sebagai perilaku yang dilakukan mahasiswa dalam kegiatan mengakses internet menggunakan paket data maupun Wi-Fi universitas yang tidak berkaitan dengan kegiatan di kelas dan dilakukan selama kegiatan kelas berlangsung. Akbulut, dkk (2016) mendefinisikan bahwa *cyberslacking* merupakan perilaku penyalahgunaan internet secara sengaja dengan tidak memanfaatkan waktu produktif sebaik mungkin yang digunakan untuk *browsing* ataupun mengirim pesan pribadi.

Berdasarkan definisi para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku *cyberslacking* merupakan perilaku menyimpang dimana seseorang dengan sengaja menggunakan internet untuk kepentingan pribadi diluar proses belajar mengajar, sehingga perilaku tersebut dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain.

2. Aspek-Aspek Perilaku *Cyberslacking*

Akbulut, dkk (2016) mengklasifikasikan aspek-aspek perilaku *cyberslacking* menjadi lima bagian antara lain:

a. *Sharing*

Kegiatan mengakses internet berupa melihat *postingan*, melihat video yang dibagikan orang lain di media sosial, melakukan pembicaraan dengan orang lain di media sosial, memberikan komentar terhadap *postingan* orang lain dan berkomunikasi dengan orang lain melalui sosial media.

b. *Shopping*

Kegiatan yang dilakukan individu seperti berbelanja secara *online*, membuka dan bertransaksi melalui *mobile banking*, mengakses situs belanja *online*.

c. *Real-time updating*

Aktivitas yang dilakukan individu dengan membagikan kondisi terkini baik melalui foto maupun video di media sosial, memberikan komentar terhadap berita yang sedang *trending* dan membagikan ulang postingan yang ada di sosial media.

d. *Accessing online content*

Kegiatan yang dilakukan individu berkaitan dengan mendengarkan dan mengunduh baik musik, video dan film melalui situs *online*.

e. *Gaming/Gambling*

Aktivitas yang berhubungan dengan permainan (*gaming*) dan taruhan atau perjudian (*gambling*).

Menurut Lim & Teo (2005) aspek-aspek perilaku *cyberslacking* dibagi menjadi dua yaitu:

a. *Aktivitas e-mailing*

Aktivitas yang berhubungan dengan menerima, mengirim dan memeriksa *e-mail* yang tidak berkaitan dengan perkuliahan.

b. *Aktivitas browsing*

Aktivitas yang memanfaatkan internet untuk mengakses hal-hal yang tidak memiliki hubungan dengan perkuliahan.

Blanchard & Henle (2008) mengungkapkan bahwa perilaku *cyberslacking* terbagi menjadi dua aspek. Aspek-aspek tersebut diantaranya:

a. *Minor cyberslacking*

Minor cyberslacking merupakan perilaku menyimpang yang dilakukan individu dalam mengirim dan membalas pesan pribadi, berselancar di media sosial, mengunggah cerita di media sosial, membuka dan berbelanja di *e-commerce*, dan lain sebagainya. *Minor cyberslacking* dapat disebut sebagai perilaku yang dilakukan oleh individu dimana perilaku tersebut merupakan perilaku yang menyimpang, namun terkadang individu tidak mengetahui bahwa perilaku tersebut merupakan perilaku menyimpang.

b. *Serious cyberslacking*

Serious cyberslacking merupakan perilaku menyimpang yang dilakukan individu yang dapat merugikan orang lain. Adapun contoh perilaku *minor*

cyberslacking yaitu penyebaran berita ataupun informasi *hoax*, membuka situs pornografi, melakukan perjudian *online*. Pada perilaku *serious cyberslacking* individu menyadari bahwa tindakan tersebut merupakan tindakan yang melanggar norma.

Berdasarkan uraian diatas, maka aspek perilaku *cyberslacking* dapat disimpulkan meliputi berbagai aspek antara lain *sharing, shopping, real-time updating, gaming/gambling, accessing online content, serious cyberslacking, minor cyberslacking*, aktivitas *browsing* dan aktivitas *emailing*.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Cyberslacking*

Ozler & Polat (2012) mengelompokkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *cyberslacking* menjadi tiga kategori yaitu faktor individu, faktor organisasi dan faktor situasional yang dijelaskan sebagai berikut:

a. Faktor Individual

Faktor individual merupakan faktor yang berasal dari sikap individu itu sendiri terhadap perilaku yang ditimbulkannya. Komponen yang dimiliki individu sebagai pemicu timbulnya perilaku *cyberslacking* antara lain:

1) Sifat Pribadi

Pengguna internet sebagian besar dapat menggambarkan berbagai motif psikologis. Ciri karakteristik sifat individu yang dapat mempengaruhi pola penggunaan internet meliputi rasa malu, kesepian, kontrol diri, harga diri, *locus of control*. Individu yang memiliki pengendalian diri yang rendah, maka akan cenderung terlibat dalam perilaku *cyberslacking*.

2) Persepsi dan Sikap

Individu yang memiliki sikap positif terhadap internet cenderung menggunakan internet sebagai alasan untuk keperluan pribadi. Sehingga, muncul sikap yang positif antara sikap yang mendukung *cyberslacking* dengan perilaku *cyberslacking*. Ketika mahasiswa menilai bahwa *cyberslacking* merupakan perilaku yang positif, dengan hal itu individu akan memanfaatkan fasilitas internet untuk mengakses

situs non-akademik dan beranggapan bahwa tindakan tersebut merupakan tindakan yang tidak menyimpang dan melanggar norma.

3) Kebiasaan dan Kecanduan Terhadap Internet

Kebiasaan individu yang cenderung mengalami kecanduan internet mengacu pada situasi dan perilaku yang terjadi secara otomatis tanpa disadari dan tanpa adanya instruksi diri untuk merespon sesuatu yang ada di lingkungan. Ketika mahasiswa memiliki kebiasaan mengakses internet dimanapun dan kapanpun, maka hal tersebut akan tetap terbawa ketika individu sedang melakukan tanggung jawabnya bahkan ketika sedang dalam proses belajar.

4) Faktor Demografis

Status pekerjaan, situasi kerja, tingkat pendapatan, pendidikan dan jenis kelamin merupakan prediktor yang signifikan terhadap munculnya perilaku *cyberslacking*. Jenis kelamin mampu mempengaruhi frekuensi dan durasi perilaku *cyberslacking*. Laki-laki cenderung lebih sering terlibat dalam perilaku *cyberslacking* dengan durasi yang lebih lama dibanding perempuan.

5) Niat untuk Terlibat dan Norma Sosial

Norma sosial dan kode etik individu dianggap sebagai prediktor kuat yang mampu mempengaruhi timbulnya perilaku *cyberslacking*. Munculnya perkembangan teknologi kenyataannya memunculkan dilema hingga akhirnya timbul perilaku *cyberslacking*.

b. Faktor Organisasi

Faktor organisasi merupakan faktor yang berkaitan dengan aspek-aspek tanggung jawab dalam suatu organisasi atau suatu kelompok tertentu. Adapun faktor yang mampu mempengaruhi kecenderungan individu dalam melakukan perilaku *cyberslacking* meliputi:

1) Pembatasan dalam Penggunaan Internet

Adanya peraturan dan kebijakan mengenai pembatasan penggunaan internet pada suatu organisasi cenderung memberikan akses kepada

anggota organisasi untuk menggunakan internet sebagai tujuan pribadi secara sembunyi-sembunyi.

2) Dukungan Antar Sebaya

Dukungan teman sebaya dalam penggunaan internet dapat mempengaruhi bentuk pemanfaatan internet baik untuk tujuan organisasi maupun tujuan pribadi. Adanya dukungan antar teman sebaya dapat disalahartikan sebagai dukungan atas perilaku penggunaan internet, termasuk perilaku *cyberslacking*.

3) Pandangan Antar Sebaya Mengenai Norma *Cyberslacking*

Individu melihat teman sebayanya sebagai panutan dalam organisasi, sehingga mereka dapat mempelajari perilaku *cyberslacking* dengan melihat bagaimana teman sebaya mereka berperilaku di lingkungan organisasi.

c. Faktor Situasional

Lingkungan yang memiliki fasilitas internet yang memadai, dapat menjadi pemicu situasional timbulnya perilaku *cyberslacking*. Kedekatan dengan orang-orang di sekeliling secara tidak langsung dapat memicu timbulnya *cyberslacking*. Hal ini tergantung pada tanggapan mahasiswa mengenai pengendalian terhadap perilaku misalnya minimnya peraturan dan sanksi yang berlaku.

Malhotra (2013) membagi faktor-faktor yang memicu timbulnya perilaku *cyberslacking* menjadi dua bagian sebagai berikut:

a. Faktor Organisasi

Komponen-komponen dalam organisasi yang mampu mempengaruhi kecenderungan seseorang dalam keterlibatannya pada perilaku *cyberslacking*, meliputi:

1) Pembatasan Penggunaan Internet

Pemberlakuan kebijakan dalam membatasi penggunaan internet oleh anggota organisasi cenderung mendorong perilaku penggunaan internet untuk tujuan diluar proses mekanisme belajar. Namun, individu yang

mendapatkan sanksi berat karena keterlibatannya dalam perilaku menyimpang justru cenderung takut untuk melakukan perilaku *cyberslacking*.

2) Norma *Cyberslacking* yang Berlaku

Individu yang melihat teman sebaya sedang melakukan tindakan menyimpang berupa perilaku *cyberslacking* akan memandang teman sebaya lain sebagai panutan didalam kelas tersebut dan perilaku *cyberslacking* dapat ditimbulkan dengan cara meniru perilaku yang dilihat oleh individu di lingkungan sekitar.

3) Komitmen

Individu yang memiliki keterikatan emosional yang baik dengan universitas akan beranggapan bahwa pemanfaatan internet di universitas untuk tujuan pribadi cenderung kurang sesuai untuk dilakukan. Bagi individu yang memiliki komitmen tinggi, melakukan aktivitas yang tidak memiliki hubungan dengan tanggung jawab yang sedang dilakukan justru akan mengurangi produktivitas, mencemarkan nama baik organisasi dan tidak sejalan dengan citra diri, maka individu tersebut akan melibatkan diri kedalam perilaku *cyberslacking*.

b. Faktor Individual

Komponen-komponen yang mencakup faktor pribadi dalam mempengaruhi perilaku *cyberslacking* meliputi:

1) Kepribadian *Big Five*

Kepribadian *Big Five* yang mencakup lima sifat seperti *extraversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, *neuroticism* dan *openness* memiliki kecenderungan dasar individu, mempengaruhi pikiran dan tindakan yang akan dilakukan individu. Kepribadian *Big Five* memiliki hubungan terhadap perilaku *cyberslacking*, karena karakteristik kepribadian individu dapat memprediksi perilaku seseorang dan perilaku yang kontraproduktif atau menyimpang.

2) *Locus of Control*

Locus of control merupakan kendali yang dirasakan oleh individu terhadap lingkungan. Pada *locus of control* dibagi menjadi dua aspek yaitu berorientasi pada internal dan berorientasi pada eksternal. Berorientasi pada internal, individu merespon lingkungan melalui tindakan dan pada aspek ini individu cenderung dapat meningkatkan kepercayaan diri individu. Sedangkan, berorientasi pada eksternal akan cenderung menganggap bahwa diri sendiri kurang mampu untuk merespon lingkungan sekitar dengan baik.

3) Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk memandang diri sendiri sebagai individu yang mampu menyelesaikan tugas atau tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi, maka akan cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi bahwa dapat menyelesaikan tugas yang diberikan secara maksimal. Berdasarkan hal tersebut, efikasi diri mampu memperkuat hubungan negatif antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking*, karena individu yang memiliki efikasi diri yang baik maka akan beranggapan bahwa individu tersebut sebagai regulator yang baik, sehubungan dengan hal itu individu tidak akan terlibat dalam perilaku *cyberslacking*.

4) *Conscientiousness*

Individu yang memiliki kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan mampu mengendalikan perilakunya guna mencapai tujuan dan tidak terlihat dengan perilaku impulsif ataupun menyimpang seperti *cyberslacking*.

5) Orientasi Terhadap Pencapaian

Individu yang memiliki orientasi pencapaian yang tinggi cenderung memiliki tekad yang tinggi, sangat fokus terhadap hal yang sedang dilakukan dan cenderung bersedia untuk menghabiskan waktunya guna merealisasikan tujuan yang telah ditentukan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberslacking* menurut Azzahra, (2018) ialah:

a. Organisasi

Apabila suatu organisasi memiliki lingkungan dan budaya organisasi yang baik dan tidak saling menjatuhkan satu sama lain, maka anggota-anggota organisasi akan terhindar dari perilaku yang kontraproduktif. Perilaku *cyberslacking* yang terjadi di lingkungan pendidikan dapat dihindari, apabila pihak kampus mampu menegakkan keadilan dan bersikap tegas terhadap tindakan-tindakan yang dapat merugikan orang lain tersebut

b. Prokrastinasi dan Penggunaan Internet Kompulsif

Perilaku *cyberslacking* dapat terjadi apabila individu memiliki perilaku yang suka menunda-nunda pekerjaan hanya untuk melakukan aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan tugas dan tanggung jawabnya. Sedangkan, penggunaan internet secara berlebihan akan membuat kecanduan dan akan memanfaatkan fasilitas internet yang diberikan oleh kampus untuk mengakses internet yang tidak berkaitan dengan kegiatan kampus.

c. Kepribadian

Dimensi kepribadian *big five* dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku *cyberslacking*. Hal tersebut dikarenakan individu yang memiliki kepribadian *big five* dianggap dapat mengendalikan perilakunya dan cenderung menghindari perilaku yang bersifat kontraproduktif seperti perilaku *cyberslacking*.

d. Kontrol Diri

Individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, dianggap dapat terhindar dari perilaku *cyberslacking*. Begitupun sebaliknya, individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah, maka akan cenderung terlibat dalam perilaku *cyberslacking*. Hal tersebut dikarenakan, tidak dapat mengontrol perilakunya.

e. Regulasi Diri

Regulasi diri dianggap mampu mempengaruhi perilaku *cyberslacking*, hal tersebut dikarenakan individu dengan tingkat regulasi diri yang tinggi

cenderung akan berpikir dahulu sebelum bertindak dan mampu untuk menyeimbangkan antara pikiran dan tindakan, sehingga akan tetap fokus untuk meraih tujuan yang telah ditetapkan.

f. Durasi Penggunaan Internet

Semakin sering individu mengakses internet untuk setiap harinya, maka individu tersebut cenderung akan terlibat dalam perilaku *cyberslacking*. Begitupula sebaliknya, apabila individu memiliki intensitas rendah dalam mengakses internet, maka cenderung tidak terlibat dalam perilaku *cyberslacking*.

g. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi individu dalam keterlibatannya pada perilaku *cyberslacking*. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi, cenderung akan sering terlibat dalam perilaku *cyberslacking*. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi seperti di bangku perkuliahan, maka akan memiliki kesempatan yang lebih besar untuk terlibat dalam perilaku kontraproduktif tersebut dikarenakan dianggap mengetahui kondisi dan situasi kelas dan dosen yang mengajar.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberslacking* dibagi menjadi tiga faktor yaitu faktor individual, faktor organisasi dan faktor situasional. Faktor individual merupakan faktor yang berasal dari diri individu itu sendiri. Faktor organisasi merupakan faktor yang berkaitan dengan wewenang dan tanggung jawab. Sedangkan, faktor situasional merupakan faktor yang berasal dari lingkungan individu itu sendiri sesuai dengan situasi dan kondisi yang mempengaruhi.

4. Dampak Perilaku *Cyberslacking*

Nasir dkk., (2023) mengungkapkan bahwa perilaku *cyberslacking* membawa dampak negatif, adapun dampak yang ditimbulkan tersebut sebagai berikut:

a. Kurangnya pemahaman materi

Ketika mahasiswa melakukan aktivitas *cyberslacking* dan sedang berada di dalam kelas, maka akan kesulitan untuk memahami materi yang telah disampaikan oleh dosen. Hal tersebut mengharuskan mahasiswa untuk mengulang mata kuliah secara mandiri, dikarenakan kurang memuaskannya hasil belajar dan kurang memahami materi yang telah disampaikan.

b. Motivasi belajar menurun

Aktivitas *cyberslacking* di dalam kelas dapat menurunkan tingkat motivasi mahasiswa dalam belajar. Artinya, mahasiswa yang memiliki tingkat aktivitas *cyberslacking* tinggi, maka cenderung memiliki motivasi belajar yang rendah.

c. Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menurun

Mahasiswa yang turut berperan dalam perilaku *cyberslacking* akan berdampak terhadap ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas maupun mengevaluasi mata kuliah dengan baik. Pada akhirnya, nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) mahasiswa menjadi menurun.

Owusu dkk., (2021) membagi dampak terhadap perilaku *cyberslacking* menjadi tiga, antara lain:

a. Penggunaan sumber daya jaringan yang tidak efisien

Adanya perilaku *cyberslacking* yang terjadi di perkuliahan menjadi salah satu bentuk penyimpangan yang dilakukan oleh mahasiswa. Hal tersebut membuat penggunaan internet dari fasilitas organisasi menjadi tidak efisien.

b. Penurunan produktivitas

Timbulnya perilaku *cyberslacking* dianggap menjadi masalah karena banyak menghabiskan waktu untuk bermain di sosial media ketika

perkuliahan sedang berlangsung, sehingga dapat menurunkan produktivitas mahasiswa.

c. Kinerja dan prestasi akademik

Perilaku *cyberslacking* dapat mempengaruhi kinerja individu, semakin berkurangnya perilaku *cyberslacking*, maka semakin menghasilkan kinerja akademik yang lebih baik. Selain itu, kinerja akademik menentukan pencapaian prestasi-prestasi akademik.

Pada penelitian Simatupang & Margaretha, (2023) terdapat dampak terhadap timbulnya perilaku *cyberslacking* antara lain sebagai berikut:

a. Stres akademik

Ketika mahasiswa berperan dalam timbulnya perilaku *cyberslacking* di dalam kelas, maka sebagian mahasiswa cenderung mengalami kesulitan-kesulitan tertentu seperti menumpuknya tugas dengan tenggat waktu yang singkat, mengalami gangguan belajar ketika di rumah, kesulitan dalam memahami materi yang telah disampaikan karena ketika kegiatan belajar sedang berlangsung mahasiswa cenderung kurang memperhatikan dan lebih memilih untuk menghabiskan waktu berselancar di media sosial, sehingga pada akhirnya mahasiswa kurang menguasai materi pembelajaran dan menyebabkan stres akademik.

b. Kecanduan terhadap *smartphone*

Individu yang terlibat dalam perilaku *cyberslacking* cenderung memiliki intensitas yang tinggi dalam penggunaan *smartphone*. Hal tersebut dapat berisiko tinggi untuk mengalami kecanduan dalam penggunaan *smartphone*.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dampak adanya perilaku *cyberslacking* yaitu kurang mampu untuk memahami materi, motivasi belajar menjadi menurun, indeks prestasi mahasiswa menurun, pemanfaatan sumber daya jaringan yang tidak efisien, penurunan

produktivitas, penurunan kinerja akademik, penurunan prestasi akademik, stres akademik dan kecanduan terhadap *smartphone*.

B. Kepribadian *Conscientiousness*

1. Pengertian Kepribadian *Conscientiousness*

Conscientiousness merupakan kecenderungan sifat yang dimiliki individu untuk bertanggung jawab, berhati-hati, teliti dan tekun dalam menyelesaikan tugasnya (Memon, dkk 2016). Sesuai dengan pendapat yang diungkapkan Bartley & Roesch (2011) yang menyatakan bahwa, *conscientiousness* ialah karakter individu yang memiliki kecenderungan untuk teratur, tekun, beorientasi terhadap hasil dan cekatan. Sesuai dengan penjelasan Marissa, dkk (2019) bahwa *conscientiousness* ialah perilaku yang memiliki orientasi pada tugas dan tujuan untuk mengetahui tingkat ketekunan, motivasi dan ketelitian dalam menyelesaikan tugas.

Menurut Costa, dkk (1991) *conscientiousness* adalah kepribadian yang dimiliki oleh individu yang menggambarkan karakter teratur, tidak bergantung terhadap orang lain, disiplin diri, tidak malas dan memiliki motivasi yang tinggi untuk mewujudkan impiannya. Seseorang yang memiliki kepribadian *conscientiousness* yang tinggi, maka akan cenderung menghindari diri dari perilaku yang menyimpang Bestari (2020). Gambaran kepribadian *conscientiousness* menurut Rohmana & Yuniasanti, (2017) ialah kepribadian individu yang menunjukkan sikap bertanggung jawab, teratur, dapat diandalkan, terorganisir, pekerja keras, tepat waktu, teliti, memiliki ambisius yang tinggi dan tekun.

Sutherland dkk., (2007) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki tipe kepribadian *conscientiousness* ialah individu yang memiliki tujuan yang jelas ketika akan bertindak, memiliki keinginan yang kuat dalam berperilaku dan individu yang detail. Sehubungan dengan hal tersebut Prevoo & Weel, (2004) berpendapat bahwa *conscientiousness* merupakan kecenderungan individu untuk mengikuti dan taat terhadap norma serta aturan sosial yang dijadikan sebagai tujuan dan untuk mengontrol dorongan. Pernyataan tersebut sejalan dengan pendapat Leo & Ginting, (2012) yang mengungkapkan bahwa

conscientiousness merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengendalikan keinginan dan dorongan, karena dengan memiliki tingkat *conscientiousness* yang tinggi akan mampu menganggap penting semua hal untuk menyelesaikan tugas, pekerja keras dan menunda keinginan, karena individu yang memiliki kepribadian tersebut lebih mempertimbangkan hasil jangka panjang dibandingkan keinginan sesaat.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kepribadian *conscientiousness* merupakan kepribadian yang dimiliki oleh seseorang dengan kecenderungan sikap yang bertanggung jawab, teliti, memiliki motivasi, berhati-hati, tekun, rajin dan memiliki tekad yang kuat untuk mencapai tujuan.

2. Aspek-Aspek Kepribadian *Conscientiousness*

Kepribadian *conscientiousness* ialah bagian dari dimensi kepribadian *The Big Five*. Pada kepribadian *conscientiousness* terdapat subdimensi. Menurut Costa, dkk (1991) subdimensi kepribadian *conscientiousness* dibagi menjadi enam, antara lain:

a. Kompetensi (*Competence*)

Aspek kompetensi mengukur kemampuan, pengetahuan dan wawasan yang dimiliki oleh seseorang. Individu yang memiliki kompetensi tinggi, maka akan cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi pula.

b. Keteraturan (*Order*)

Aspek *order* berkaitan dengan sikap seseorang yang rapi, teratur dan teliti. Individu yang memiliki aspek *order* tinggi, maka akan teliti dan efisien dalam menyelesaikan tugas atau pekerjaan.

c. Kehati-hatian (*Deliberation*)

Aspek *deliberation* berkaitan dengan seseorang yang memiliki sifat kehati-hatian dan tidak tergesa-gesa dalam bertindak ataupun dalam mengambil keputusan. Dalam mengambil tindakan maupun keputusan akan dipikirkannya secara baik dan matang.

d. Kepatuhan (*Dutifulness*)

Aspek *dutifulness* berkaitan dengan tanggung jawab terhadap tugas ataupun kewajiban yang telah diberikan. Individu yang memiliki *dutifulness* yang tinggi, maka akan sangat teliti dan mampu melaksanakan kewajiban dengan baik.

e. Pencapaian Prestasi (*Achievement-striving*)

Aspek *achievement-striving* berkaitan dengan sikap kerja keras yang dimiliki oleh seseorang untuk meraih atau mewujudkan impian yang dimiliki.

f. Disiplin Diri (*Self-dicipline*)

Aspek *self-dicipline* berkaitan dengan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam menyelesaikan tugasnya walaupun sedang dalam keadaan yang mendesak. Individu dengan sikap disiplin diri yang tinggi, maka cenderung tidak suka untuk menunda-nunda tugas dan tanggung jawab.

3. Ciri-Ciri Kepribadian *Conscientiousness*

Menurut Costa dkk., (1991) individu yang memiliki kepribadian *conscientiousness* yang tinggi mempunyai ciri-ciri seperti dapat diandalkan, pekerja keras, memiliki disiplin diri yang tinggi, memiliki kegigihan yang tinggi untuk mencapai sesuatu, individu yang rapi, ambisius dan bertanggung jawab. Sedangkan, individu yang memiliki tingkat *conscientiousness* yang rendah, maka individu tersebut akan cenderung tidak memiliki tujuan yang hendak dicapai, pemalas, ceroboh, tidak dapat diandalkan dan kurang memiliki disiplin diri.

Menurut Taylor de Bruins's (Dikutip dari Sutherland dkk, 2007) mendeskripsikan bahwa individu yang memiliki tingkat kepribadian *conscientiousness* yang tinggi, maka memiliki tujuan yang jelas dalam berperilaku, memiliki tekad yang kuat terhadap tujuan, detail dalam mencapai tujuan dan menunjukkan keinginan yang kuat dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Namun, sebaliknya jika individu dengan tingkat kepribadian *conscientiousness* yang rendah, maka akan menjadi individu yang cenderung ceroboh, kurang berhati-hati dalam berperilaku untuk mencapai tujuan,

cenderung malas dalam melakukan aktivitas dan mewujudkan tujuan dan kurang bertanggung jawab.

C. Regulasi Diri

1. Pengertian Regulasi Diri

Regulasi diri merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengatur dan menjalankan tingkah laku sebagai cara untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mewujudkan tujuan (Bandura, 1997). Sedangkan, menurut Hoyle, (2010) regulasi diri adalah kemampuan manusia sebagai respon diri untuk menyelaraskan keinginan terhadap tujuan dan kenyataan agar tidak terjadi kesenjangan terhadap situasi tertentu.

Menurut Carver & Scheier (2000) regulasi diri merupakan proses penyesuaian diri sendiri dalam mengoreksi diri untuk tetap berada dalam tujuan. Zimmerman (2000) mengatakan bahwa regulasi diri adalah proses yang dilalui oleh seseorang untuk mengelola pikiran, perasaan dan tindakannya untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Diehl, dkk (2006) menyatakan bahwa regulasi diri ialah kemampuan yang dimiliki individu untuk mengatur, mengelola dan menjaga keseimbangan emosi agar tetap fokus dengan tujuan yang sedang dilakukan. Definisi regulasi diri Karoly, (1993) adalah pengaturan diri yang mengacu pada proses-proses internal atau dengan diri sendiri, yang memungkinkan individu untuk mengatur dan mengontrol perilaku ataupun kegiatan yang diarahkan pada tujuan yang jelas.

Regulasi diri merupakan pelibatan diri sendiri untuk menghasilkan perasaan, pikiran serta tindakan untuk mencapai tujuan yang sudah direncanakan (Zimmerman, 2000). Regulasi diri berarti juga proses psikologis yang terjadi pada diri seseorang untuk melakukan tindakan, mengelola dan mengatur diri untuk menghasilkan perilaku positif agar mampu mewujudkan harapan yang telah direncanakan (Dias & Castillo, 2014). Cahyono (2021) mengungkapkan bahwa regulasi diri adalah proses dalam mengontrol dengan melibatkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan beberapa pengertian, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi diri ialah proses yang dilalui oleh individu untuk mengendalikan pikiran dan tindakan guna mencapai tujuan telah direncanakan.

2. Aspek-Aspek Regulasi Diri

Zimmerman, Barry J & Schunk, (1989) mengelompokkan bahwa regulasi diri memiliki tiga aspek sebagai berikut:

a. Aspek Metakognitif

Aspek metakognitif merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menyusun, merencanakan, mengatur, mengorganisasikan diri, mengevaluasi diri dalam aktivitas yang akan dilakukan.

b. Aspek Motivasi

Aspek motivasi merupakan dorongan yang berasal dari dalam maupun luar diri individu sebagai penentu dan pengontrol yang ketika akan melakukan tindakan.

c. Aspek Perilaku

Aspek perilaku merupakan upaya yang dimiliki oleh individu dalam mengatur, memilih dan menentukan untuk menghasilkan tindakan serta perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan sesuai tujuan yang telah ditetapkan.

Bandura, (1997) mengelompokkan bahwa regulasi diri mencakup lima aspek, diantaranya yaitu:

a. Menetapkan Standar dan Tujuan (*Standard and Goals Setting*)

Sebagaimana individu dalam mengatur dan mengontrol diri yang cenderung memiliki standar dan tujuan yang telah terorganisir terhadap perilaku yang terbentuk. Standar dan tujuan diri termasuk sebagai pengontrol bagi perilaku individu, sebagai penilaian dan pengarahan kinerja individu dan sebagai motivasi untuk tercapainya tujuan individu.

b. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*)

Setiap tindakan dan perilaku manusia dimanapun individu tersebut berada, maka akan dinilai oleh individu lain. Berkaitan dengan hal tersebut, individu harus mampu mengontrol atau mengatur diri sendiri untuk dapat menilai perilakunya tersebut sebagai tindakan evaluasi diri. Hal itu bertujuan sebagai tantangan terhadap pengaturan diri.

c. Observasi Diri (*Self-Observation*)

Mengamati atau mengobservasi terhadap diri sendiri dalam berperilaku merupakan bagian terpenting dalam regulasi diri. Hal tersebut menjadi salah satu hal penting dalam tercapainya suatu tujuan, dikarenakan bukan hanya sekedar mekanisme atas terbentuknya perilaku individu melainkan sebagai proses kepercayaan diri terhadap kinerja individu.

d. Refleksi Diri (*Self-Reflection*)

Refleksi diri menjadi salah satu aspek yang memiliki pengaruh dalam regulasi diri. Hal ini sebagai komponen pemikiran untuk masa yang akan datang sebagai keyakinan dan motivasi diri terhadap peristiwa yang nantinya akan mempengaruhi. Dengan adanya refleksi diri dapat dijadikan sebagai renungan dan evaluasi diri. Sehingga, individu tersebut akan melakukan pengembangan diri melalui perilaku yang sesuai norma, tanggung jawab dan mewujudkan tujuan yang telah ditetapkan.

e. Reaksi Diri (*Self-Reaction*)

Individu yang memiliki regulasi diri yang baik, maka akan memperkuat diri dengan penggunaan strategi sebelum berperilaku. Efek kognitif yang menjadikan individu untuk membuat skenario yaitu mengenai keberhasilan dan kegagalan yang nantinya dapat diantisipasi sebagai hasil dari penerapan strategi guna mengelola perilaku dan tuntutan yang terjadi di lingkungan.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi diri meliputi aspek metakognitif, motivasi, perilaku, menetapkan standar dan tujuan, evaluasi diri, observasi diri, refleksi diri dan reaksi diri.

3. Tahapan Regulasi Diri

Teori kognitif sosial Albert Bandura mengungkapkan bahwa kepribadian individu dipengaruhi oleh aspek kognitif, perilaku dan lingkungan karena individu memiliki kapasitas untuk mengatur hidup individu itu sendiri (Feist & Feist, 2008). Menurut Albert Bandura (dikutip dari Manab, 2016) setiap individu memiliki tahapan untuk pembentukan regulasi diri yang digunakan sebagai langkah-langkah untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Adapun langkah-langkah regulasi diri ini meliputi:

1) Menerima (*Receiving*)

Menerima atau *receiving* merupakan tahapan yang dilakukan oleh individu ketika menerima atau mendapatkan informasi. Adanya informasi yang masuk tersebut individu dapat menjadi penghubung terhadap informasi yang telah diterima sebelumnya. Pada tahapan ini, individu lebih mengetahui karakteristik dari informasi yang didapatkan.

2) Mengevaluasi (*Evaluating*)

Mengevaluasi atau *evaluating* merupakan tahapan dalam pengolahan informasi yang telah didapatkan sebelumnya pada tahap *receiving*. Proses *evaluating* menjadi tahap pengumpulan informasi yang nantinya individu dapat membandingkan mengenai informasi yang telah diterima terhadap permasalahan yang terjadi disekitar. Tahap *evaluating* menjadi tahapan terpenting karena akan mempengaruhi proses keputusan perilaku yang akan dilakukan.

3) Mencari (*Searching*)

Mencari atau *searching* merupakan tahap dimana proses pencarian solusi dari masalah yang telah dihadapi. Pada tahap *searching* nantinya individu akan melihat perbedaan antara pendapat dari lingkungan dengan pendapat diri sendiri. Setelah mengetahui perbedaan dari masing-masing pendapat tersebut, individu akan semakin yakin terhadap perilaku apa yang harus dilakukan untuk mengurangi permasalahan yang terjadi.

4) Merancang (*Formulating*)

Merancang atau *formulating* merupakan tahap untuk menetapkan tujuan atau rencana yang hendak dicapai. Pada tahap penetapan ini merupakan tahap penting dalam melakukan regulasi diri, karena hal ini mempengaruhi perilaku yang dimunculkan. Hal tersebut dapat terlihat dari efek jangka pendek dan efek jangka panjang. Pada efek jangka pendek, individu menetapkan tujuan ini sebagai pantauan terhadap seberapa besar kemajuan yang telah diraih. Sedangkan, pada efek jangka panjang digunakan sebagai penyusunan strategi utama untuk meraih keberhasilan yang lebih baik.

5) Mengimplementasikan (*Implementing*)

Mengimplementasikan atau *implementing* merupakan tahap pelaksanaan rencana yang sudah dirancang atau diatur sebelumnya. Tindakan yang diambil disarankan untuk tepat pada sasaran dan tujuan yang telah ditetapkan. Pada tahap implementasi ini sering memberikan hasil yang kurang maksimal dalam meregulasi diri. Hal tersebut dikarenakan individu memiliki tujuan yang terlalu tinggi karena adanya faktor-faktor yang menghambat. Jadi, pada tahap ini individu diharapkan untuk memahami bahwa kurang maksimalnya regulasi diri pada tahap ini merupakan sesuatu yang biasa terjadi.

6) Menilai (*Assessing*)

Menilai atau *assessing* menjadi tahapan terakhir yang digunakan untuk mengukur rencana dan tindakan yang telah dilakukan sebelumnya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Penilaian merupakan bagian dari proses introspeksi diri individu dan menimbulkan efek pada penilaian diri mengenai seberapa besar kontribusi perilaku yang telah dilakukan. Karena, penilaian mengenai perilaku yang telah dilakukan dapat memberikan efek penentu pada perilaku selanjutnya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa tahapan dari regulasi diri dibagi menjadi enam tahapan meliputi penerimaan, evaluasi, pencarian solusi, pengimplementasian dan mengukur rencana yang akan diwujudkan.

D. Hubungan antara Kepribadian *Conscientiousness* dan Regulasi Diri Terhadap Perilaku *Cyberslacking*

Perkembangan teknologi yang sangat pesat membawa perubahan pada bidang ekonomi, pendidikan, sosial budaya dan kesehatan. Dalam dunia pendidikan, perkembangan internet digunakan sebagai penunjang mekanisme kegiatan belajar, selain memiliki dampak positif yang sangat signifikan tanpa disadari internet juga membawa dampak negatif (Bela, 2020). Salah satu dampak negatif dengan adanya perkembangan teknologi dan internet yaitu munculnya perilaku *cyberslacking*.

Perilaku *cyberslacking* merupakan tindakan menyimpang yang dilakukan individu dengan cara memanfaatkan internet dengan tujuan dan kepentingan pribadi (Lim, 2002). Sedangkan, menurut Blanchard & Henle, (2008) *cyberslacking* ialah aktivitas yang dilakukan oleh individu dengan cara mengakses email dan memanfaatkan fasilitas internet yang tidak ada kaitannya dengan kegiatan pembelajaran dan dilakukan secara sengaja serta untuk kepentingan diri sendiri. Timbulnya perilaku *cyberslacking* dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Malhotra, (2013) terdapat dua faktor yang mendasari munculnya perilaku *cyberslacking* yaitu faktor organisasi dan faktor individual. Faktor organisasi meliputi komponen pembatasan dalam penggunaan internet, norma *cyberslacking* yang berlaku dan komitmen, sedangkan faktor individual meliputi komponen kepribadian *big five* (*extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism* dan *openness*), *locus of control*, efikasi diri dan orientasi terhadap pencapaian.

Valencia & Astin, (2017) mengungkapkan bahwa ketika di kelas mahasiswa sering melakukan pengalihan perhatian, hal tersebut dilakukan karena mahasiswa merasa bosan terhadap kegiatan belajar didalam kelas. Pengalihan perhatian tersebut dilakukan mahasiswa dengan cara membuka *smartphone, tab, ipad, laptop* dan lain sebagainya ketika proses belajar sedang dilaksanakan. Seringnya mahasiswa memainkan *smartphone* untuk membuka sosial media yang dimiliki antara lain *Instagram, TikTok*, berbalas pesan melalui aplikasi pesan singkat, melakukan *browsing*, berkomentar di sosial media, berbelanja *online*, dan lain

sebagainya. Tujuan mahasiswa melakukan tindakan *cyberslacking* yaitu hanya untuk memperoleh kesenangan yang bersifat pribadi, untuk menaikkan *mood* dan sejenak melupakan stres yang dialami mengenai permasalahan akademik (Meier dkk., 2016). Hal tersebut sejalan dengan Ragan dkk., (2014) yang mengungkapkan bahwa ketika individu sedang dalam keadaan bosan, maka individu tersebut akan cenderung mencari kegiatan lain ketika kegiatan belajar sedang berlangsung.

Mount dkk., (2006) mengungkapkan bahwa perilaku yang bersifat kontraproduktif merupakan perilaku yang dilakukan oleh individu baik secara sadar dan sengaja, sehingga kepribadian yang dimiliki oleh setiap individu dapat mempengaruhi timbulnya perilaku yang bersifat kontraproduktif. Perilaku *cyberslacking* merupakan salah satu bentuk perilaku yang bersifat kontraproduktif yang paling umum dilakukan oleh semua individu dengan tujuan untuk kepentingan pribadi dan untuk membuang-buang waktu (Weatherbee, 2010). Dengan hal ini, perilaku *cyberslacking* dapat dipengaruhi oleh tipe kepribadian individu.

Salah satu tipe kepribadian yang dimiliki oleh individu yaitu kepribadian *big five*, dalam kepribadian *big five* terdapat salah satu dimensi kepribadian *conscientiousness* dimana menurut McCrae dan Costa (Dikutip dari Feist & Feist, 2008) yang mengungkapkan bahwa individu yang memiliki dimensi tipe kepribadian *conscientiousness* merupakan individu yang memiliki ambisius yang tinggi, terorganisir, pekerja keras, bertanggung jawab, teliti, tepat waktu, disiplin dan mengambil tindakan dengan penuh pertimbangan.

Pada penelitian Marissa dkk., (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara peran tipe kepribadian *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberslacking* dan ditemukan hasil bahwa tipe kepribadian individu secara signifikan dapat mempengaruhi timbulnya perilaku *cyberslacking*. Hal ini dikarenakan jika individu memiliki tingkat *conscientiousness* yang tinggi, maka individu tersebut akan berusaha dengan sungguh-sungguh untuk menyelesaikan tanggung jawab masing-masing dengan baik dan tepat waktu, selain itu individu akan selalu melakukan aktivitas yang positif secara baik, teratur dan efisien.

Begitupun sebaliknya, jika individu memiliki tipe kepribadian *conscientiousness* yang rendah, maka akan cenderung senang untuk menunda-nunda pekerjaan, memilih untuk membuang-buang waktu demi mendapatkan kepuasan diri dan tidak mampu bekerja secara teratur dan efisien, sehingga dapat memicu timbulnya perilaku *cyberslacking*.

Selain rendahnya tipe kepribadian individu, faktor lain penyebab terjadinya perilaku *cyberslacking* yang dilakukan oleh mahasiswa disebabkan karena mahasiswa tidak memiliki kemampuan dalam pengelolaan diri, sehingga menyebabkan timbulnya perilaku menyimpang (Yilmaz dkk., 2015). Hal itu sesuai dengan penelitian Prasad & Chen, (2010) yang mengungkapkan bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap timbulnya perilaku *cyberslacking*.

Sesuai dengan hal tersebut, pada penelitian Kurniawan & Nastasia, (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa dan ditemukan bahwa tingkat regulasi diri mahasiswa secara signifikan mempengaruhi munculnya perilaku *cyberslacking*. Hal tersebut dikarenakan perilaku *cyberslacking* dapat timbul pada diri mahasiswa karena kurangnya kemampuan mahasiswa dalam melakukan pengelolaan diri, jadi diharapkan dengan adanya regulasi diri pada diri mahasiswa dapat menjadi pengelola untuk setiap perilaku yang akan dimunculkan dan dapat menyesuaikan diri terhadap tujuan yang hendak dicapai.

Penelitian yang dilakukan oleh Pratama & Satwika, (2022) memperoleh hasil bahwa regulasi diri memiliki hubungan yang berarah negatif terhadap timbulnya perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniawan & Nastasia, (2018) yang mendapatkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan memiliki arah yang negatif antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa pascasarjana. Hal ini berarti menunjukkan bahwa semakin tinggi regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa, maka akan semakin rendah munculnya perilaku *cyberslacking*, sebaliknya

semakin rendah regulasi diri yang dimiliki oleh mahasiswa, maka akan semakin tinggi timbulnya perilaku *cyberslacking*.

E. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan teori diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis 1: Terdapat hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking*.
2. Hipotesis 2: Terdapat hubungan negatif antara kepribadian *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberslacking* dengan mengontrol variabel regulasi diri.
3. Hipotesis 3: Terdapat hubungan negatif antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* dengan mengontrol variabel kepribadian *conscientiousness*.



BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Sugiyono, (2013) mengungkapkan bahwa identifikasi variabel merupakan sesuatu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan didalami sehingga diperoleh informasi secara rinci, kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel penelitian dibagi menjadi dua yaitu variabel bebas atau *independent variable* (X) dan variabel tergantung atau *dependent variable* (Y). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

1. Variabel Bebas 1 (X1) : Kepribadian *Conscientiousness*
2. Variabel Bebas 2 (X2) : Regulasi Diri
3. Variabel Tergantung (Y) : Perilaku *Cyberslacking*

B. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan pemberian makna terhadap variabel-variabel yang digunakan dengan tujuan untuk memperjelas konsep yang akan digunakan, alat ukur yang digunakan tepat dan dapat memperoleh data yang valid terhadap variabel yang digunakan (Azwar, 2017). Adapun definisi operasional pada variabel-variabel penelitian ini sebagai berikut:

1. Perilaku *Cyberslacking*

Perilaku *cyberslacking* merupakan perilaku menyimpang dimana dengan sengaja individu menggunakan internet untuk kepentingan pribadi yang tidak berkaitan dengan kegiatan pembelajaran maupun memanfaatkan fasilitas kampus untuk berselancar di sosial media, sehingga dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Variabel perilaku *cyberslacking* diukur menggunakan skala *cyberslacking* berdasarkan aspek menurut Akbulut dkk., (2016), yaitu meliputi aspek *sharing*, *shopping*, *real-time updating*, *accessing online content* dan *gaming* atau *gambling*. Jika skor yang diperoleh subjek semakin tinggi, maka semakin tinggi juga perilaku *cyberslacking*. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah juga perilaku *cyberslacking*.

2. Kepribadian *Conscientiousness*

Kepribadian *conscientiousness* merupakan kepribadian yang dimiliki oleh individu dengan memiliki sikap yang bertanggung jawab, teliti, berhati-hati, tekun, rajin dan memiliki tekad yang kuat untuk mencapai tujuan. Variabel kepribadian *conscientiousness* diukur menggunakan skala *conscientiousness* berdasarkan aspek menurut Costa dkk., (1991) yaitu meliputi aspek *competence* (kompetensi), *order* (keteraturan), *deliberation* (kehati-hatian), *dutifulness* (kepatuhan), *self-discipline* (disiplin diri), dan *achievement-striving* (keinginan meraih prestasi). Jika skor yang diperoleh semakin tinggi, maka kepribadian *conscientiousness* yang dimiliki individu juga semakin tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah juga kepribadian *conscientiousness* yang dimiliki individu.

3. Regulasi Diri

Regulasi diri ialah proses yang dilalui oleh individu untuk mengendalikan pikiran dan tindakan guna mencapai tujuan yang telah direncanakan. Variabel regulasi diri diukur menggunakan skala regulasi diri berdasarkan aspek menurut Bandura, (1997) yaitu meliputi aspek menetapkan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri dan refleksi diri. Jika skor yang diperoleh semakin tinggi, maka regulasi yang dimiliki juga semakin tinggi. Sebaliknya, apabila skor yang diperoleh rendah, maka semakin rendah juga regulasi diri yang dimiliki.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang didalamnya terdiri dari subjek yang termasuk kedalam ciri dan karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2013). Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Teknologi Industri UNISSULA angkatan 2022 dan 2023. Adapun data jumlah mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung angkatan 2022 dan 2023 yang diperoleh dari Biro Administrasi

Pembelajaran (BAP) Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung, dengan sebaran data sebagai berikut

Tabel 1. Rincian Data Mahasiswa FTI 2022 – 2023 UNISSULA

Jurusan	Jumlah Mahasiswa		Total
	2022	2023	
Teknik Elektro	33	26	59
Teknik Industri	78	62	140
Teknik Informatika	123	92	215
Total	234	180	414

2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki karakteristik sama sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2013). Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Teknologi Industri UNISSULA angkatan 2022 dan 2023. Subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini sebanyak 191 mahasiswa dengan taraf kesalahan 5% menurut tabel penentuan jumlah sampel berdasarkan Isaac dan Michael (Sugiyono, 2013).

3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel merupakan metode yang ditentukan peneliti untuk menentukan sampel yang digunakan dalam proses penelitian (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan pada penelitian ini yaitu *cluster random sampling*. Menurut Sugiyono (2013) *cluster random sampling* merupakan pengambilan sampel yang dilakukan secara acak dari populasi yang terbagi dalam kelompok-kelompok tertentu. Alasan peneliti dalam menggunakan sampling ini karena populasi terbagi dalam kelompok-kelompok kelas.

Penentuan ukuran sampel pada penelitian ini menggunakan penetapan ukuran sampel dari Isaac dan Michael. Adapun taraf kesalahan yang digunakan yaitu 5%. Berdasarkan dari tabel penentuan jumlah sampel dari populasi tertentu dengan menggunakan taraf kesalahan 5%, diperoleh sampel dengan jumlah 191 mahasiswa dari 414 jumlah mahasiswa aktif Fakultas Teknologi Industri angkatan 2022 dan 2023.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan salah satu rangkaian kegiatan penelitian yang bertujuan untuk mengungkap fakta empirik terhadap variabel yang diteliti (Azwar, 2012). Metode pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala. Skala merupakan suatu perangkat berisi pernyataan yang telah disusun untuk mengungkap permasalahan dalam penelitian melalui respon yang diberikan subjek (Azwar, 2012). Skala psikologi yang akan digunakan berbentuk aitem berupa pernyataan yang mengungkap secara tidak langsung terhadap indikator perilaku pada permasalahan yang diteliti, selain itu respon subjek tidak menunjukkan “benar” atau “salah”, melainkan semua jawaban benar jika dijawab secara jujur dan sungguh-sungguh (Azwar, 2012). Pengumpulan data menjadi tahapan yang paling penting, karena data-data yang terkumpul akan digunakan sebagai jawaban dari permasalahan dalam penelitian ini. Berikut skala yang digunakan pada penelitian ini:

1. Skala Perilaku *Cyberslacking*

Skala perilaku *cyberslacking* pada penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Islani Tanjung (2022) yang telah diuji cobakan pada sampel mahasiswa UIN Walingoso Semarang angkatan 2020 dan 2021 dengan jumlah 40 aitem, kemudian setelah dilakukan uji coba 4 aitem gugur pada nomor 9, 18, 19 dan 28, sehingga jumlahnya menjadi 36 aitem. Adapun nilai reliabilitas pada skala perilaku *cyberslacking* yaitu sebesar 0,934. Pada penyusunan skala perilaku *cyberslacking* ini mengacu pada aspek-aspek yang terdiri dari aspek *sharing*, *shopping*, *real-time updating*, *accessing online content* dan *gaming* atau *gambling*.

Penelitian ini menggunakan model skala *likert* masing-masing skala terbagi atas dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Bentuk jawaban yang tersedia dalam skala ini terdiri dari empat alternatif yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penilaian untuk aitem yang bersifat *favorable* dengan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 4, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 1. Pada penilaian aitem yang bersifat *unfavorable* dengan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 4, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 3, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 1. Jika skor yang diperoleh semakin tinggi, maka akan semakin tinggi juga perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa. Adapun rancangan skala *cyberslacking* sebagai berikut:

Tabel 2. *Blueprint* Skala *Cyberslacking*

No.	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Sharing</i>	4	4	8
2.	<i>Shopping</i>	4	4	8
3.	<i>Real-time updating</i>	4	4	8
4.	<i>Accessing online content</i>	4	4	8
5.	<i>Gaming/gambling</i>	4	4	8
Total		20	20	40

2. Skala *Conscientiousness*

Skala *conscientiousness* dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Minchatul 'Ulya (2021) yang telah diuji cobakan pada sampel pengurus DEMA Fakultas Psikologi UIN Malang dengan jumlah 20 aitem, kemudian setelah dilakukan uji coba tidak terdapat aitem yang gugur. Adapun nilai reliabilitas pada skala *conscientiousness* yaitu 0,907. Pada skala *conscientiousness* ini peneliti menambahkan 1 aitem *unfavorable* pada aspek *deliberation*, 2 aitem *favorable* dan 2 aitem *unfavorable* pada aspek *achievement-striving*. Penambahan aitem pada aspek tersebut bertujuan agar aspek yang diungkap pada penelitian ini sesuai dengan aspek menurut Costa, dkk (1991) yang digunakan oleh peneliti. Adapun aspek-aspek kepribadian *conscientiousness* tersebut meliputi *competence*, *order*, *deliberation*, *dutifulness*, *self-discipline* dan *achievement-striving*.

Penelitian ini menggunakan model skala *likert* masing-masing skala terbagi atas dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Bentuk

jawaban yang tersedia dalam skala ini terdiri dari empat alternatif yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian untuk aitem yang bersifat *favorable* dengan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 4, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 1. Pada penilaian aitem yang bersifat *unfavorable* dengan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 4, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 3, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 1. Adapun rancangan skala *conscientiousness* sebagai berikut:

Tabel 3. *Blueprint* Skala *Conscientiousness*

No.	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Competence</i>	1	1	2
2.	<i>Order</i>	3	3	6
3.	<i>Dutifulness</i>	4	3	7
4.	<i>Self-discipline</i>	2	2	4
5.	<i>Deliberation</i>	1	1	2
6.	<i>Achievement-striving</i>	2	2	4
Total		13	12	25

3. Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri pada penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh Cahyono (2021) yang telah diuji cobakan pada sampel mahasiswa perguruan tinggi di Kota Malang dengan jumlah 30 aitem, kemudian setelah dilakukan uji coba terdapat 6 aitem gugur pada nomor 3, 14, 16, 18, 22 dan 29, sehingga jumlahnya menjadi 24 aitem. Adapun nilai reliabilitas pada skala perilaku *cyberslacking* yaitu 0,813. Pada penyusunan skala regulasi diri ini mengacu pada aspek (Bandura, 1997). Adapun aspek-aspek regulasi diri tersebut meliputi mengatur standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri dan refleksi diri.

Penelitian ini menggunakan model skala *likert* masing-masing skala terbagi atas dua kelompok aitem yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Bentuk jawaban yang tersedia dalam skala ini terdiri dari empat alternatif yaitu Sangat

Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian untuk aitem yang bersifat *favorable* dengan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 4, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 3, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 1. Pada penilaian aitem yang bersifat *unfavorable* dengan jawaban Sangat Tidak Sesuai (STS) akan diberi skor 4, jawaban Tidak Sesuai (TS) akan diberi skor 3, jawaban Sesuai (S) akan diberi skor 2 dan jawaban Sangat Sesuai (SS) akan diberi skor 1. Adapun rancangan skala regulasi diri sebagai berikut:

Tabel 4. Blueprint Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengatur Standar dan Tujuan	3	3	6
2.	Observasi Diri	3	3	6
3.	Evaluasi Diri	3	3	6
4.	Reaksi Diri	2	2	4
5.	Refleksi Diri	4	4	8
Total		15	15	30

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Aitem

1. Validitas

Azwar (2012) menyatakan bahwa validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melaksanakan fungsinya untuk memberikan hasil pengukuran. Pengukuran dilakukan untuk mengetahui seberapa banyak aspek psikologis yang terdapat dalam diri individu, yang dinyatakan oleh skor.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu validitas isi (*content validity*). Validitas isi merupakan validitas yang pengujian kelayakannya terhadap relevansi isi melalui analisis rasional atau yang lebih berkompeten melalui *professional judgement* (Azwar, 2012). Adapun *professional judgement* dalam hal ini ialah dosen pembimbing yang nantinya menganalisis validitas alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Daya Beda Aitem

Penyeleksian aitem pada skala dilakukan dengan menggunakan uji daya beda aitem. Uji daya beda aitem atau daya diskriminasi aitem merupakan

seberapa jauh aitem mampu membedakan antara individu dengan kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang hendak diukur (Azwar, 2012). Prinsip kerja dalam proses seleksi aitem adalah dengan cara memilih aitem-aitem yang fungsi ukurnya sesuai dengan fungsi ukur skala yang diharapkan oleh konstruknya.

Uji daya beda aitem dalam penelitian ini menggunakan formula koefisien korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Besarnya koefisien korelasi aitem total bergerak dari 0 hingga 1,00 yang ditandai dengan tanda positif atau negatif. Semakin baik daya diskriminasi aitem, maka koefisien korelasinya semakin mendekati angka 1,00. Namun, jika koefisien korelasinya mendekati angka 0 atau negatif, maka mengindikasikan bahwa aitem tidak memiliki daya diskriminasi atau dapat dipastikan terdapat cacat serius pada aitem yang bersangkutan.

Kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total biasanya menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$. Aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap memuaskan. Namun, jika aitem memiliki koefisien korelasi kurang dari 0,30 dianggap sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah. Namun, apabila aitem yang memiliki koefisien korelasi 0,30 tidak mencapai terhadap jumlah yang telah ditentukan, maka kriteria koefisien korelasi diturunkan menjadi minimal 0,25 agar jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar, 2012).

3. Estimasi Reliabilitas Aitem

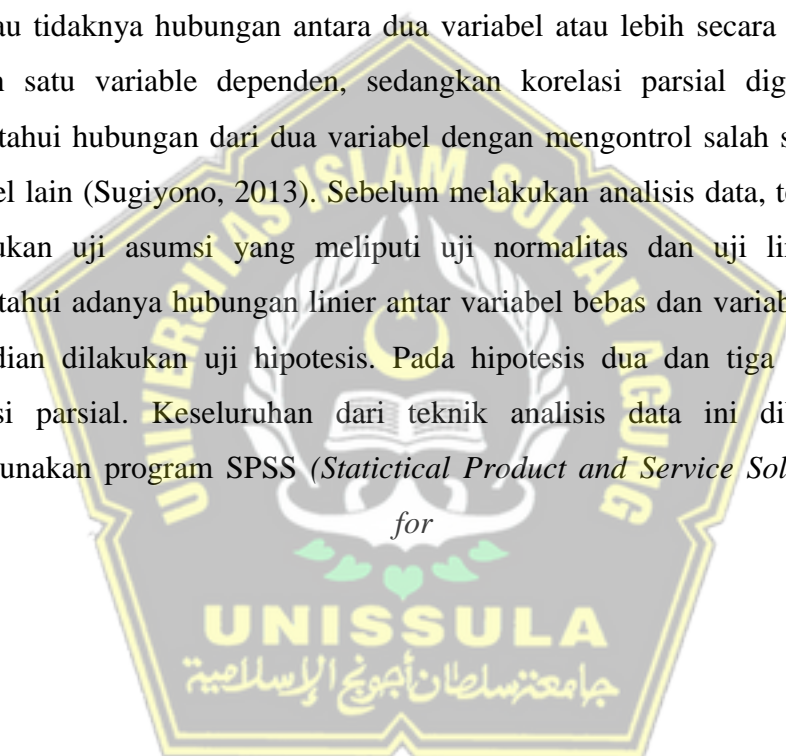
Reliabilitas merupakan sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya dan dapat memberikan hasil ukur yang konsisten apabila pengukuran dilakukan beberapa kali terhadap subjek yang sama dan memberikan hasil pengukuran yang tidak relatif jauh berbeda (Azwar, 2012).

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan koefisien *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solution*) *version 25.0 for windows* untuk mengestimasi koefisien reliabilitas dan mempermudah pengujian reliabilitas terhadap aitem-aitem. Koefisien reliabilitas ($r_{xx'}$) berada dalam rentang angka 0 hingga 1,00. Apabila koefisien

reliabilitasnya mendekati angka 1,00 artinya pengukuran semakin bersifat reliabel. Namun, apabila koefisien reliabilitasnya mendekati angka 0, maka reliabilitasnya semakin rendah (Azwar, 2012).

F. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan perhitungan data yang dilakukan ketika seluruh data dari responden telah terkumpul (Sugiyono, 2013). Pada penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui bahwa ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih secara bersama-sama dengan satu variabel dependen, sedangkan korelasi parsial digunakan untuk mengetahui hubungan dari dua variabel dengan mengontrol salah satu atau lebih variabel lain (Sugiyono, 2013). Sebelum melakukan analisis data, terlebih dahulu melakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas untuk mengetahui adanya hubungan linier antar variabel bebas dan variabel tergantung. Kemudian dilakukan uji hipotesis. Pada hipotesis dua dan tiga menggunakan korelasi parsial. Keseluruhan dari teknik analisis data ini dibantu dengan menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) version 25.0 for windows



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah Penelitian dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kanchah

Orientasi kanchah merupakan tahap awal yang perlu dilakukan untuk merencanakan dan mempersiapkan suatu penelitian, hal tersebut bertujuan agar serangkaian penelitian dalam berjalan secara optimal. Peneliti menetapkan lokasi penelitian di Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung yang terletak di Jalan Kaligawe Raya KM. 4, Kota Semarang, Jawa Tengah.

Universitas Islam Sultan Agung atau yang biasa dikenal sebagai UNISSULA didirikan oleh Yayasan Badan Wakaf Sultan Agung (YBWSA) pada tanggal 16 Dzulhijjah 1381 H atau yang bertepatan pada 20 Mei 1962 M. UNISSULA merupakan universitas swasta berbasis Islam yang menerapkan Budaya Akademik Islami (BudAi) dalam aktivitas kegiatan pembelajaran guna membangun karakter mahasiswa agar menjadi pribadi yang berakhlaqul kharimah dan memiliki kompetensi sesuai dengan bidangnya masing-masing. Hingga saat ini UNISSULA memiliki jumlah fakultas sebanyak dua belas fakultas yang telah terakreditasi yaitu diantaranya Fakultas Kedokteran, Fakultas Kedokteran Gigi, Fakultas Farmasi, Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Hukum, Fakultas Ekonomi, Fakultas Psikologi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Agama Islam, Fakultas Bahasa dan Ilmu Komunikasi, Fakultas Teknik dan Fakultas Teknologi Industri.

Serangkaian penelitian ini dimulai dengan studi pendahuluan yang berupa kegiatan wawancara kepada sejumlah mahasiswa Fakultas Teknologi Industri UNISSULA yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian dan menyiapkan beberapa kebutuhan yang akan digunakan ketika penelitian. Adapun pertimbangan peneliti dalam memilih Fakultas Teknologi Industri UNISSULA sebagai tempat penelitian ialah sebagai berikut:

- a. Penelitian mengenai kepribadian *conscientiousness*, regulasi diri dan perilaku *cyberslacking* sebelumnya belum pernah dilakukan tempat tersebut. Keselarasan permasalahan di lokasi penelitian terhadap permasalahan yang hendak diteliti.
- b. Karakteristik dan jumlah subjek yang hendak diteliti sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan dalam penelitian.
- c. Memperoleh perizinan dari pihak Fakultas Teknologi Industri Unissula untuk melaksanakan kegiatan penelitian.

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan dalam penelitian bertujuan untuk mengurangi kesalahan yang mungkin akan terjadi, sehingga dengan adanya persiapan yang secara maksimal tersebut diharapkan rangkaian proses penelitian berjalan secara optimal. Adapun rangkaian persiapan penelitian yang dilakukan:

a. Penentuan Subjek

Penentuan subjek penelitian merupakan tahap pertama yang harus dilakukan sebelum persiapan perizinan dilakukan. Penentuan subjek dilakukan dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Cara pengambilan sampel yang dilakukan yaitu dengan menentukan taraf kesalahan 5% dari jumlah keseluruhan populasi menurut tabel penentuan jumlah sampel dari Isaac Michael (Sugiyono, 2013).

b. Persiapan Perizinan

Proses tahap persiapan perizinan diawali dengan mengajukan surat permohonan izin penelitian dari Fakultas Psikologi UNISSULA yang ditujukan kepada Dekan Fakultas Teknologi Industri UNISSULA. Selanjutnya, peneliti mengirimkan surat permohonan dengan Nomor 1505/C.1/Psi-SA/XII/2023 kepada Dekan Fakultas Teknologi Industri UNISSULA. Setelah mendapatkan izin dari lokasi penelitian, peneliti meminta data mahasiswa aktif dan menggunakan data tersebut untuk kepentingan penelitian.

c. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur merupakan suatu perangkat yang digunakan dalam pengumpulan data tertentu. Alat ukur yang digunakan yaitu skala yang berdasarkan pada aspek-aspek dari suatu variabel yang didalamnya memuat aitem *favorable* (aitem yang mendukung variabel yang hendak diukur) dan aitem *unfavorable* (aitem yang tidak mendukung variabel yang hendak diukur). Adapun skala yang digunakan yaitu skala perilaku *cyberslacking*, skala *conscientiousness* dan skala regulasi diri.

Skala pada penelitian ini memiliki empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Adapun penilaian untuk aitem yang bersifat *favorable* dengan jawaban (SS) skor 4, (S) skor 3, (TS) skor 2 dan (STS) skor 1. Sedangkan, penilaian pada aitem yang bersifat *unfavorable* dengan jawaban (STS) skor 4, (TS) skor 3, (S) skor 2 dan (SS) skor 1. Adapun skala yang digunakan pada penelitian ini antara lain:

1) Skala Perilaku *Cyberslacking*

Skala perilaku *cyberslacking* menggunakan skala yang telah disusun oleh Islani Tanjung (2022) disesuaikan dengan aspek menurut Akbulut (2016) yaitu *sharing*, *shopping*, *real-time updating*, *accessing online content* dan *gaming/gambling*. Skala perilaku *cyberslacking* ini menggunakan model skala *likert* yang berisikan 40 aitem yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*. Adapun sebaran aitem pada skala perilaku *cyberslacking* terdapat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Sebaran Distribusi Aitem Skala Perilaku *Cyberslacking*

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Sharing</i>	1,12,21,32	2,11,22,31	8
2.	<i>Shopping</i>	3,14,23,34	4,13,24,33	8
3.	<i>Real-time updating</i>	5,16,25,36	6,15,26,35	8
4.	<i>Accessing online content</i>	7,18,27,38	8,17,28,37	8
5.	<i>Gaming/gambling</i>	9,20,29,40	10,19,30,39	8
Total		20	20	40

2) Skala *Conscientiousness*

Skala *conscientiousness* dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Minchatul 'Ulya (2021) berdasarkan aspek menurut Costa (1991) yaitu *competence, order, dutifulness, self-discipline, deliberation* dan *achievement-striving*. Pada skala ini peneliti menambahkan aitem *unfavorable* pada aspek *deliberation*. Hal tersebut bertujuan untuk memberikan kesempatan bagi responden untuk memilih pernyataan, agar tidak hanya tersedia aitem *favorable* saja. Selain itu, peneliti juga menambahkan aspek *achievement-striving* agar aspek yang diungkap pada penelitian ini sesuai dengan aspek menurut Costa (1991). Skala *conscientiousness* ini menggunakan model skala *likert* yang berisikan 25 aitem yang terdiri dari 13 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Adapun sebaran aitem pada skala *conscientiousness* terdapat pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Sebaran Distribusi Aitem Skala *Conscientiousness*

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Competence</i>	1	12	2
2.	<i>Order</i>	7,19,20	2,6,18	6
3.	<i>Dutifulness</i>	3,13,17,24	4,8,22	7
4.	<i>Self-discipline</i>	5,21	16,23	4
5.	<i>Deliberation</i>	11	25	2
6.	<i>Achievement-striving</i>	9,15	10,14	4
Total		13	20	12

3) Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri menggunakan skala yang disusun oleh Cahyono (2021) berdasarkan aspek menurut Bandura (1997) yaitu mengatur standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri dan refleksi diri. Skala regulasi diri ini menggunakan model skala *likert* yang berisikan 30 aitem yang terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 15 aitem

unfavorable. Adapun sebaran aitem pada skala regulasi diri terdapat pada tabel berikut ini:

Tabel 7. Sebaran Distribusi Aitem Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengatur Standar dan Tujuan	1,4,21	8,13,16	6
2.	Observasi Diri	3,14,17	2,12,22	6
3.	Evalusi Diri	9,19,23	5,7,26	6
4.	Reaksi Diri	10,29	15,24	4
5.	Refleksi Diri	6,20,25,28	11,18,27,30	8
Total		15	15	30

d. Uji Coba Alat Ukur

Tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba alat ukur yang bertujuan untuk mengetahui nilai reliabilitas dan daya beda aitem. Uji coba alat ukur dilaksanakan pada Hari Senin, 15 Januari 2024 dengan subjek berjumlah 138 mahasiswa Fakultas Teknologi Industri UNISSULA angkatan 2022 dan 2023. Uji coba alat ukur ini dilakukan secara *offline* dengan menyebarkan skala kepada mahasiswa. Selanjutnya, setelah data terkumpul peneliti memberikan skor sesuai dengan ketentuan dan kemudian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solution*) *version 25.0 for windows*. Berikut rincian uji coba yang telah dilaksanakan:

Tabel 8. Data Subjek Uji Coba Alat Ukur

Program Studi	Angkatan		Jenis Kelamin		Jumlah
	2022	2023	Laki-laki	Perempuan	
Teknik Elektro	-	12	11	1	12
Teknik Industri	31	29	41	19	60
Teknik Informatika	27	38	37	29	66
Total	58	79	89	49	138

e. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Pada tahap ini peneliti melakukan uji daya beda aitem dan estimasi koefisien reliabilitas terhadap alat ukur yang telah dilakukan uji coba dan pemberian skor. Pada tahap ini bertujuan untuk mengetahui aitem yang

memiliki daya beda rendah, sehingga tidak dapat dimasukkan kedalam analisis berikutnya. Selain itu, untuk mengetahui tingkat reliabilitas alat ukur yang digunakan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan koefisien korelasi 0,25 agar jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai. Penelitian ini menggunakan uji daya beda aitem dengan korelasi *Product Moment* dari *Pearson* melalui bantuan SPSS (*Statistical Product Service Solution*) *version 25.0 for windows*. Alat ukur yang diuji pada penelitian ini yaitu skala perilaku *cyberslacking*, skala *conscientiousness* dan skala regulasi diri. Berikut rincian penjelasan dari hasil perhitungan daya beda aitem dan estimasi koefisien reliabilitas:

1) Skala Perilaku *Cyberslacking*

Skala perilaku *cyberslacking* diawal penyusunan berjumlah 40 aitem. Pada uji coba di penelitian sebelumnya terdapat 4 aitem gugur diantaranya nomor 9, 18, 19 dan 28, sedangkan uji coba di penelitian ini terdapat 5 aitem gugur yaitu pada nomor 17, 19, 20, 28 dan 37. Hasil uji coba diperoleh 35 aitem dengan daya beda tinggi yang berkisar dari 0,287 – 0,617 serta 5 aitem dengan daya beda rendah yang berkisar dari 0,116 – 0,187. Estimasi reliabilitas koefisien *Alpha Cronbach* dari 35 aitem sebesar 0,918, sehingga skala perilaku *cyberslacking* pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 9. Sebaran Daya Beda Aitem Skala Perilaku *Cyberslacking*

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Sharing</i>	1,12,21,32	2,11,22,31	8
2.	<i>Shopping</i>	3,14,23,34	4,13,24,33	8
3.	<i>Real-time updating</i>	5,16,25,36	6,15,26,35	8
4.	<i>Accessing online content</i>	7,18,27,38	8,17*,28*,37*	8
5.	<i>Gaming/gambling</i>	9,20*,29,40	10,19*,30,39	8
Total		20	20	40

Keterangan : *) aitem dengan daya beda rendah

2) Skala *Conscientiousness*

Skala *conscientiousness* diawal penyusunan berjumlah 20 aitem, kemudian peneliti menambahkan 5 aitem diantaranya 1 aitem

unfavorable pada aspek *deliberation*, 2 aitem *favorable* dan 2 aitem *unfavorable* pada aspek *achievement-striving*. Penambahan aitem pada aspek tersebut bertujuan agar aspek yang diungkap pada penelitian ini sesuai dengan aspek menurut Costa, dkk (1991) yang digunakan oleh peneliti. Berdasarkan uji coba di penelitian sebelumnya maupun uji coba di penelitian ini tidak terdapat aitem yang memiliki daya beda rendah. Hasil uji coba diperoleh 25 aitem dengan daya beda tinggi yang berkisar dari 0,270 – 0,628. Estimasi reliabilitas koefisien *Alpha Cronbach* dari 25 aitem sebesar 0,872, sehingga skala *conscientiousness* pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 10. Sebaran Daya Beda Aitem Skala *Conscientiousness*

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Competence</i>	1	12	2
2.	<i>Order</i>	7,19,20	2,6,18	6
3.	<i>Dutifulness</i>	3,13,17,24	4,8,22	7
4.	<i>Self-discipline</i>	5,21	16,23	4
5.	<i>Deliberation</i>	11	25	2
6.	<i>Achievement-striving</i>	9,15	10,14	4
Total		13	12	25

Keterangan : *) aitem dengan daya beda rendah

3) Skala Regulasi Diri

Skala regulasi diri diawal penyusunan berjumlah 30 aitem. Pada uji coba di penelitian sebelumnya terdapat 6 aitem gugur diantaranya nomor 3, 14, 16, 18, 22 dan 29, sedangkan uji coba di penelitian ini terdapat 4 aitem gugur yaitu pada nomor 8, 11, 16 dan 18. Hasil uji coba diperoleh 26 aitem dengan daya beda tinggi yang berkisar dari 0,254 – 0,624 serta 4 aitem dengan daya beda rendah yang berkisar dari -0,365 – 0,173. Estimasi reliabilitas koefisien *Alpha Cronbach* dari 26 aitem sebesar 0,884, sehingga skala regulasi diri pada penelitian ini dapat dikatakan reliabel.

Tabel 11. Sebaran Daya Beda Aitem Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengatur Standar dan	1,4,21	8*,13,16*	6

Tujuan			
2. Observasi Diri	3,14,17	2,12,22	6
3. Evaluasi Diri	9,19,23	5,7,26	6
4. Reaksi Diri	10,29	15,24	4
5. Refleksi Diri	6,20,25,28	11*,18*,27,30	8
Total	15	15	30

Keterangan : *) aitem dengan daya beda rendah

f. Penomoran Ulang

Setelah dilakukannya dan mengetahui hasil dari uji daya beda serta estimasi reliabilitas alat ukur tahap selanjutnya yaitu penomoran ulang dengan cara menghilangkan aitem yang memiliki daya beda rendah dan menggunakan aitem yang memiliki daya beda tinggi. Berikut susunan nomor baru pada skala perilaku *cyberslacking* dan skala regulasi diri yang akan digunakan pada skala penelitian:

Tabel 12. Susunan Nomor Aitem Skala Perilaku *Cyberslacking*

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Sharing</i>	1(3), 12(6), 21(18), 32(24)	2(7), 11(21), 22(28), 31(9)	8
2.	<i>Shopping</i>	3(5), 14(1), 23(17), 34(22)	4(2), 13(15), 24(29), 33(12)	8
3.	<i>Real-time updating</i>	5(13), 16(32), 25(23), 36(27)	6(4), 15(19), 26(30), 35(11)	8
4.	<i>Accessing online content</i>	7(16), 18(33), 27(10), 38(14)	8(31)	5
5.	<i>Gaming/gambling</i>	9(34), 29(25), 40(8)	10(20), 30(26), 39(35)	6
	Total	19	16	35

Keterangan : (...) nomor aitem baru

Tabel 13. Susunan Nomor Aitem Skala Regulasi Diri

No.	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Mengatur Standar dan Tujuan	1(6), 4(12), 21(25)	13(18)	4
2.	Observasi Diri	3(17), 14(21), 17(8)	2(7), 12(23), 22(19)	6
3.	Evaluasi Diri	9(26), 19(13), 23(5)	5(1), 7(10), 26(22)	6
4.	Reaksi Diri	10(20), 29(3)	15(11), 24(9)	4

5. Refleksi Diri	6(2), 20(16), 25(24), 28(14)	27(4), 30(15)	6
Total	15	11	26

Keterangan : (...) nomor aitem baru

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilaksanakan selama 8 hari yaitu pada tanggal 20 – 28 Februari 2024. Subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa aktif angkatan 2022 – 2023 Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Pengambilan data dilakukan peneliti dengan cara menyebar skala penelitian melalui *google form*. Berikut link *google form* skala penelitian ini: <https://forms.gle/yAbjshvqKzhDUpX46>. Penyebaran skala dilakukan dengan cara peneliti menghubungi Koordinator Tingkat (Komting) dari masing-masing kelas untuk meminta nomor *WhatsAapp* mahasiswa. Namun, peneliti hanya mendapatkan subjek sejumlah 182 mahasiswa, hal tersebut dikarenakan penelitian dilakukan ketika libur semester ganjil yang membuat peneliti sulit untuk menghubungi subjek.

Tabel 14. Data Subjek Penelitian

Aspek	Keterangan	Jumlah	Presentase	Total
Jenis Kelamin	Laki-laki	142	78%	182
	Perempuan	40	22%	
Usia	17	1	0,5%	182
	18	34	18,7%	
	20	62	33,5%	
	20	53	29,1%	
	21	24	13,2%	
	22	6	3,3%	
mengatuProgram Studi	Teknik Elektro	33	41,8%	182
	Teknik Industri	73	40,1%	
	Teknik Informatika	76	18,1%	
Angkatan	2022	97	53,3%	182
	2023	85	46,7%	

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

Pada tahap ini dilakukan ketika data penelitian telah terkumpul. Setelah itu, peneliti melakukan analisis data uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji linearitas dan uji multikolinearitas. Selanjutnya, dilakukan untuk uji hipotesis. Adapun berikut hasil perhitungan dari uji asumsi:

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui bahwa data yang diperoleh dalam penelitian ini berdistribusi normal atau tidak. Adapun teknik yang digunakan untuk menguji normalitas dalam penelitian ini yaitu teknik *One Sample Kolmogorov Smirnov Z* dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solution*) *version 25.0 for windows*. Dapat diketahui bahwa data yang terdistribusi normal apabila skor $p > 0,05$. Berdasarkan pada data residual pada penelitian ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh $> 0,05$ yaitu sebesar 0,200, maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas *One Sample Kolmogorov Smirnov Z*, dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan linier antar variabel bebas dan variabel tergantung. Uji linieritas pada penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solution*) *version 25.0 for windows*.

Hasil dari uji linieritas kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* mendapatkan F_{linier} sebesar 59,861 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking*. Sedangkan, hasil uji linieritas pada regulasi diri dan perilaku *cyberslacking* mendapatkan F_{linier} sebesar 79,954 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$),

maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking*.

c. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan atau korelasi antar variabel independen. Uji multikolinieritas pada penelitian ini menggunakan teknik regresi yang dilihat dari skor VIF (*Variance Inflation Factor*) dengan nilai <10 dan nilai *tolerance* $>0,1$ menunjukkan bahwa tidak adanya multikolinieritas antar variabel independen.

Hasil dari uji multikolinieritas pada penelitian ini menunjukkan skor VIF (*Variance Inflation Factor*) sebesar 2,109 (<10) dan skor *tolerance* sebesar 0,474 ($>0,1$). Berdasarkan hasil skor tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak adanya multikolinieritas antar variabel independen dalam penelitian.

d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kesalahan antar pengganggu pada periode t terhadap kesalahan pada periode sebelumnya atau $t-1$ dalam konsep regresi linier. Secara klasik regresi memiliki syarat bahwa variabel tidak boleh terjadi autokorelasi. Hal tersebut dikarenakan akan menghasilkan model regresi yang buruk. Model regresi yang baik merupakan regresi yang tidak terjadi gejala autokorelasi. Uji autokorelasi pada penelitian ini menggunakan uji *Durbin Watson* (*DW Test*) menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solution*) version 25.0 for windows.

Hasil dari uji autokorelasi pada penelitian ini menunjukkan skor DW (*Durbin Watson*) sebesar 2,121 dan jumlah sampel (n) yang digunakan yaitu sebanyak 182 subjek. Tabel yang digunakan yaitu menggunakan tabel *Durbin Watson* dengan $\alpha = 5\%$, maka nilai DU yang didapatkan pada tabel tersebut yaitu sebesar 1,7797 dan nilai DL sebesar 1,7353. Berdasarkan rumus $DU < DW < 4 - DU$, maka diperoleh nilai DW 2,121 lebih besar dari batas atas (DU) sebesar 1,7797 dan kurang dari $4 - 1,7797$ (2,2203).

Artinya, tidak terdapat autokorelasi dikarenakan nilai *Durbin Watson* berada diantara nilai DU dan nilai $4-2DU$.

e. Uji Heterokedastisitas

Uji heterokedastisitas bertujuan untuk mengetahui apakah terjadi ketidaksamaan *variance* antara residual pengamatan satu pada pengamatan yang lain dalam model regresi. Model regresi yang baik yaitu tidak terjadi homokedastisitas. Pada penelitian ini uji homokedastisitas menggunakan Uji *Glejser* yakni dengan cara meregres absolut residual dengan variabel independen, apabila nilai signifikansi $>0,05$ maka data tidak terjadi heterokedastisitas.

Hasil dari uji heterokedastisitas pada penelitian ini menunjukkan bahwa kedua variabel independen yang diteliti mendapatkan nilai signifikansi $>0,05$. Berdasarkan uji heterokedastisitas, variabel *conscientiousness* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,202 dimana nilai tersebut $>0,05$. Pada variabel regulasi diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,342 dimana nilai tersebut $>0,05$. Artinya, dapat disimpulkan bahwa data tidak terjadi gejala heterokedastisitas.

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan bertujuan guna menjawab hipotesis penelitian yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini. Uji hipotesis dapat dilakukan apabila telah memenuhi syarat dalam uji asumsi yaitu pada uji normalitas, uji linieritas dan uji multikolinieritas.

a. Hipotesis Pertama

Uji hipotesis pertama pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda. Tujuan dari penggunaan teknik tersebut yaitu untuk mengetahui bahwa ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih secara bersama-sama dengan satu variabel dependen. Berdasarkan uji korelasi antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* memperoleh R sebesar 0,735 dengan F_{hitung} sebesar 104,885 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepribadian

conscientiousness dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.

Skor koefisien pada variabel kepribadian *conscientiousness* sebesar 0,716 dan skor koefisien pada variabel regulasi diri sebesar -0,098 dengan skor konstan sebesar 23,655, maka persamaan garis regresi ($Y = aX_1 + bX_2 + C$) dalam penelitian ini adalah $Y = 0,716 + (-0,098) + 23,655$. Hal ini menunjukkan rerata yang diperoleh dari perilaku *cyberslacking* (kriterium Y) pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung akan mengalami perubahan sebesar 0,716 pada variabel kepribadian *conscientiousness* dan dapat terjadi perubahan sebesar -0,098.

Berdasarkan hasil uji hipotesis pertama menunjukkan bahwa kepribadian *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberslacking* memiliki sumbangan efektif sebesar 49,91% diperoleh dari $SE(X_1)\% = 0,725 \times 0,647 \times 100\%$ yang mengacu pada rumus $SE(X_1)\% = \beta_{x1} \times r_{xy} \times 100\%$. Sedangkan, pada variabel regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* memiliki sumbangan efektif sebesar 7,05% yang diperoleh dari $SE(X_1)\% = -0,141 \times (-0,500) \times 100\%$. Berdasarkan hasil sumbangan efektif di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* memiliki sumbangan efektif sebesar 56,96% dengan hasil R^2 sebesar 0,540 sedangkan 43,04% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini. Kesimpulan yang didapatkan dari hasil uji hipotesis di atas adalah hipotesis pertama diterima.

b. Hipotesis Kedua

Uji hipotesis kedua pada penelitian ini menggunakan korelasi parsial. Tujuan dari penggunaan teknik tersebut yaitu untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberslacking* dengan mengontrol variabel regulasi diri. Berdasarkan uji korelasi parsial tersebut diperoleh skor $r_{x1,y-x2}$ sebesar 0,622 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada

mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Semakin tinggi tingkat kepribadian *conscientiousness*, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberlacking* pada mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis kedua pada penelitian ini ditolak.

c. Hipotesis Ketiga

Uji hipotesis ketiga pada penelitian ini menggunakan korelasi parsial. Tujuan dari penggunaan teknik tersebut yaitu untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberlacking* dengan mengontrol variabel kepribadian *conscientiousness*. Berdasarkan dari uji korelasi partial tersebut diperoleh skor $r_{x_2,y-x_1}$ sebesar -0,170 dengan taraf signifikansi sebesar 0,022 ($p < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepribadian regulasi diri dengan perilaku *cyberlacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Artinya, semakin tinggi tingkat regulasi diri, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberlacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Dengan demikian, hipotesis ketiga diterima.

D. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif variabel penelitian dilakukan bertujuan untuk mendeskripsikan skor subjek guna mengungkap kondisi dan karakteristik dari subjek penelitian. Hasil analisis deskriptif ini memberikan informasi mengenai skor dan variasi pada setiap variabel yang diteliti. Kategorisasi pada penelitian ini mengacu pada model distribusi normal dimana subjek dimasukkan ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang pada masing-masing variabel. Menurut Azwar (2012), distribusi normal dibagi menjadi enam bagian dengan satuan deviasi standar. Tiga bagian berada di sebelah kiri *Mean* dengan bertanda negatif dan tiga bagian berada di sebelah kanan *Mean* dengan bertanda positif. Pada penelitian ini, distribusi normal pada kelompok subjek dibagi menjadi enam bagian dengan satuan standar deviasi dan setiap kategori memiliki rentang nilai yang berbeda. Adapun berikut penjabaran norma kategorisasi yang akan digunakan pada penelitian ini:

Tabel 15. Norma Kategorisasi Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1.5 \sigma < X$	Sangat Tinggi
$\mu + 0.5 \sigma < x \leq \mu + 1.5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0.5 \sigma < x \leq \mu + 0.5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1.5 \sigma < x \leq \mu - 0.5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1.5 \sigma$	Sangat Rendah

Keterangan: μ = Mean hipotetik; σ = Standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skor Perilaku *Cyberslacking*

Skala perilaku *cyberslacking* memiliki 35 aitem berdaya beda tinggi, masing-masing aitem memiliki rentang skor yang berkisar 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh subjek adalah 35 (1x35) dengan maksimum yang diperoleh subjek adalah 140 (4x35) dan rentang skor yang didapatkan yaitu 105 (140-35). Nilai standar deviasi yang didapatkan pada skala perilaku *cyberslacking* yaitu 17,5 yang diperoleh dari rumus skor maksimum dikurangi skor minimum lalu dibagi 6 [(140-35)/6] dengan *mean* hipotetik sebesar 87,5 yang diperoleh dari rumus skor maksimum ditambah skor minimum lalu dibagi dua [(140+35)/2].

Berdasarkan nilai empirik dari skala perilaku *cyberslacking* memperoleh skor minimum sebesar 35, skor maksimum sebesar 98, *mean* sebesar 66,5 dan standar deviasi sebesar 10,5. Adapun berikut deskripsi skor dari skala perilaku *cyberslacking*:

Tabel 16. Deskripsi Skor Skala Perilaku *Cyberslacking*

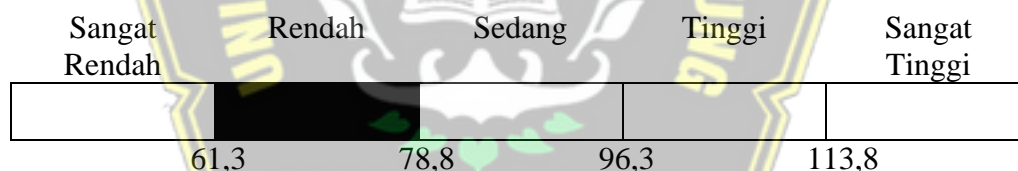
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	35	35
Skor Maksimum	98	140
Mean (M)	66,5	87,5
Standar Deviasi (SD)	10,5	17,5

Berdasarkan norma kategorisasi distribusi kelompok pada penelitian ini, maka dapat diketahui bahwa *mean* empirik berada pada kategorisasi rendah yaitu 66,5. Adapun berikut norma kategorisasi yang digunakan pada variabel perilaku *cyberslacking*:

Tabel 17. Kategorisasi Skor Skala Perilaku *Cyberslacking*

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$113,8 < X$	Sangat Tinggi	-	0%
$96,3 < x \leq 113,8$	Tinggi	1	0,5%
$78,8 < x \leq 96,3$	Sedang	34	18,7%
$61,3 < x \leq 78,8$	Rendah	91	50%
$X \leq 61,3$	Sangat Rendah	56	30,8%
Total		182	100%

Berdasarkan pada tabel kategorisasi skor skala perilaku *cyberslacking* diatas, menunjukkan bahwa tidak ada subjek yang berada pada kategorisasi sangat tinggi. Subjek dengan kategori tinggi berjumlah 1 mahasiswa dengan presentase 0,5%. Subjek dengan kategori sedang sejumlah 34 mahasiswa dengan presentase 18,7%. Subjek dengan kategori rendah sejumlah 91 mahasiswa dengan presentase 50%. Subjek dengan kategori sangat rendah sejumlah 56 mahasiswa dengan presentase 30,8%. Artinya, berdasarkan *mean* empirik dapat disimpulkan bahwa skala perilaku *cyberslacking* pada penelitian ini terletak pada kategorisasi rendah. Berikut gambar norma kategorisasi pada skala perilaku *cyberslacking*:



Gambar 1. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Perilaku Cyberslacking

2. Deskripsi Data Skor *Conscientiousness*

Skala *conscientiousness* memiliki 25 aitem berdaya beda tinggi, masing-masing aitem memiliki rentang skor yang berkisar 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh subjek adalah 25 (1×25) dengan maksimum yang diperoleh subjek adalah 100 (4×25) dan rentang skor yang didapatkan yaitu 75 ($100 - 25$). Nilai standar deviasi yang didapatkan pada skala *conscientiousness* yaitu 12,5 yang diperoleh dari rumus skor maksimum dikurangi skor minimum lalu dibagi 6 [$(100 - 25) / 6$] dengan *mean* hipotetik sebesar 62,5 yang diperoleh dari rumus skor maksimum ditambah skor minimum lalu dibagi dua [$(100 + 25) / 2$].

Berdasarkan nilai empirik dari skala *conscientiousness* memperoleh skor minimum sebesar 52, skor maksimum sebesar 99, *mean* sebesar 75,5 dan standar deviasi sebesar 7,83. Adapun berikut deskripsi skor dari skala *conscientiousness*:

Tabel 18. Deskripsi Skor Skala *Conscientiousness*

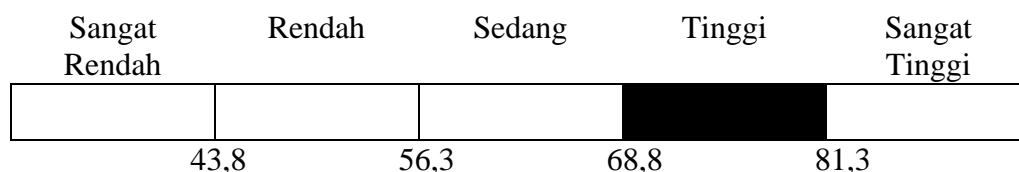
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	52	25
Skor Maksimum	99	100
Mean (M)	75,5	62,5
Standar Deviasi (SD)	7,83	12,5

Berdasarkan norma kategorisasi distribusi kelompok pada penelitian ini, maka dapat diketahui bahwa *mean* empirik berada pada kategorisasi sedang yaitu 75,5. Berdasarkan hasil pengukuran melalui skala *conscientiousness* diperoleh *mean* empirik 104 lebih besar dari *mean* hipotetik dengan kategorisasi sangat tinggi. Hal ini membuktikan bahwa subjek berada pada kategori tingkat *conscientiousness* yang tinggi. Adapun berikut norma kategorisasi yang digunakan pada variabel kepribadian *conscientiousness*:

Tabel 19. Kategorisasi Skor Skala *Conscientiousness*

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$81,3 < X$	Sangat Tinggi	28	15,4%
$68,8 < x \leq 81,3$	Tinggi	85	46,7%
$56,3 < x \leq 68,8$	Sedang	64	35,2%
$43,8 < x \leq 56,3$	Rendah	5	2,7%
$X \leq 43,8$	Sangat Rendah	-	0%
	Total	182	100%

Berdasarkan pada tabel kategorisasi skor skala *conscientiousness* data, menunjukkan bahwa subjek dengan kategorisasi sangat tinggi sejumlah 28 mahasiswa dengan presentase 15,4%. Subjek dengan kategori tinggi sejumlah 85 mahasiswa dengan presentase 46,7%. Pada kategori sedang sejumlah 64 mahasiswa dengan presentase 35,2%. Kategori rendah sebanyak 5 mahasiswa dengan presentase 2,7% dan tidak ada subjek yang berada pada ketgorisasi sangat rendah. Artinya, berdasarkan *mean* empirik dapat disimpulkan bahwa skala *conscientiousness* pada penelitian ini terletak pada kategorisasi tinggi. Berikut gambar norma kategorisasi pada skala *conscientiousness*:



Gambar 2. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Consientiousness

3. Deskripsi Data Skor Regulasi Diri

Skala regulasi diri memiliki 26 aitem berdaya beda tinggi, masing-masing aitem memiliki rentang skor yang berkisar 1 hingga 4. Skor minimum yang diperoleh subjek adalah 26 (1×26) dengan maksimum yang diperoleh subjek adalah 104 (4×26) dan rentang skor yang didapatkan yaitu 78 ($104 - 26$). Nilai standar deviasi yang didapatkan pada skala regulasi diri yaitu 13 yang diperoleh dari rumus skor maksimum dikurangi skor minimum lalu dibagi 6 [$(104 - 26) / 6$] dengan *mean* hipotetik sebesar 65 yang diperoleh dari rumus skor maksimum ditambah skor minimum lalu dibagi dua [$(104 + 26) / 2$].

Berdasarkan nilai empirik dari skala regulasi diri memperoleh skor minimum sebesar 35, skor maksimum sebesar 104, *mean* sebesar 79 dan standar deviasi sebesar 8,33. Adapun berikut deskripsi skor dari skala regulasi diri:

Tabel 20. Deskripsi Skor Skala Regulasi Diri

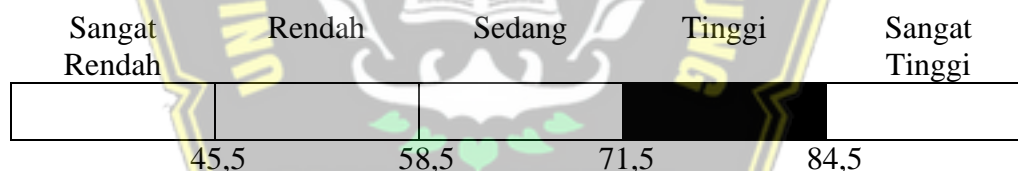
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	54	26
Skor Maksimum	104	104
Mean (M)	79	65
Standar Deviasi (SD)	8,33	13

Berdasarkan norma kategorisasi distribusi kelompok pada penelitian ini, maka dapat diketahui bahwa *mean* empirik berada pada kategorisasi tinggi yaitu 79. Adapun berikut norma kategorisasi yang digunakan pada variabel regulasi diri:

Tabel 21. Katgeorisasi Skor Skala Regulasi DIri

Norma	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$84,5 < X$	Sangat Tinggi	31	17%
$71,5 < x \leq 84,5$	Tinggi	107	58,8%
$58,5 < x \leq 71,5$	Sedang	43	23,6%
$45,5 < x \leq 58,5$	Rendah	1	0,5%
$X \leq 45,5$	Sangat Rendah	-	0%
	Total	182	100%

Berdasarkan pada tabel kategorisasi skor skala regulasi diri data, menunjukkan bahwa subjek dengan kategorisasi sangat tinggi sejumlah 31 mahasiswa dengan presentase 17%. Subjek dengan kategori tinggi sejumlah 107 mahasiswa dengan presentase 58,8%. Subjek dengan kategori sedang sejumlah 43 mahasiswa dengan presentase 23,6%. Selain itu, pada kategori rendah terdapat 1 mahasiswa dengan presentase 0,5% dan tidak ada subjek yang berada pada kategorisasi sangat rendah. Artinya, berdasarkan *mean* empirik dapat disimpulkan bahwa skala regulasi diri pada penelitian ini terletak pada kategorisasi tinggi. Berikut gambar norma kategorisasi pada skala regulasi diri:



Gambar 3. Kategorisasi Persebaran Skor Variabel Regulasi Diri

E. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan bertujuan guna mengungkap apakah terdapat hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Berdasarkan dari hasil uji hipotesis yang telah dilakukan dengan menggunakan teknik regresi berganda, menunjukkan bahwa memperoleh R sebesar 0,735 dengan F_{hitung} sebesar 104,885 dan taraf signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung.

Pada variabel kepribadian *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberslacking* dan regulasi diri memiliki sumbangan efektif sebesar 56,96%. Sedangkan 43,04% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini seperti sikap pribadi, faktor organisasi, persepsi dan sikap, komitmen, orientasi terhadap pencapaian. Kesimpulan yang didapatkan dari hasil uji hipotesis diatas adalah hipotesis pertama diterima.

Pada uji hipotesis kedua apakah terdapat hubungan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Berdasarkan dari uji korelasi parsial yang telah dilakukan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* memperoleh skor $r_{x1.y-x2}$ sebesar 0,622 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Semakin tinggi tingkat kepribadian *conscientiousness*, maka semakin rendah tingkat perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa. Dengan demikian, hipotesis kedua pada penelitian ini ditolak.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Christiana & Kristanto, (2020) menunjukkan bahwa adanya korelasi positif yang signifikan antara *conscientiousness* terhadap perilaku *cyberloafing*, memperoleh skor koefisien korelasi 0,150 dan nilai signifikansi sebesar 0,034 ($p < 0,05$). Penelitian lain yang dilakukan oleh Ati & Zulkaida, (2022) yang menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *conscientiousness* terhadap *cyberloafing* yang memperoleh skor koefisien signifikansi sebesar 0,365 ($p < 0,05$). Menunjukkan hasil yang serupa pada penelitian Wiastuti dkk., (2019) bahwa kepribadian *conscientiousness* tidak berpengaruh terhadap aktivitas *cyberloafing* yang memperoleh skor signifikansi sebesar 0,141 ($p < 0,05$). Individu yang memiliki kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan memiliki karakter teratur, tidak bergantung terhadap orang lain, memiliki disiplin diri yang tinggi,

tidak malas dan memiliki motivasi yang tinggi untuk mewujudkan impiannya dan cenderung tidak melakukan tindakan yang menyimpang atau kontraproduktif.

Pada uji hipotesis ketiga apakah terdapat hubungan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Berdasarkan dari uji korelasi parsial yang telah dilakukan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* memperoleh skor $r_{x_2,y-x_1}$ sebesar -0,170 dengan taraf signifikansi sebesar 0,022 ($p < 0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepribadian regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Artinya, semakin tinggi tingkat regulasi diri, maka semakin rendah tingkat perilaku perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung. Sehingga, hipotesis ketiga diterima.

Temuan dalam penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pratama & Satwika, (2022) yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,332 antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberloafing*, maka terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri terhadap perilaku *cyberloafing*. Menunjukkan hasil yang serupa pada penelitian yang dilakukan oleh Cahyono, (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan *cyberloafing*. Adapun hubungan negatif tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri yang dimiliki mahasiswa pascasarjana, maka akan semakin rendah perilaku *cyberloafing*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan oleh peneliti pada penelitian ini, variabel perilaku *cyberslacking* berada pada kategorisasi rendah. Artinya, mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung memiliki tingkat perilaku *cyberslacking* yang rendah. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ketika perkuliahan sedang berlangsung, mahasiswa memperhatikan dengan baik dan tidak melakukan tindakan menyimpang seperti membuka *smartphone* ketika jam perkuliahan sedang berlangsung.

Pada hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan peneliti pada variabel kepribadian *conscientiousness* berada pada kategorisasi tinggi. Artinya, mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung memiliki tingkat kepribadian *conscientiousness* yang tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa individu memiliki disiplin diri yang tinggi, tidak malas dan memiliki motivasi yang tinggi untuk mewujudkan impiannya.

Pada hasil analisis deskriptif yang telah dilakukan peneliti pada variabel regulasi diri berada pada kategorisasi tinggi. Artinya, mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa individu memiliki kemampuan yang baik untuk mengatur diri sendiri, mengelola dan menjaga keseimbangan emosi serta perilaku agar tetap fokus dengan tujuan yang sedang dilakukan.

F. Kelemahan Penelitian

Pada setiap proses penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyadari bahwa terdapat kelemahan yang ada penelitian ini. Adapun kelemahan-kelemahan tersebut yaitu:

1. Ketika pelaksanaan uji coba, peneliti tidak mendapatkan jumlah sampel yang telah ditetapkan. Hal tersebut dikarenakan uji coba dilaksanakan ketika subjek sedang melaksanakan Ujian Akhir Semester (UAS), sehingga peneliti kesulitan dalam menemui serta mengkondisikan subjek pada saat pengisian skala uji coba.
2. Ketika pelaksanaan penelitian, peneliti tidak mendapatkan jumlah sampel sesuai yang telah ditetapkan. Hal tersebut dikarenakan penelitian dilaksanakan ketika subjek sedang dalam masa libur semester ganjil, oleh sebab itu peneliti kesulitan untuk menemui subjek.

BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepribadian *conscientiousness* dan regulasi diri terhadap perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung, sehingga hipotesis pertama diterima.
2. Terdapat hubungan yang signifikan, namun bersifat positif antara kepribadian *conscientiousness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung, sehingga hipotesis kedua ditolak.
3. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi diri dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Sultan Agung, sehingga hipotesis kedua diterima.

B. Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memiliki beberapa saran yang ditujukan kepada pihak-pihak yang terkait yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil tingkat *cyberslacking* yang sedang pada penelitian ini, diharapkan mahasiswa dapat mempertahankan perilaku *cyberslacking* yang saat ini berada pada tingkatan yang rendah dengan mengendalikan keinginan dan pikiran yang berkaitan dengan penggunaan internet ketika perkuliahan sedang berlangsung. Hal tersebut dilakukan dengan meningkatkan kepribadian *conscientiousness* yang sudah ada agar mampu mewujudkan impian yang telah terbentuk. Selain itu, mahasiswa diharapkan meningkatkan regulasi diri agar mampu mengatur dan mengontrol perilaku ataupun kegiatan yang diarahkan

pada tujuan yang jelas supaya tidak melakukan tindakan menyimpang seperti perilaku *cyberslacking*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang akan mendalami permasalahan serupa, disarankan untuk dapat melibatkan faktor-faktor lain seperti orientasi pada pencapaian, *locus of control*, komitmen, dukungan antar teman sebaya, sifat pribadi, dan lain sebagainya.



DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R., CS, Abdullah, P., Hasnan, N., P., & AL, B. (2014). The relationship of cyberloafing behavior with big five personality traits. *Australian Journal of Basic and Applied Sciences*, 8(12), 61–66. <https://www.ajbasweb.com/old/ajbas/2014/Special 7/61-66.pdf>
- Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. (2016). In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*, 55, 616–625. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002>
- Anam, K., & Pratomo, G. A. (2019). Fenomena cyberslacking pada mahasiswa. *Journal Unnes Intuisi*, 11(3), 202–210. <https://doi.org/10.15294/intuisi.v11i3.23378>
- Ardilasari, N. (2017). Hubungan self control dan perilaku cyberloafing pada pegawai negeri sipil. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 19–39. <https://doi.org/10.22219/jipt.v5i1.3882>
- Askew, K. L., & Askew, K. (2012). The relationship between cyberloafing and task performance and an examination of the theory of planned behavior as a model of cyberloafing. Disertasi. University of South Florida.
- Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (APJII). (2023). *Survei penetrasi dan perilaku internet 2023*. Retrieved from Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. <https://apjii.or.id/survei2023>
- Astuti. (2019). Hubungan antara self-regulation dengan perilaku cyberloafing pada karyawan administrasi Universitas Islam Riau. Skripsi. UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
- Ati, S. A., & Zulkaida, A. (2022). Conscientiousness dan kebijakan organisasi: Mampukah mengurangi perilaku cyberloafing? *Arjwa: Jurnal Psikologi*, 1(4), 172–182. <https://doi.org/10.35760/arjwa.2022.v1i4.7309>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas* (Edisi IV). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (Edisi II). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzahra, S. (2018). Pengaruh kepribadian hexaco, self regulation dan variabel demografis terhadap academic cyberloafing pada mahasiswa. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah.
- Bandura, A. (1997). Self-efficacy and educational development. In A. Bandura (Ed.), *Self-Efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511527692.009>

- Bartley, C. E., & Roesch, S. C. (2011). Coping with daily stress: The role of conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 50(1), 79–83. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.08.027>
- Baumeister, R. F., Gailliot, M., DeWall, C. N., & Oaten, M. (2006). Self-regulation and personality: How interventions increase regulatory success, and how depletion moderates the effects of traits on behavior. *Journal of Personality*, 74(6), 1773–1802. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2006.00428.x>
- Bela, K. (2020). Hubungan antara kepribadian extraversion dengan cyberslacking pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Skripsi. Universitas Diponegoro.
- Bestari, R. (2020). Kepribadian conscientiousness dan agreeableness terhadap perilaku cyberloafing karyawan. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Blanchard, A. L., & Henle, C. A. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 1067–1084. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.03.008>
- Cahyono, A. D. (2021). Hubungan regulasi diri dengan cyberloafing pada mahasiswa Malang. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang]. <https://eprints.umm.ac.id/75515/>
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2000). On the structure of behavioral self-regulation. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50032-9>
- Chrisnatalia, M., Leoniharza, D., & Bera Liwun, S. B. (2023). Self-control dan cyberslacking pada mahasiswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 13(2), 128–137. <https://doi.org/10.24246/j.js.2023.v13.i2.p128-137>
- Christiana, E. J., & Kristanto, H. (2020). Pengaruh the big five personality terhadap perilaku cyberloafing karyawan (kasus di CV. Andi Offset Yogyakarta). *Forbiswira Forum Bisnis Dan Kewirausahaan*, 10(1), 1–14. <https://doi.org/10.35957/forbiswira.v10i1.881>
- Costa, P. T., McCrae, R., & Dye, D. A. (1991). Facets scales for agreeableness and conscientiousness: A revision of the neo personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 12(9), 887–898. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(91\)90177-D](https://doi.org/10.1016/0191-8869(91)90177-D)
- Dias, P., & Castillo, J. A. G. del. (2014). Self-regulation and tobacco use: Contributions of the confirmatory factor analysis of the portuguese version of the short self-regulation questionnaire. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 159, 370–374. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.390>
- Diehl, M., Semegon, A. B., & Schwarzer, R. (2006). Assessing attention control

in goal pursuit: A component of dispositional self-regulation. *Journal of Personality Assessment*, 86(3), 306–317.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8603_06

Feist, J. & Feist, G. J. (2008). *Theories of personality* (Edisi VI). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Gökçearsan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlamam, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 639–649. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.091>

Hamka, M. A. (2019). Mengenal cyber-slacking dan tiga penyebab utamanya. *Indopositive.org*. <https://www.indopositive.org/2019/04/mengenal-cyber-slacking-dan-tiga.html>

Hoyle, R. H. (2010). Handbook of personality and self-regulation. In R. McCrae & L. Corinna (Eds.), *Handbook of Personality* (pp. 145–168). Blackwell Publishing.

Islani Tanjung, N. F. (2022). Pengaruh self control dan motivasi belajar terhadap perilaku cyberslacking pada mahasiswa UIN Walisongo Semarang. UIN Walisongo Semarang.

Karoly, P. (1993). mechanisms of self-regulation: A systems view. *Annual Review of Psychology*, 44(1), 23–52.
<https://doi.org/10.1146/annurev.ps.44.020193.000323>

Kurniawan, H., & Nastasia, K. (2018). Hubungan self-regulation dengan perilaku cyberloafing pada mahasiswa pasca sarjana. *Psyche 165 Journal*, 11(2), 1–10.
<http://lppm.upiyptk.ac.id/psyche165/index.php/Psyche165/article/view/116>

Leo, L. A., & Ginting, E. D. J. (2012). Kepribadian conscientiousness dan post repurchase regret konsumen. *Proyeksi*, 7(1), 67–78.
<https://doi.org/10.30659/p.7.1.67-78>

Lim, V. K. G. (2002). The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*, 23(5), 675–694. <https://doi.org/10.1002/job.161>

Lim, V. K. G., & Teo, T. S. H. (2005). Prevalence, perceived seriousness, justification and regulation of cyberloafing in Singapore: An exploratory study. *Information and Management*, 42(8), 1081–1093.
<https://doi.org/10.1016/j.im.2004.12.002>

Malhotra, S. (2013). Cyber loafing-a holistic perspective. *Episteme: An Online Interdisciplinary, Multidisciplinary & Multi-Cultural Journal*, 2(3).
<https://episteme.net.in/content/73/3809/attachments/5-cyber.pdf>

Manab, A. (2016). Memahami regulasi diri: Sebuah tinjauan konseptual. In

Psychology & Humanity, Seminar Asean. Seminar Asean. Universitas Muhammadiyah Malang.

- Marissa, M., Dwi Putra, A. I., & Sarinah, S. (2019). Cyberloafing: Peranan conscientiousness terhadap pemalasan siber pada karyawan. *Psycho Idea*, 17(2), 107–113. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v17i2.4195>
- Meier, A., Reinecke, L., & Meltzer, C. E. (2016). Facebocrastination? predictors of using facebook for procrastination and its effects on students' well-being. *Computers in Human Behavior*, 64, 65–76. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.06.011>
- Memon, M. A., Nor, K. M., & Salleh, R. (2016). Personality traits influencing knowledge sharing in student-supervisor relationship: A structural equation modelling analysis. *Journal of Information and Knowledge Management*, 15(2), 1–18. <https://doi.org/10.1142/S0219649216500155>
- Minchatul 'Ulya, R. (2021). Hubungan conscientiousness dengan resiliensi akademik pada mahasiswa aktif organisasi. Skripsi. UIN Maulana Malik Ibrahim.
- Mount, M., Ilies, R., & Johnson, E. (2006). Relationship of personality traits and counterproductive work behaviors: The mediating effects of job satisfaction. *Personnel Psychology*, 59(3), 591–622. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2006.00048.x>
- Nasir, N., Adetya, S., & Yuliana, Y. V. (2023). Dampak cyberslacking pada tingkat pembelajaran mahasiswa. *Journal of Education*, 5(2), 4624–4632. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.191>
- Owusu, A., Afi Bleboo, E. M., & Taana, I. H. (2021). Preliminary insights into cyberslacking impact on graduate students academic performance: A case study of a business school in Ghana. *Journal of Theoretical and Applied Information Technology*, 99(7), 1477–1492. <https://www.jatit.org/volumes/Vol99No7/1Vol99No7.pdf>
- Ozler, D. E., & Polat, G. (2012). Cyberloafing phenomenon in organizations: determinants and impacts. *International Journal of EBusiness and EGovernment Studies*, 4(2), 1–15. https://sobiad.org/eJOURNALS/journal_IJEBEG/archives/2012_2/derya_ergun.pdf
- Prasad, S., & Chen, D. J. Q. (2010). Self-regulation, individual characteristics and cyberloafing. *Pacific Proceedings*, 1641–1648.
- Pratama, M. Y. A., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan antara regulasi diri dengan perilaku cyberloafing pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 21–33. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i1.1976>
- Prevoo, T., & Weel, B. ter. (2004). The importance of early conscientiousness for

socio-economic outcomes evidence from the British Cohort Study. In *CPB Discussion Paper*.

- Ragan, E. D., Jennings, S. R., Massey, J. D., & Doolittle, P. E. (2014). Unregulated use of laptops over time in large lecture classes. *Computers and Education*, 78, 78–86. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.05.002>
- Rohmana, F., & Yuniasanti, R. (2017). Conscientiousness (big five personality) dengan organizational citizenship behavior analysis between dimension of extraversion and conscientiousness dimensions (big five personality) with organizational citizenship behavior. *Psycho Idea*, 15(2), 78–87. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v15i2.2447>
- Simatupang, K. M., & Margaretha, M. (2023). The impact of academic stress on cyberloafing with fatigue as a mediating variable: A study of students in Bandung City-Indonesia during a pandemic. *European Journal of Educational Research*, 12(1), 525–535. <https://doi.org/10.12973/eu-er.12.1.525>
- Sugiyono. (2013). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D. In *Alfabeta* (Cetakan ke). Alfabeta.
- Sutherland, R., De Bruin, G. P., & Crous, F. (2007). The relation between conscientiousness, empowerment and performance. *SA Journal of Human Resource Management*, 5(2), 62. <https://doi.org/10.4102/sajhrm.v5i2.120>
- Trisnayanti, D. L. (2021). Hubungan komitmen organisasi dan regulasi diri dengan Perilaku cyberloafing pegawai tata usaha di Universitas Medan Area. Tesis. Universitas Medan Area.
- Valencia, Y., & Astin, Y. (2017). Gambaran cyberslacking pada mahasiswa. *Prosiding Konferensi Nasional Pemuda Psikologi Indonesia*, 2(1), 9–17.
- Weatherbee, T. G. (2010). Counterproductive use of technology at work: Information & communications technologies and cyberdeviancy. *Human Resource Management Review*, 20(1), 35–44. <https://doi.org/10.1016/j.hrmr.2009.03.012>
- Wiasuti, R. D., Livensa, L., Lestari, N. S., & Triana, I. (2019). Employee personality traits towards cyberloafing activities in hotel industry. *Tourism Proceeding*, 4(2005), 139–147. <https://jurnalpariwisata.iptrisakti.ac.id/index.php/Proceeding/article/view/1274>
- Yaşar, S., & Yurdugül, H. (2013). The investigation of relation between cyberloafing activities and cyberloafing behaviors in higher education. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 83, 600–604. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.114>
- Yasdar, M., & Mulyadi, M. (2018). Penerapan teknik regulasi diri (self-

regulation) untuk meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa program studi bimbingan konseling STKIP Muhammadiyah Enrekang. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 2(2), 50–60. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v2i2.9>

Yilmaz, F. G., Yilmaz, R., Öztürk, H. T., Sezer, B., & Karademir, T. (2015). Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments. *Computers in Human Behavior*, 45, 290–298. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.023>

Yudiansyah, R. (2019). Pengaruh kepribadian big five dan karakteristik pekerjaan terhadap perilaku cyberloafing pada karyawan. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Zimmerman, Barry J & Schunk, D. H. (1989). Self-regulated learning and academic achievement: Theory, research, and practice. In *Contemporary Psychology: A Journal of Reviews* (Vol. 36, Issue 11). <https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3618-4%0A>

Zimmerman, B. J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. In B. J. Zimmerman (Ed.), *Handbook of Self-Regulation* (pp. 13–39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>

