

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU
CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI PT. TELKOM**

GAHARU MEDAN

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar

Sarjana Psikologi Universitas Medan Area

OLEH:

Dinda Fitriani

158.600.223



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

MEDAN

2020

HALAMAN PENGESAHAN

JUDUL SKRIPSI : **HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU *CYBERLOAFING* PADA KARYAWAN DI PT. TELKOM GAHARU MEDAN**

NAMA : **DINDA FITRIANI**

NPM : **158600223**

BAGIAN : **PSIKOLOGI INDSTURI ORGANISASI**

Disetujui Oleh
Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

(Drs. Mulia Siregar, M.Psi)

(Findy Suri, S.Psi, M.Psi)

Ka. Bagian

Dekan

(Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi)

(Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Tanggal Lulus : 22 Desember 2020

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
DERAJAT SARJANA (S1) PSIKOLOGI

Pada Tanggal

22 Desember 2020

MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

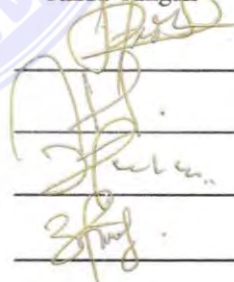
DEKAN

(Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

Dewan Penguji

1. **Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi, M.Psi, Psikolog**
2. **Azhar Aziz, S.Psi, MA**
3. **Drs. Mulia Siregar, M.Psi**
4. **Findy Suri, S.Psi, M.Psi**

Tanda Tangan



HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma yang, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 22 Desember 2020



Dinda Fitriani
(158600223)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dinda Fitriani

NPM : 158600223

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

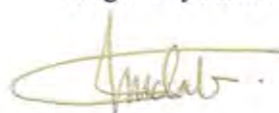
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah Saya yang berjudul: Hubungan Antara *Self Efficacy* dengan Perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Akses Medan. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan skripsi Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 22 Desember 2020

Yang menyatakan



(Dinda Fitriani)

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU
CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI PT. TELKOM
GAHARU MEDAN**

DINDA FITRIANI
158.600.223

ABSTRAK

Sebagai salah satu sumber daya dalam perusahaan, karyawan harus mampu menunjukkan hasil kerja yang maksimal dan memanfaatkan waktu kerja untuk kepentingan perusahaan tempat ia bekerja. Walaupun demikian masih saja ditemukan perilaku dari karyawan yang tidak mampu menempatkan dirinya sesuai dengan waktu kerja salah satunya yaitu permasalahan mengenai penggunaan waktu kerja untuk penyelesaian tugas dan pekerjaan.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing* pada karyawan yang bekerja di Kantor PT. Telkom Gaharu Medan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan yang berjumlah 79 orang. Untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dan yang menjadi sampel penelitian ini berjumlah 79 orang.

Hasil uji validitas pada variabel penelitian *Self Control* dan perilaku *Cyberloafing* diperoleh hasil bahwa terdapat 7 dan 4 item gugur dari masing-masing variabel. Berdasarkan hasil perhitungan *Korelasi Product Moment*, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Self Control* dengan variabel perilaku *Cyberloafing* dimana $R_{xy} = -0,665$ dengan tingkat (ρ) sebesar 0,000 sehingga $\rho < 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesis nol (H_0) diterima, yang menunjukan adanya dengan hubungan negatif antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing*, dengan asumsi semakin rendah *Self Control* maka akan semakin tinggi pula perilaku *Cyberloafing* pada karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan.

Kata Kunci : *Self Control, Perilaku Cyberloafing*

THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF CONTROL* AND *CYBERLOAFING* BEHAVIOR IN EMPLOYEES AT PT. TELKOM GAHARU MEDAN

DINDA FITRIANI
158.600.223

ABSTRACT

As one of the resources in the company, employees must be able to show maximum work results and utilize work time for the benefit of the company where they work. Even so, there are still behaviors from employees who are unable to position themselves according to working time, one of which is the problem of using work time to complete tasks and jobs. This study aims to see the relationship between self-control and *Cyberloafing* behavior among employees who work at the PT. Telkom Access Medan.

The research approach used is a quantitative approach to the type of correlation research. The population in this study were all employees who work in the Office Management Data Division of PT. Telkom Gaharu Medan, amounting to 79 people. To determine the number of samples in this study using a total sampling technique and the sample of this study amounted to 79 people.

The results of the validity test on the research variables of self-control and *Cyberloafing* behavior showed that 7 and 4 items were dropping from each variable. Reliability test using Alpha Cronbach which produces reliability test results of 0.961 for the self-control variable and 0.958 for the *Cyberloafing* behavior variable. Based on the calculation of Product Moment Correlation, it is known that there is a significant negative relationship between *Self Control* and the *Cyberloafing* behavior variable where $R_{xy} = -0.665$ with a level (ρ) of 0.000 so that $\rho < 0.05$. This shows that the null hypothesis (H_0) is accepted, which indicates a negative relationship between *Self Control* and *Cyberloafing* behavior, assuming that the lower the *Self Control*, the higher the *Cyberloafing* behavior of employees who work in the Office Management Data Division of PT. Telkom Gaharu Medan.

Keywords: *Self Control*, *Cyberloafing* Behavior



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum, Wr.Wb

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW yang mengantarkan manusia dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Adapun penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan antara *Self Control* dengan Perilaku *Cyberloafing* di PT.Telkom Indonesia Gaharu Medan" dimaksudkan untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Sarjana Psikologi di Universitas Medan Area.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak hambatan serta rintangan yang peneliti hadapi. Hambatan yang paling membuat peneliti hancur dan hampir putus asa melanjutkan skripsi ini adalah ketika Ayahanda peneliti pergi untuk selama lamanya. Namun pada akhirnya peneliti mendapat banyak dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini, peneliti menyampaikan terimakasih kepada :

1. Yayasan Bapak H. Agus Salim Universitas Medan Area tempat peneliti menimba ilmu.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 23/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)23/12/21

4. Ibu Laili Alfita, S.Psi, MM.M.Psi, Psikolog selaku Wakil Dekan Bidang Akademik Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
5. Terima kasih banyak kepada Ibu Dr. Hj. Risydah Fadilah, S.Psi., M.Psi selaku ketua dalam pelaksanaan sidang peneliti.
6. Terima kasih banyak kepada Bapak Azhar Azis, S.Psi, M.A selaku sekretaris dalam pelaksanaan sidang peneliti.
7. Terima kasih banyak kepada Bapak Drs. H. Mulia Siregar, M.Psi selaku dosen pembimbing yang mau meluangkan waktunya, menerima serta memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Terima kasih kepada Ibu Findy Suri, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing yang juga banyak membantu peneliti dengan sabar membimbing, mendengar keluh kesah peneliti dan banyak memberi support kepada peneliti.
9. Terima kasih banyak kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan baru kepada Peneliti, tanpa kalian peneliti bukanlah apa-apa.
10. Terima kasih kepada Bapak Arif Fachrian, S.Psi, M.Psi, selaku Kepala Jurusan di Bidang Psikologi Industri dan Organisasi yang banyak membantu penulis ketika memiliki hambatan dalam penulisan skripsi ini.
11. Terimakasih banyak kepada Pimpinan dan Karyawan PT. Telkom Indonesia medan yang memberi penulis kesempatan untuk melakukan penelitian Di perusahaan tersebut

12. Terima kasih kepada Keluarga saya. Yang teristimewa kepada kedua orang tua penulis. Lelaki terhebat, Ayahanda tercinta Alm.Asmawiuddin Nasution Bin Syahbuddin Nasution dan wanita tertulus bagi Penulis, yaitu Ibunda Pia Triani Yang selalu memberikan doa dan dukungan terbaik untuk anaknya sebagai penulis dalam skripsi ini serta tak lupa juga Untuk kakak dan abang penulis : Risma Asriani A.Md, Dewi Silviani S.Pd ,Serka Dadan Ramdhan Fitriansyah , Fadli sukirman,SE , Sri Indah S.Pd , Ngatiman S.E Keponakan tersayang yang secara tidak langsung juga banyak memberikan semangat dalam kehidupan penulis. Fardhan Ramadhan Asriansyah, Fathan Ghalib Fahrezi, Farhad Afdhan Ariansyah,Fariz Firza Al-Faroo dan Shareen Alzeline Ali. Penulis selalu bersyukur memiliki keluarga yang saling sayang dan saling support untuk segala kebaikan satu sama lain.
13. Untuk Keluarga yang merangkap sebagai sahabat penulis : Naya Reswita Hrp, S.Ap ; Deby Rizayanti, S.Pd ; Nanda Dara Fona, SE ; Fitri Chairunnisa.
14. Untuk orang spesial yang hadir di kehidupan penulis sejak tahun 2017 sampai saat ini, Ridho Maulana yang tak henti memberi support dalam segala hal.
15. Kepada sahabat "Goodgirls" Lidya Tasya S.E, Putri Wulandari Prasetyo S.M, Chairanni Safitri S.Kep,Ns.
16. Kepada Sahabat "D'Khalifas" Gerry Nouvan Hr S.T, dr. Setianingrum Wibisana, Reggy Nouvan Hr S.T, Putri Chairunnisa S.Psi, Putri Sahara Pane S.T, M.Rizky Rizano A.Md, M.Tri Dewantara S.P, Try Sakti Syahputra S.Agr.

17. kepada sahabat "Lilly Of The Valley" Siti Mulia Kharisma S.Psi, Nova Yousandha S.Psi, Cut Qorry Atussahla S.Psi , Vini Nanda Ramora Hsb S.Psi, Shendy Alfandara S. Psi.

18. Terima kasih kepada Seluruh teman – teman Psikologi Reguler B-2 stambuk 2015 yang cukup solid.

Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah berperan dalam skripsi ini untuk segala ketulusan, segala uluran tangan dari kalian yang sangat berarti, terimakasih selalu mendengar,memberi masukan, memberi perlakuan yang menghangatkan serta menenangkan.Semoga segala kebaikan kalian dibalas dengan limpahan rezeki yang membawa keberkahan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna Mohon maaf atas kesalahan dan kekurangan didalam penulisan skripsi ini. Oleh karena itu penulis akan sangat senang untuk menerima bentuk saran atau masukan untuk membangun dari berbagai pihak.

Medan. 22 Desember 2020

Penulis,

Dinda Fitriani

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PENYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian.....	8
F. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. <i>Cyberloafing</i>	11
1. Pengertian <i>Cyberloafing</i>	11
2. Jenis-Jenis Perilaku <i>Cyberloafing</i>	12
3. Aspek-Aspek Perilaku <i>Cyberloafing</i>	13
4. Dampak Perilaku <i>Cyberloafing</i>	20
B. <i>Self Control</i>	21

1. Pengertian <i>Self Control</i>	21
2. Aspek-Aspek <i>Self Control</i>	23
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Control</i>	27
C. Hubungan <i>Self Control</i> Dengan <i>Cyberloafing</i>	30
E. Kerangka Konseptual	32
F. Hipotesis.....	32

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian	34
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	34
D. Subjek Penelitian	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel.....	36
E. Teknik Pengumpulan Data	36
H. Teknik Analisis Data	38
1. Uji Validitas.....	38
2. Uji Reliabilitas.....	39
3. Koefisien Korelasi Product Moment	40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian	42
1. Orientasi Kancan	42
2. Persiapan Penelitian	45
3. Pelaksanaan Penelitian	49
B. Analisis Data dan Hasil Penelitian	52
1. Uji Asumsi Klasik	53
2. Hasil Perhitungan Korelasi <i>r Product Moment</i>	55
3. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	56

C. Pembahasan.....	61
--------------------	----

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	65
B. Saran	66

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional	34
Tabel 3.1. Skala Pengukuran Likert.....	39
Tabel 4.1. Distribusi Item <i>Self Control</i> Sebelum Uji Coba	46
Tabel 4.2. Distribusi Item Perilaku <i>Cyberloafing</i> Sebelum Uji Coba	47
Tabel 4.3. Distribusi Item <i>Self Control</i> Setelah Uji Coba.....	49
Tabel 4.4. Distribusi Item Perilaku <i>Cyberloafing</i> Sebelum Uji Coba	50
Tabel 4.5. Hasil Uji Reliabilitas Skala.....	51
Tabel 4.6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	53
Tabel 4.7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linieritas Hubungan	53
Tabel 4.8. Rangkuman Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment.....	54
Tabel 4.9. Statistik Induk	55
Tabel 4.9. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual	31
Gambar 4.1. Logo PT. Telkom Gaharu.....	43
Gambar 4.2. Kondisi <i>Self Control</i> Subjek Penelitian.....	57
Gambar 4.3. Kondisi Perilaku <i>Cyberloafing</i> Subjek Penelitian.....	58



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan yang berjalan begitu pesat, perusahaan dihadapkan pada persaingan yang harus mereka hadapi dalam mempertahankan eksistensi dari suatu perusahaan. Dewasa ini perkembangan dan pertumbuhan suatu perusahaan mempersyaratkan tersedianya fasilitas penunjang yang mampu meningkatkan efektifitas kinerja dari suatu perusahaan. Upaya meningkatkan kinerja dari seorang karyawan harus di mulai dari tersedianya fasilitas kerja yang mampu mendukung terciptanya kinerja yang maksimal dari para karyawan. Selain kualitas sumber daya manusia, fasilitas kantor yang berkualitas penting guna menciptakan kinerja yang baik dari suatu perusahaan.

Salah satu fasilitas kerja yang mampu menunjang kinerja adalah komputer dan internet. Seiring dengan perkembangan zaman, teknologi yang terus berkembang mengikuti kebutuhan dari manusia. Semua orang membutuhkan teknologi yang tinggi untuk mendukung kinerja semakin efisien dan efektif dalam menghasilkan suatu barang dan jasa, dalam hal ini suatu perusahaan menerapkan sistem komputerisasi yang didukung dengan seperangkat teknologi berbasis internet. Penggunaan teknologi internet pada perusahaan sekarang ini, sudah menjadi suatu kebutuhan wajib yang harus disediakan oleh perusahaan tersebut. Teknologi internet dapat membantu efektifitas dan keefisienan dari operasional suatu perusahaan, seperti penyampaian

informasi lebih cepat antar para karyawan dan tersedianya informasi yang lebih aktual bagi para karyawan. Dengan adanya internet pula, karyawan dapat meningkatkan efektifitas kerja dalam penyelesaian tanggung jawab kerjanya.

Semakin masifnya penggunaan internet sebagai penunjang pekerjaan membuat internet turut berperan dalam mempengaruhi cara berpikir seorang karyawan, cara berkomunikasi, menjalin hubungan dan memberikan informasi yang dibutuhkan dalam pekerjaan. Internet menjadi suatu sumber dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan atau komunikasi dengan orang lain di baik di dalam kantor maupun di luar kantor. Internet memiliki kelebihan karena sifat yang tidak terbatasnya waktu Gaharu sehingga setiap orang dapat berhubungan walaupun berbeda tempat, seseorang dapat pula mengGaharu internet kapan saja selama tersedia koneksi internet di tempatnya. Hal ini memberikan dampak positif dan negatif bagi seorang karyawan salah satunya yaitu penggunaan internet yang tidak pada waktunya terutama saat jam kerja.

Sebagai salah satu sumber daya dalam perusahaan, karyawan harus mampu menunjukkan hasil kerja yang maksimal dan memanfaatkan waktu kerja untuk kepentingan perusahaan tempat ia bekerja. Walaupun demikian masih saja ditemukan perilaku dari karyawan yang tidak mampu menempatkan dirinya sesuai dengan waktu kerja salah satunya yaitu permasalahan mengenai penggunaan waktu kerja untuk penyelesaian tugas dan pekerjaan. Masih ditemukan karyawan yang memanfaatkan fasilitas internet yang disediakan perusahaan untuk kepentingan pribadi seperti melihat youtube atau membuka media sosial terutama pada jam kerja. Perilaku tersebut di sebut

dengan *Cyberloafing*, *Cyberloafing* diartikan sebagai penggunaan internet pada saat jam kerja dengan menggunakan internet organisasi atau perusahaan (Herdiati, Sujoso & Hartanti, 2015).

Perilaku *Cyberloafing* ini merupakan perilaku seseorang yang sengaja menggunakan Gaharu internet yang tersedia untuk kepentingan yang bersifat pribadi dan dilakukan pada saat jam kerja serta tidak ada hubungannya dengan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya dan harus di selesaikan sesuai dengan waktu yang ditentukan dan perilaku ini dapat merugikan perusahaan karena berdampak pada produktivitas karyawan yang ada di perusahaan tersebut. Seorang karyawan yang telah kecanduan internet, maka ia akan lebih mungkin melakukan perilaku *Cyberloafing* di tempat kerja.

Perilaku *Cyberloafing* terjadi pada seorang karyawan yang tidak memiliki etos kerja yang baik serta kontrol diri yang baik pula, perilaku *Cyberloafing* tidak mengharuskan seorang karyawan untuk absen secara fisik dari kantor untuk jangka waktu yang lama. Dengan demikian *Cyberloafing* tidak terlihat seperti perilaku malas lainnya. Bahkan, seorang karyawan dapat menghabiskan banyak waktu terlibat dalam *Cyberloafing* tanpa meninggalkan meja (Wagner, Barnes, Lim & Ferris, 2012). Perilaku *Cyberloafing* ini lama kelamaan dapat mengganggu produktivitas kerja. Perilaku *Cyberloafing* ini dilakukan saat jam kerja tentu dapat mengganggu produktivitas kerja dari karyawan tersebut karena seorang karyawan menjadi tidak fokus dalam bekerja serta waktu kerja yang harusnya digunakan untuk menyelesaikan pekerjaan malah digunakan untuk melakukan hal-hal di luar pekerjaan.

Faktor individu diakui memegang peranan penting dalam mendorong perilaku *Cyberloafing*, seorang karyawan harus memiliki kontrol diri dan integritas yang tinggi agar tidak terlibat dalam perilaku menyimpang di tempat kerja seperti *Cyberloafing*. Kontrol diri dinilai berperan penting dalam terjadinya perilaku *Cyberloafing*, kurangnya kontrol diri dari seorang karyawan dapat mengakibatkan seorang karyawan tidak mampu mengontrol sikapnya saat bekerja sehingga potensi terjadinya perilaku *Cyberloafing* semakin tinggi. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Ozler dan Polat (2012) yang menyatakan bahwa *Cyberloafing* dipengaruhi oleh faktor-faktor yang salah satunya yaitu faktor individu yang berhubungan dengan kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengatur dan mengarahkan perilaku seseorang untuk dapat berperilaku sesuai dengan peraturan yang berlaku di lingkungan sekitar dalam hal ini lingkungan tempat bekerja.

Dalam penelitian ini, peneliti menentukan lokasi penelitian di PT. Telkom Gaharu Medan. Perusahaan memfasilitasi tiap karyawannya dengan satu unit *computer/pc*. Tersedianya Gaharu internet yang memadai menimbulkan fenomena meningkatnya penyalahgunaan internet pada karyawan saat jam kerja berlangsung. Hal ini terlihat dari perilaku karyawan PT. Telkom Gaharu saat jam kerja berlangsung. Beberapa karyawan terlihat menggunakan internet untuk kepentingan pribadi seperti *videocall*, dan tak jarang juga dijumpai karyawan yang asik menggunakan media sosial. Dalam ruangan kerja cukup terbuka dan tidak ada sekat antara karyawan satu dengan lainnya sehingga peneliti lebih mudah untuk mendapati karyawan yang menggunakan fasilitas internet untuk kepentingan pribadi pada saat jam kerja berlangsung.

Selanjutnya peneliti melakukan wawancara dengan salah seorang karyawan yang bekerja di PT.Telkom Gaharu medan mengenai apakah pernah menggunakan internet yang disediakan oleh kantor untuk hal diluar pekerjaan dan ia menyatakan

“Pernah, saat sedang tidak banyak pekerjaan atau setelah selesai menyelesaikan pekerjaan. Saya yakin bahwa hal yang saya lakukan tersebut tidak mengganggu produktifitas atau fokus kerja saya karena saya melakukannya saat sedang santai atau sedang tidak ada pekerjaan. Hal yang saya lakukan hanya sekedar browsing atau mengGaharu media sosial saja. Saya menilai bahwa perilaku menyimpang dalam penyalahgunaan internet terutama saat bekerja dapat diatasi jika masing-masing karyawan memahami tugas dan mampu mengontrol dirinya sendiri agar tidak terjadi perilaku yang dapat mengganggu kinerja dari karyawan itu sendiri”.

(Wawancara dilakukan pada hari Selasa 15 Januari 2020 Pukul 10.00 WIB)

Berdasarkan observasi dan tanya jawab di lapangan tentang penyalahgunaan Gaharu internet di kantor PT. Telkom Gaharu Medan, maka diperoleh hasil bahwa mayoritas karyawan pernah mengakses internet diluar hal yang berkaitan dengan pekerjaan saat jam kerja berlangsung, hal tersebut yang disebut dengan perilaku *cyberloafng*.

Perilaku *Cyberloafing* lama kelamaan dapat mengganggu produktifitas kerja. Terdapat bebepa factor yang dapat memicu prilaku *Cyberloafing* pada karyawan, yaitu factor organisasi, faktor situasional dan faktor individual (Ozer & Polat 2012). Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah faktor individual dimana didalamnya terdapat banyak hal yaitu persepsi dan sikap karyawan terhadap internet, *habbits* (kebiasaan), faktor demografis dan *trait* (sifat) personal pegawai. Apabila dilihat dari sifat karyawan, maka sifat seperti *shyness* (perasaan malu), *loneliness* (kesepian), *isolation*

(isolasi), *Self Control*, harga diri, dan *locus of control* dapat memperngaruhi bentuk dari penggunaan internet pegawai (Ozer & Polat 2012)

Jika dilihat dari kontrol diri, pegawai yang memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam perilaku menyimpang ditempat kerja adalah pegawai yang memiliki *Self Control* rendah (Restubog, Garcia, Toledano. Amarnani, Tolentiono & Tang 2011). Tangney dkk (2004) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standart tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada prilaku positif. Seorang karyawan yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengontrol dirinya dari prilaku menyimpang saat bekerja seperti *Cyberloafing* dan begitu juga sebaliknya. Hal ini sesuai hasil penelitian dari Ardila Sari (2017) yang menyatakan bahwa semakin rendah *Self Control* yang dimiliki pegawai maka semakin tinggi prilaku *Cyberloafing* yang dilakukan. Hasil penelitian tersebut bahwa control diri merupakan salah satu elemen penting yang dapat mempengaruhi perilaku *Cyberloafing*. Karyawan yang memliki control diri yang baik akan mampu menempatkan dirinya sesuai dangan tanggung jawab yang melekat padanya terutama pada perusahaan tempat ia bekerja.

Penelitian ini memiliki perbedaan dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardila Sari (2017) dengan judul “Hubungan *Self Control* dengan Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Negeri Sipil” yaitu penelitian ini dilakukan pada tahun 2020 sedangkan penelitian Ardila Sari dilakukan di tahun 2017, kemudian objek dalam penelitian ini yaitu karyawan PT. Telkom sedangkan penelitian terdahulu memiliki objek penelitian Pegawai Negeri Sipil.

Penggunaan Gaharu internet menyimpang dari pekerjaan (*Cyberloafing*) merupakan masalah yang dihadapi oleh PT. Telkom Gaharu Medan. Perilaku tersebut sulit untuk di kontrol oleh perusahaan karena perilaku *Cyberloafing* dapat dilakukan dengan menggunakan *handphone* pribadi seorang karyawan. Karyawan yang melakukan perilaku *Cyberloafing* dengan menggunakan Gaharu internet yang disediakan oleh perusahaan bisa dilakukan dengan menggunakan komputer atau *handphone* pribadi karyawan tersebut. Karyawan melakukan kegiatan di luar pekerjaan dengan menggunakan Gaharu internet yang disediakan oleh perusahaan seperti untuk mengGaharu media sosial, mengGaharu youtube atau untuk sekedar *browsing*. Hal tersebut tentu tidak boleh dilakukan saat jam kerja, namun hal tersebut masih saja terjadi karena karyawan tersebut tidak memiliki kontrol diri yang baik dan tidak mampu bersikap sesuai dengan norma yang berlaku di tempat ia bekerja.

Kebutuhan akan interaksi sosial dengan teman atau orang lain serta kurangnya kontrol terhadap diri menjadikan terjadinya perilaku menyimpang dalam bekerja seperti perilaku *Cyberloafing* ini. *Self Control* atau kontrol diri merupakan salah satu kompetensi yang perlu dimiliki oleh setiap karyawan untuk meminimalisir perilaku menyimpang yang tidak sesuai dengan tanggung jawab seorang karyawan. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Hubungan antara *Self Control* dengan Perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan”**.

B. Identifikasi Masalah

Dalam menunjang kinerja para karyawan, PT. Telkom Gaharu Medan menyediakan fasilitas-fasilitas penunjang yang dapat digunakan untuk menyelesaikan pekerjaan dan meningkatkan efektifitas kerja karyawan salah satunya yaitu menyediakan akses internet yang cepat dan memadai. Akses internet ini diharapkan mampu mempermudah penyelesaian pekerjaan karyawan dan meningkatkan efektifitas karyawan dalam bekerja. Tersedianya fasilitas penunjang seperti Gaharu internet harus pula dibarengi oleh etos kerja dan kontrol diri yang baik dari para karyawan karena sebagai seorang manusia tentu karyawan memiliki kepentingan yang terkadang tidak sejalan dengan kepentingan perusahaan.

Dalam kaitannya dengan ketersediaan akses internet yang baik, terkadang seorang karyawan menyalahgunakan akses internet tersebut untuk melakukan hal-hal di luar pekerjaan. Penggunaan akses internet menyimpang dari pekerjaan (*Cyberloafing*) merupakan masalah yang dihadapi oleh PT. Telkom Gaharu Medan. Perilaku tersebut sulit untuk di kontrol oleh perusahaan karena perilaku *Cyberloafing* dapat dilakukan dengan menggunakan *handphone* pribadi seorang karyawan.

Karyawan yang melakukan perilaku *Cyberloafing* dengan menggunakan akses internet yang disediakan oleh perusahaan bisa dilakukan dengan menggunakan komputer atau *handphone* pribadi karyawan tersebut. Karyawan melakukan kegiatan di luar pekerjaan dengan menggunakan akses internet yang disediakan oleh perusahaan seperti untuk mengakses media sosial, mengakses youtube atau untuk sekedar *browsing*. Hal tersebut tentu tidak boleh dilakukan saat jam kerja, namun hal tersebut

masih saja terjadi karena karyawan tersebut tidak memiliki kontrol diri yang baik dan tidak mampu bersikap sesuai dengan norma yang berlaku di tempat ia bekerja.

C. Batasan Masalah

Dalam melakukan penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah terhadap masalah yang diteliti, hal ini agar menjaga masalah yang diteliti tidak terlepas dari pokok pembahasan yang ditentukan. Dalam penelitian ini, peneliti membatasi masalah hanya menjelaskan keterkaitan antara *Self Control* (kontrol diri) dengan perilaku *Cyberloafing* pada PT. Telkom Gaharu Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti mengajukan rumusan masalah dalam penelitian ini yakni seberapa besar hubungan antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan.

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui menganalisis hubungan antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang penulis lakukan ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi Perkembangan yang membahas mengenai kontrol diri dengan perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada perusahaan tentang *Cyberloafing*, sehingga perusahaan dapat mengurangi atau mengantisipasi agar terjadi perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan gambaran tentang hubungan kontrol diri dengan perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan.

3. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti tentang hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *Cyberloafing*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Cyberloafing

1. Pengertian Cyberloafing

Cyberloafing merupakan suatu tindakan yang dilakukan dengan sengaja dalam menyalahgunakan penggunaan akses internet milik perusahaan tempat ia bekerja untuk hal yang tidak berkaitan dengan pekerjaan dan dilakukan selama jam kerja. *Cyberloafing* didefinisikan sebagai perilaku menyimpang karyawan yaitu, mereka menggunakan status sebagai karyawannya untuk mengakses internet dan email selama jam kerja untuk tujuan yang tidak berhubungan dengan pekerjaan (Lim, 2002).

Perilaku *Cyberloafing* ini dapat dikatakan sama dengan istilah *personal web usage at work* (penggunaan jaringan pribadi saat bekerja) yang diungkapkan oleh Anadarajan dan Simmers (dalam Sari, 2011). Menurut Blanchard dan Henle (2008), *Cyberloafing* merupakan penggunaan fasilitas internet dan email perusahaan yang tidak berkaitan dengan pekerjaan secara disengaja oleh karyawan saat bekerja. Internet telah menjadi umum bagi karyawan sehingga karyawan cenderung menggunakan internet sebagai hiburan dan bertujuan melakukan pekerjaan lain yang tidak berhubungan dengan pekerjaannya (Blanchard dan Henle, 2008).

Lim, Teo, dan Loo (dalam Sari, 2011) menyebutkan segala tindakan disengaja karyawan menggunakan akses internet perusahaan selama jam kerja untuk browsing situs yang tidak berkaitan dengan pekerjaan untuk tujuan pribadi dan aktivitas

memeriksa (termasuk menerima dan mengirim) email pribadi sebagai penyalahgunaan internet. Segala aktivitas tersebut disebut dengan istilah *Cyberloafing*. Kedua aktivitas itu (seperti browsing atau memeriksa email) merupakan penggunaan waktu yang tidak produktif karena menurunkan kinerja karyawan untuk menyelesaikan tugas-tugas utama pekerjaan.

Berdasarkan beberapa teori *Cyberloafing* yang telah dijelaskan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku *Cyberloafing* adalah suatu aktivitas yang dilakukan oleh seorang karyawan dengan memanfaatkan Gaharu internet yang disediakan oleh perusahaan untuk keperluan pribadi karyawan dan tidak berhubungan dengan pekerjaan dan dilakukan pada jam kerja.

2. Jenis-Jenis Perilaku *Cyberloafing*

Li dan Chung (2006) membagi *Cyberloafing* ke dalam empat jenis yakni:

- a. Aktivitas sosial yaitu penggunaan internet untuk berkomunikasi dengan teman. Aktivitas sosial yang melibatkan pengekspresian diri (facebook, twitter, dll) atau berbagi informasi via blog (blogger).
- b. Aktivitas informasi yaitu menggunakan internet untuk mendapatkan informasi. Aktivitas ini terdiri dari pencarian informasi seperti situs berita Aktivitas kenikmatan yaitu internet untuk menghibur.
- c. Aktivitas kesenangan ini terdiri dari aktivitas game online atau mengunduh musik (youtube) atau software untuk tujuan kesenangan.

- d. Aktivitas emosi virtual yaitu sisa dari aktivitas internet lainnya seperti berjudi atau berkencan. Aktivitas emosi virtual mendeskripsikan aktivitas online yang tidak dapat dikategorisasikan dengan aktivitas lainnya seperti berbelanja online atau mencari pacar secara online.

Perilaku *Cyberloafing* yang terjadi dalam diri seorang individu terbagi ke dalam beberapa jenis yakni *Cyberloafing* yang berkaitan dengan aktifitas sosial individu tersebut, *Cyberloafing* yang berkaitan dengan aktifitas seorang individu untuk memperoleh informasi, *Cyberloafing* yang berkaitan dengan kesenangan diri seorang individu dan *Cyberloafing* yang berkaitan dengan aktifitas emosi yang dirasakan oleh seorang individu.

3. Aspek – Aspek *Cyberloafing*

Blanchard and Henle (2008) mengemukakan tentang 2 aspek dari *Cyberloafing* yaitu :

- a. *Minor Cyberloafing*, meliputi penggunaan email dan internet pada saat kerja. Contohnya mengirim dan menerima pesan pribadi atau mengunjungi situs berita, keuangan, dan olahraga. Dengan demikian minor *Cyberloafing* mirip dengan perilaku lain yang tidak sesuai dengan pekerjaan namun diberi toleransi. Meskipun demikian, tidak dapat dikatakan bahwa minor *Cyberloafing* tidak memiliki dampak yang merugikan bagi organisasi, seperti mengurangi produktivitas.

- b. *Serious Cyberloafing*, merupakan bentuk *Cyberloafing* lain yang terdiri dari bentuk-bentuk *Cyberloafing* yang lebih serius. Perilaku ini kasar dan berpotensi melakukan hal-hal yang tidak sah seperti perjudian online, mengunduh lagu, membuka situs-situs dewasa. Jenis *Cyberloafing* ini memiliki dampak yang serius bagi organisasi.

Karyawan yang melakukan minor *Cyberloafing* biasanya tidak percaya bahwa mereka melakukan hal yang menyimpang. Sementara itu karyawan yang melakukan serious *Cyberloafing* menyadari bahwa perbuatannya menyimpang dan mungkin tidak akan dimaafkan dan diterima di tempat kerja (Blanchard dan Henle, 2008). Kemudian Lim (2002), membagi *Cyberloafing* menjadi 2 aspek yaitu :

a. *Activity Browsing*

Aktivitas ini mencakup semua penggunaan Gaharu internet perusahaan untuk mengunjungi situs atau web yang tidak berhubungan dengan pekerjaan pada saat jam kerja. Seperti, perilaku chatting, mengunjungi situs belanja online, mengunjungi situs berita online, mengelola web pribadi, judi online, bermain game online, atau mengunjungi web konten pornografi.

b. *Activity Emailing*

Aktivitas ini merupakan aktivitas yang berhubungan dengan pemeriksaan, menerima dan mengirim email pribadi pada saat jam kerja yang tidak memiliki kaitan dengan pekerjaan utama karyawan di organisasinya.

Menurut Ozler dan Polat (2012) terdapat 3 aspek yang mempengaruhi perilaku

Cyberloafing yaitu :

a. Faktor Individual

Atribut individual yang mempengaruhi perilaku *Cyberloafing* antara lain adalah persepsi, sikap terhadap *Cyberloafing*, penggunaan internet umum, personal traits, kebiasaan dan kecanduan internet, faktor demografi, niat untuk terlibat di *Cyberloafing*, norma sosial, kode etik personal tentang penggunaan internet.

1) Persepsi dan Sikap

Persepsi dan sikap mempengaruhi penggunaan komputer individu. Individu yang memiliki persepsi dan sikap positif terhadap komputer dalam pekerjaannya cenderung menggunakan komputer untuk kepentingan pribadi (Lieberman, Seidman, McKenna & Buffardi, 2011). Blanchard dan Henle (2008) menemukan bahwa karyawan yang melakukan aktivitas minor *Cyberloafing* tidak percaya bahwa dirinya terlibat dalam perilaku yang tidak seharusnya sedangkan pegawai yang terlibat dalam serious *Cyberloafing* menyadari perilaku itu menyimpang dan tidak dapat dimaafkan. Sifat pribadi, pengguna internet mencerminkan berbagai motif psikologis Ciri-ciri pribadi yang dapat mempengaruhi pola penggunaan internet seperti :

a) Kontrol diri (*self-control*)

Self Control adalah kemampuan setiap individu yang digunakan sebagai alat untuk mengatur dan mengarahkan pikiran, afeksi, dan

perilaku agar dapat beradaptasi dengan lingkungan dengan tujuan untuk memenuhi kebutuhan maupun melawan godaan tertentu.

b) Rasa malu (*shyness*)

Shyness atau rasa malu adalah adanya ketidaknyamanan dan hambatan perilaku yang terjadi jika terdapat kehadiran orang lain di dekatnya.

c) Kesepian (*loneliness*)

Kesepian adalah pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dimana kualitas dan kuantitas hubungan sosial seseorang mengalami penurunan secara signifikan.

d) Isolasi (*isolation*)

Isolation atau isolasi adalah mekanisme pertahanan dimana emosi diasingkan dari muatan implus kesakitan atau memori.

e) Harga diri

Harga diri adalah padangan keseluruhan dari individu tentang dirinya sendiri

f) *Locus of control*

Locus of control adalah kendali individu atas pekerjaan mereka dan kepercayaan mereka terhadap keberhasilan diri.

2) *Personal Traits*

Perilaku pengguna internet mencerminkan berbagai motif psikologis (dalam Ozler & Polat, 2012). Ciri-ciri pribadi seperti rasa malu, kesepian,

isolasi, kontrol diri, harga diri, locus of control dapat mempengaruhi pola penggunaan internet.

3) Kebiasaan dan Kecanduan Internet

Kebiasaan mengacu kepada perilaku yang sudah otomatis terjadi tanpa intruksi dari diri, kognisi dan musyawarah dalam menanggapi isyarat tertentu dalam lingkungan (dalam Ozler & Polat, 2012). Hubungan antara kebiasaan dalam media dan *Cyberloafing* memainkan peran penting dalam memprediksi perilaku ini. Seseorang dengan kecanduan terhadap internet dapat menyebabkan perilaku penyalahgunaan internet.

4) Faktor Demografi

Garret dan Danziger menemukan bahwa status pekerjaan, persepsi otonomi dalam organisasi, tingkat pemasukan dan gender merupakan prediktor *Cyberloafing* yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa orang-orang yang berpendidikan cenderung melibatkan dirinya dalam aktivitas-aktivitas seperti mencari informasi secara online, sementara orang-orang yang berpendidikan rendah cenderung menggunakan internet untuk bermain game online (Chak & Leung, 2004).

5) Niat untuk Terlibat, Norma Sosial dan Kode Etik Personal

Niat dianggap menjadi prediktor akurat dari perilaku aktual dalam banyak studi. Namun, penelitian juga menunjukkan bahwa niat tidak selalu menyebabkan bahwa niat tidak selalu berujung pada munculnya sebuah perilaku, namun hubungan antara niat dan perilaku merupakan sebuah

hubungan kompleks. Persepsi tentang pentingnya larangan yang etis terhadap *Cyberloafing* berhubungan negatif dengan perilaku *Cyberloafing*. Keyakinan normatif seseorang (misalnya, secara moral *Cyberloafing* salah) mengurangi intensi untuk terlibat dalam perilaku *Cyberloafing*.

b. Faktor Organisasi

Faktor organisasi juga dapat mempengaruhi perilaku *Cyberloafing* pegawai seperti pembatasan penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan manajerial, pandangan rekan kerja terhadap norma *Cyberloafing*, sikap kerja pegawai dan karakteristik pekerjaan yang dilakukan.

1) Pembatasan Penggunaan Internet

Meskipun tidak ada persetujuan umum bahwa *Cyberloafing* memiliki dampak negatif, banyak organisasi menggunakan internet policy untuk membatasi penggunaan internet. Tujuannya adalah untuk mengatur perilaku karyawan dan terbukti memiliki peran yang penting dalam *Cyberloafing*. Dengan membatasi penggunaan internet karyawan, pemimpin organisasi mengurangi kemungkinan penggunaan internet untuk kegiatan-kegiatan yang tidak berkaitan dengan pekerjaan karyawan (Garret & Danziger, 2008). Demikian sebaliknya, karyawan yang akan menerima hukuman yang berat apabila melakukan perbuatan yang menyimpang akan memiliki kecenderungan *Cyberloafing* rendah.

2) Hasil yang Diharapkan

Penelitian menunjukkan bahwa karyawan cenderung tidak melakukan *Cyberloafing* yang dipersepsikan memiliki konsekuensi pada karyawannya sehingga hal ini bisa meningkatkan *Cyberloafing* karyawan.

3) Pandangan Rekan Kerja terhadap Norma *Cyberloafing*

Penelitian menunjukkan bahwa norma rekan sejawat dan supervisor yang mendukung *Cyberloafing* berhubungan positif dengan *Cyberloafing*. Selain itu, Lim dan Teo (dalam Sari, 2011) mengemukakan bahwa individu menggunakan iklim normatif sebagai penyesuaian untuk melakukan perilaku yang dilakukan rekannya.

4) Sikap Kerja Pegawai

Cyberloafing merupakan respon emosional terhadap pekerjaan yang membuat frustrasi, oleh sebab itu sikap terhadap pekerjaan bisa mempengaruhi munculnya *Cyberloafing* (Lieberman dkk, 2011). Penelitian lain menemukan bahwa karyawan cenderung melakukan perbuatan yang tidak sesuai ketika mereka memiliki sikap yang tidak baik (Garret & Danziger, 2008).

5) Karakteristik Pekerjaan

Studi menemukan bahwa ketika individu memiliki tuntutan kerja yang rendah kemungkinan untuk *Cyberloafing* tinggi, hal ini dikarenakan waktu luang yang dimiliki. Ketika karyawan tidak memiliki banyak pekerjaan,

mereka akan terlibat dalam aktivitas *Cyberloafing* untuk menghabiskan waktu.

c. Faktor Situasional

Perilaku menyimpang internet biasanya terjadi ketika pegawai memiliki Gaharu terhadap internet di tempat kerja sehingga hal ini sangat dipengaruhi oleh faktor situasional yang memediasi perilaku ini (Weatherbee dalam Ozler dan Polat 2012). Salah satu faktor situasional adalah kedekatan jarak (seperti jarak ruangan pegawai) dengan atasan. Kedekatan jarak dengan atasan di kantor secara tidak langsung akan mempengaruhi *Cyberloafing*. Hal ini tergantung pada persepsi pegawai mengenai kontrol instansi terhadap perilakunya, termasuk ada atau tidaknya sanksi dan peraturan instansi.

Berdasarkan beberapa aspek-aspek yang mempengaruhi *Cyberloafing* diatas dapat disimpulkan bahwa aspek pertama yang dianggap mempengaruhi perilaku *Cyberloafing* memberikan penjelasan mengenai sikap individu terhadap penggunaan internet, trait pribadi, kebiasaan individu, faktor demografis, intensi, norma sosial dan nilai pribadi. Aspek kedua menjelaskan ada tidaknya kondisi yang mendukung adanya *Cyberloafing*. Aspek ketiga menjelaskan tentang pembatasan dalam penggunaan internet, konsekuensi yang diharapkan, dukungan manajerial, sikap kerja karyawan, dan karakteristik pekerjaan.

4. Dampak Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Blanchard & Henle (dalam Nisaurrahmadani, 2012) perilaku *Cyberloafing* di tempat kerja terdapat beberapa dampak, yakni:

- a. Kreativitas yang meningkat.
- b. Mengurangi produktivitas dapat membuat pegawai menggunakan metode lain dalam melalaikan tugas dengan teknologi modern tanpa harus terlihat keluar masuk ruangan, dan terlihat aktif sepanjang jam kerja di depan komputer.
- c. Degradasi kinerja sistem komputer dan jaringan internet instansi yang berlebihan dapat menyebabkan kelebihan sumber daya komputasi dan efek selanjutnya adalah menurunkan bandwidth atau kecepatan Gaharu internet.
- d. Cyberloafer berpotensi untuk memunculkan masalah kriminal hukum lainnya seperti pelecehan (misalnya, email lelucon seorang pegawai yang mengandung seks atau rasis), pelanggaran hak cipta (misalnya pegawai menggunakan seorang pekerja yang memberitakan kebohongan tentang seorang atasan di chat room), dan melalaikan pekerjaan (Blanchard & Henle, 2008).

Perilaku *Cyberloafing* sering kali berdampak negatif bagi seorang individu terutama pada seorang karyawan. Seorang individu atau karyawan yang sering kali melakukan perilaku *Cyberloafing* dinilai dapat menurunkan produktifitas kerja dari seorang karyawan.

B. Self Control (Kontrol Diri)

1. Pengertian Self Kontrol (Kontrol Diri)

Kontrol diri merupakan salah satu fungsi hal penting yang berada dalam diri individu. Kontrol diri dapat dikembangkan dan digunakan oleh individu untuk mencapai kesuksesan dalam proses kehidupan sehari-hari. Kontrol diri mengacu pada kapasitas untuk mengubah respon diri sendiri, terutama untuk membawa diri mereka kepada standar yang sudah ditetapkan seperti cita-cita, nilai-nilai, moral dan harapan sosial dan untuk mendukung mengejar tujuan jangka panjang (Baumeister, Vohs & Tice, 2007). Goldfried dan Merbaum (dalam Sari, 2011) mendefinisikan bahwa kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Baumeister (dalam Ardilasari, 2017) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan suatu kapasitas untuk memberikan alternatif kondisi dan respon tertentu. Kontrol diri merupakan pola respon yang baru dimulai untuk menggantikan sesuatu dengan yang lain, misalnya respon yang berkaitan dengan mengalihkan perhatian dari sesuatu yang diinginkan, mengubah emosi, menahan dorongan tertentu dengan memperbaiki kinerja. Messina & Messina (dalam Gunarsa, 2009), menyatakan bahwa pengendalian diri atau self-control, adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkalkan kerusakan diri

(self-destructive), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (autonomy), atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang terfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi (Rachdianti, 2011:19)

Chaplin (2011) mendefinisikan kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impuls. Kontrol diri ini menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil suatu keputusan, sedangkan Calhoun dan Acocella (dalam Sari, 2011) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, atau dengan kata lain sebagai serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri sebagai individu.

Tangney dkk (2004) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Berdasarkan pendapat para ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam memiliki kepekaan dalam membaca berbagai situasi diri dan lingkungan serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan situasi yang dihadapi dan dapat menjadi acuan ketika bertindak. Kopp (dalam Sari, 2011) menyatakan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan untuk memenuhi keinginan dengan memodifikasi perilaku sesuai dengan situasi, menyegerakan atau menunda

tindakan, dan berperilaku sesuai dengan yang diterima secara sosial tanpa dibimbing atau diarahkan oleh hal lainnya.

Kontrol diri individu sendiri yang menyusun standar bagi kinerjanya dan menghargai atau menghukum dirinya bila berhasil atau tidak berhasil mencapai standar tersebut. Kontrol eksternal orang lainlah yang menyusun standar dan memberi ganjaran atau hukuman. Tidak mengherankan bila kontrol diri dianggap sebagai suatu keterampilan berharga (Ghuffron & Rini, 2010:21-23). Berdasarkan beberapa teori diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seorang individu untuk menentukan sikap dan menempatkan diri sesuai dengan kaidah serta norma-norma yang berlaku di lingkungan tempat ia berada.

2. Aspek-Aspek *Self Control* (Kontrol Diri)

Averill (dalam Sari, 2011), terdapat 3 aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), Kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

a. Kontrol Perilaku (*Behavioral control*)

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini terbagi menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan

situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif

c. Kontrol dalam Mengambil Keputusan (*Decisional control*)

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

Smet (dalam Rukaiyah, 2016) kemampuan mengontrol diri memiliki 5 aspek yaitu :

a. *Behavioral control* (kemampuan mengontrol keputusan)

Kemampuan dalam mengambil tindakan nyata untuk mengurangi stressor, kemungkinan tindakan ini dapat mengurangi tingkat ketegangan suatu atau mempersingkat durasi masalah.

b. *Cognitive control* (kemampuan mengontrol kognitif)

Kemampuan seseorang dalam menggunakan proses berfikir atau strategi ketika menghadapi masalah. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memfokuskan pikiran terhadap hal-hal yang menyenangkan, netral, atau suatu sensasi yang berbeda dengan situasi yang dihadapi.

c. *Decisional control* (Kemampuan mengontrol informasi)

Suatu kesempatan untuk memilih antar pilihan alternative atau tindakan yang umum.

d. *Informational control* (kemampuan mengontrol informasi)

Meliputi hal-hal yang berkaitan dengan pengetahuan tentang masalah yang dihadapinya seperti apa yang akan terjadi, mengapa dan konsekuensi apa yang akan diterimanya.

e. *Retrospective control* (kontrol retrospektif)

Kontrol terhadap pengalaman masa lalu adalah keyakinan terhadap apa atau siapa yang menyebabkan suatu permasalahan tersebut. Seseorang seringkali mencoba untuk mencari arti dari berbagai kejadian dalam kehidupannya.

Menurut Tangney dkk (2004), terdapat lima dimensi atau aspek dari kontrol diri, yaitu sebagai berikut :

- a. Disiplin diri (*Self-discipline*). Disiplin diri yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri seperti tindakan mengikuti peraturan yang ada di lingkungan sosialnya.
- b. Tindakan atau aksi yang tidak impulsif (*Deliberate/Non-impulsive*). Menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan tindakan yang tidak impulsif (memberikan respon kepada stimulus dengan pemikiran yang matang).
- c. Kebiasaan baik (*Healthy habits*). Kebiasaan baik merupakan kemampuan individu dalam mengatur pola perilaku menjadi sebuah kebiasaan yang pada akhirnya menyehatkan. Biasanya individu yang memiliki kebiasaan baik akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk walaupun hal tersebut menyenangkan baginya.

- d. Etika Kerja (*Work ethic*). Etika kerja berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi dirinya dalam layanan etika kerja. Biasanya individu mampu memberikan perhatian penuh pada pekerjaan yang dilakukan. Kemampuan mengatur diri individu tersebut di dalam layanan etika.
- e. Keterandalan (*Reliability*). Keterandalan merupakan dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Biasanya individu secara konsisten akan mengatur perilaku untuk mewujudkan setiap perencanaannya.
- Aspek atau dimensi dalam kontrol diri seorang individu yaitu disiplin diri dalam mematuhi aturan yang ada di lingkungan sekitarnya, tindakan yang tidak impulsif yaitu respon seorang individu terhadap lingkungan sekitarnya, kebiasaan baik yaitu kemampuan seorang individu dalam mengatur pola perilakunya dalam lingkungan sekitar, etika kerja berkaitan dengan sikap seorang individu dalam memahami tugas dan kewajibannya dalam lingkungan dan keandalan berkaitan dengan kemampuan individu secara konsisten untuk mengatur perilakunya.

3. Faktor Yang Mempengaruhi Self Control (Kontrol Diri)

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri (dalam Saputra, 2014) yaitu :

- a. Kepribadian.

Kepribadian mempengaruhi kontrol diri dalam konteks bagaimana seseorang dengan tipikal tertentu bereaksi dengan tekanan yang dihadapinya dan berpengaruh pada hasil yang akan diperolehnya.

b. Situasi

Situasi merupakan faktor yang berperan penting dalam proses kontrol diri. Setiap orang mempunyai strategi yang berbeda pada situasi tertentu, dimana strategi tersebut memiliki karakteristik yang unik.

c. Etnis

Etnis atau budaya mempengaruhi kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, dimana setiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai yang membentuk cara seseorang berhubungan atau bereaksi dengan lingkungan. Budaya telah mengajarkan nilai-nilai yang akan menjadi salah satu penentu terbentuknya perilaku seseorang, sehingga seseorang yang hidup dalam budaya yang berbeda akan menampilkan reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi yang menekan, begitu pula strategi yang digunakan.

d. Pengalaman

Pengalaman akan membentuk proses pembelajaran pada diri seseorang. Pengalaman yang diperoleh dari proses pembelajaran lingkungan keluarga juga memegang peran penting dalam kontrol diri seseorang, khususnya pada masa anak-anak. Pada masa selanjutnya seseorang bereaksi dengan menggunakan pola pikir yang lebih kompleks dan pengalaman terhadap situasi sebelumnya untuk melakukan tindakan, sehingga pengalaman yang positif akan mendorong seseorang untuk bertindak yang sama, sedangkan pengalaman negatif akan dapat merubah pola reaksi terhadap situasi tersebut.

e. Usia

Bertambahnya usia pada dasarnya akan diikuti dengan bertambahnya kematangan dalam berpikir dan bertindak. Hal ini dikarenakan pengalaman hidup yang telah dilalui lebih banyak dan bervariasi, sehingga akan sangat membantu dalam memberikan reaksi terhadap situasi yang dihadapi. Orang yang lebih tua cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik dibanding orang yang lebih muda.

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Ghufroon & Rini (2010) faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri ini terdiri dari dua faktor, yaitu :

- a. Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.
- b. Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Hasil penelitian Nasichah (dalam Ghufroon & Rini, 2010) menunjukkan bahwa persepsi individu terhadap penerapan disiplin orangtua yang semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol dirinya. Oleh sebab itu, bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistensian ini akan diinternalisasi anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari dua factor yaitu faktor internal berkaitan dengan kondisi dalam diri seorang individu dan faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan sekitar baik itu keluarga atau lingkungan sekitar tempat tinggal.

C. Hubungan *Self Control* (Kontrol Diri) dengan Perilaku *Cyberloafing*

Semakin masifnya penggunaan internet sebagai penunjang pekerjaan membuat internet turut berperan dalam mempengaruhi cara berpikir seorang karyawan, cara berkomunikasi, menjalin hubungan dan memberikan informasi yang dibutuhkan dalam pekerjaan. Internet menjadi suatu sumber dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan atau komunikasi dengan orang lain di baik di dalam kantor maupun di luar kantor.

Internet kini dapat diGaharu oleh semua orang dari berbagai kalangan. Layanan internet juga dapat digunakan pada berbagai bidang, seperti bidang pendidikan, perbankan, kesehatan, serta pekerjaan atau bisnis (Maryono & Istiana, 2007). Internet memiliki kelebihan karena sifat yang tidak terbatasnya waktu Gaharu sehingga setiap orang dapat berhubungan walaupun berbeda tempat, seseorang dapat pula mengGaharu internet kapan saja selama tersedia koneksi internet di tempatnya. Hal ini memberikan dampak positif dan negatif bagi seorang karyawan salah satunya yaitu penggunaan internet yang tidak pada waktunya terutama saat jam kerja.

Salah satu dampak negatif yang muncul bersamaan dengan penggunaan fasilitas internet di tempat kerja adalah perilaku *Cyberloafing*. Perilaku *Cyberloafing*

merupakan perilaku seorang karyawan yang dapat mengganggu produktifitas kerja dan dapat merugikan perusahaan. Perilaku *Cyberloafing* memungkinkan seorang karyawan untuk membuang-buang waktu kerjanya untuk kegiatan yang tidak berkaitan dengan pekerjaan. *Cyberloafing* merupakan tindakan yang dilakukan oleh karyawan dengan melakukan Gaharu internet yang disediakan oleh perusahaan untuk *browsing website*, mengGaharu media sosial, youtube dan hal lain yang tidak berkaitan dengan pekerjaan. Perilaku ini dilakukan pada jam kerja dan untuk kepentingan pribadi karyawan bukan perusahaan.

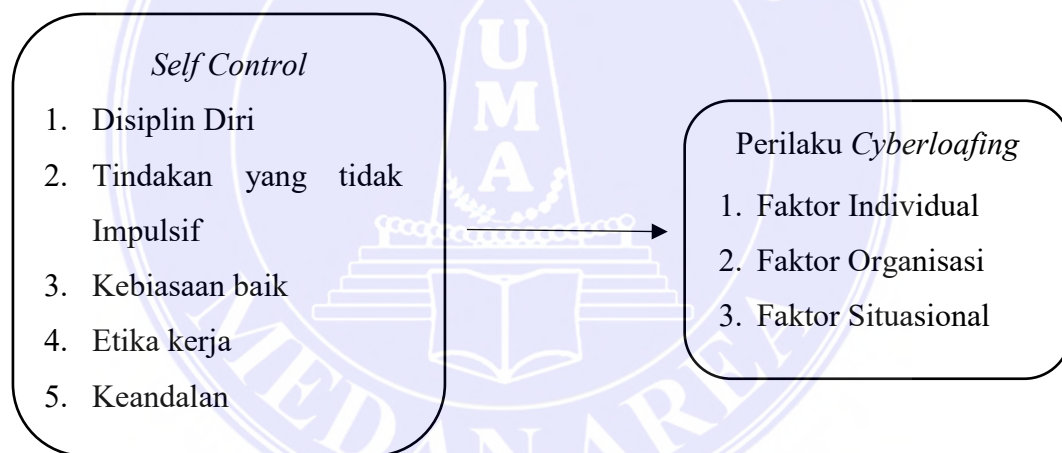
Perkembangan internet merupakan perubahan paling signifikan yang membuka jalan bagi manusia untuk mendapatkan berbagai keuntungan dan kemudahan dalam kehidupan (Ozler & Polat, 2012). Karyawan lebih mungkin melakukan perilaku menyimpang di tempat kerja, seperti *Cyberloafing* disebabkan oleh kurangnya kontrol diri dari karyawan tersebut. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Ardilasari (2017) yang menyatakan bahwa semakin rendah *Self Control* yang dimiliki pegawai maka semakin tinggi perilaku *Cyberloafing* yang dilakukan.

Karyawan yang memiliki kontrol diri yang baik tentu akan menjaga setiap perilakunya saat bekerja karena karyawan tersebut menilai setiap hal yang ia hasilkan atau lakukan asal sesuai dengan ketentuan perusahaan akan memperoleh penilaian positif dari perusahaan. Penilaian positif ini akan berpengaruh pada penghargaan yang diberikan perusahaan kepadanya sedangkan karyawan dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu mengontrol perilakunya dan mereka hanya berfokus pada keinginannya

sendiri dengan melakukan Gaharu internet untuk kepentingan pribadi tanpa mempedulikan dampaknya bagi perusahaan tempat ia bekerja.

D. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah pondasi utama dimana sepenuhnya proyek penelitian itu ditujukan, dimana hal ini merupakan jaringan hubungan antar variabel masalah yang telah diidentifikasi melalui proses wawancara, observasi, dan survei. (Kuncoro, 2009:93).



Gambar 2.1. Kerangka Konseptual

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara suatu penelitian yang mana kebenarannya perlu untuk diuji dan dibuktikan melalui penelitian. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan,

belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi, hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empiris. (Sugiyono, 2009:70).

Adapun yang menjadi hipotesis dalam penelitian ini adalah semakin tinggi *Self Control* (kontrol diri) maka semakin rendah perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan dan sebaliknya semakin rendah *Self Control* (kontrol diri) maka semakin tinggi perilaku *Cyberloafing* di PT. Telkom Gaharu Medan.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tipe Penelitian

Menurut Sugiyono (2009:65), metode penelitian merupakan salah satu elemen penting dalam suatu penelitian sebab metode penelitian menyangkut cara yang benar dalam pengumpulan data, analisis data dan pengambilan keputusan hasil penelitian. Menurut Arikunto (2010:247), penelitian korelasional (*Correlational Studies*) merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Jenis penelitian ini termasuk ke dalam penelitian kuantitatif yang bersifat korelasi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan tergantung. Hal ini disebabkan karena data-data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa angka-angka, sehingga untuk mengetahui valid atau tidaknya data-data tersebut, perlu diuji dengan menggunakan analisis statistika.

Bentuk penelitian korelasional dengan analisa Kuantitatif dengan maksud mencari hubungan antara variable independent (X) dengan variable dependen (Y), dengan metode ini diharapkan dapat menjelaskan fenomena yang ada berdasarkan data dan informasi yang diperoleh. Dilihat dari pendekatan analisisnya, maka jenis penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dimana penekanan analisisnya pada data-data (angka) yang diolah menjadi data statisitik. Sesuai dengan judul penelitian yang ingin di teliti, maka penelitian ini termasuk penelitian korelasi, yang melibatkan

tindakan pengumpulan data guna menentukan apakah ada hubungan antara variabel X (*Self Control*) dengan variabel Y (*Cyberloafing*).

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu diidentifikasi variabel-variabel yang menjadi pusat perhatian dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel Bebas (x) : *Self Control*
2. Variabel Terikat (y) : Perilaku *Cyberloafing*

C. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel penelitian bertujuan untuk mengarahkan variabel penelitian yang digunakan dalam penelitian agar sesuai dengan metode pengukuran yang telah disiapkan. Definisi operasional variabel adalah definisi yang diberikan kepada suatu variabel dengan cara memberikan arti atau men spesifikkan kegiatan atau membenarkan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur variabel tersebut (Sugiyono, 2007:98). Sedangkan Menurut Azwar (2013) definisi operasional merupakan suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Adapun definisi operasional untuk menjelaskan variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. *Self Control* (Kontrol Diri)

Kontrol diri adalah kemampuan seorang individu untuk menentukan sikap dan menempatkan diri sesuai dengan kaidah serta norma-norma yang berlaku di lingkungan tempat ia berada. Menurut Tangney dkk (2004), terdapat lima dimensi atau aspek dari kontrol diri, yaitu Disiplin diri (*Self-discipline*), Tindakan atau aksi yang tidak impulsif (*Deliberate/Non-impulsive*), Kebiasaan baik (*Healthy habits*), Etika Kerja (*Work Etic*) dan Keterandalan (*Reliability*).

2. Perilaku *Cyberloafing*

Perilaku *Cyberloafing* adalah suatu aktivitas yang dilakukan oleh seorang karyawan dengan memanfaatkan Gaharu internet yang disediakan oleh perusahaan untuk keperluan pribadi karyawan dan tidak berhubungan dengan pekerjaan dan dilakukan pada jam kerja. Menurut Ozler dan Polat (2012) mengemukakan tentang 3 aspek dari *Cyberloafing* yaitu Faktor Individual, Faktor Organisasi dan Faktor situasional.

D. Subjek Penelitian

Dalam penelitian kuantitatif, populasi dan sampel merupakan instrumen penting dalam pelaksanaan penelitian. Populasi dan sampel dipandang sebagai alat untuk memperoleh jawaban dalam suatu penelitian, populasi dan sampel merupakan seseorang yang benar-benar mengetahui suatu persoalan tertentu yang darinya dapat diperoleh informasi yang jelas, akurat terpercaya baik berupa pernyataan, keterangan atau data-data yang dapat membantu dalam memahami persoalan tersebut. Dalam

penelitian ini penentuan populasi dan sampel dilakukan dengan kriteria yang dimiliki oleh populasi yaitu karyawan yang bekerja di Kantor PT. Telkom Gaharu Medan.

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek dan obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009:90) dan yang menjadi populasi adalah seluruh karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan yang berjumlah 79 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harap betul-betul representatif (Sugiyono, 2007:91). Untuk menentukan jumlah sampel penulis menggunakan teknik penarikan sampel berdasarkan jumlah populasi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Menurut Arikunto (2012:120), bila populasi kurang dari 100 orang maka diambil keseluruhannya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika populasi lebih dari 100 orang maka dapat diambil 10-15 persen atau 20 - 25 persen sampel atau lebih. Berdasarkan hasil perhitungan sampel menggunakan rumus Arikunto karena sampel dibawah 100 maka keseluruhan populasi dijadikan sebagai sampel yaitu seluruh karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan yang berjumlah 79 orang.

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data atau informasi, keterangan – keterangan atau fakta – fakta yang dibutuhkan dalam mendukung penelitian ini, penulis menggunakan 2 (dua) macam pengumpulan data, yakni :

1. Pengumpulan data primer, yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan secara langsung pada lokasi penelitian. Pengumpulan data primer dilakukan dengan instrument : metode kuisioner, yaitu sebuah pertanyaan yang secara logis berhubungan dengan masalah penelitian, dan setiap pertanyaan merupakan jawaban-jawaban yang mempunyai makna dalam menguji hipotesis.
2. Pengumpulan data sekunder, yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui studi kepustakaan, yaitu : Studi dokumentasi yaitu, teknik pengumpulan data dengan menggunakan catatan – catatan atau dokumen yang ada dilokasi penelitian serta sumber – sumber lain yang relevan dengan objek penelitian.

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Metode pengumpulan data dalam kegiatan penelitian mempunyai tujuan mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti. Tujuan untuk mengetahui (*goal of knowing*) haruslah dicapai dengan menggunakan metode atau cara-cara yang efisien dan akurat. (Azwar, 2013:61). Stimulus berupa pertanyaan dan pertanyaan yang tidak langsung mengungkapkan atribut yang hendak diukur melainkan mengungkapkan indikator perilaku dari atribut yang bersangkutan.

Jawaban subjek bersifat proyektif, yaitu berupa proyeksi dari perasaan atau kepribadiannya.

Dalam penelitian ini digunakan dua macam skala sebagai alat ukur, yaitu skala *Self Control* dan skala *Cyberloafing*. Kedua skala ini menggunakan penilaian modifikasi skala Likert. Dalam menyusun skala ini, format item yang digunakan adalah format respon. Masing-masing item terdiri dari item *Favorable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan *Unfavorable* (tidak mendukung objek sikap). Sistem penilaian dalam penelitian ini didasarkan pada bentuk skala yang mempunyai lima tingkat jawaban yang terdiri dari “Sangat Setuju” (SS), “Setuju” (S), “Tidak Setuju” (TS), “Sangat Tidak Setuju” (STS).

Tabel 3.1. Skala Pengukuran Likert

No	Keterangan	Skala
1	Sangat Setuju	5
2	Setuju	4
3	Tidak Setuju	2
4	Sangat Tidak Setuju	1

Sumber : Sugiyono (2007:158)

Pembuatan skala berfungsi untuk mengukur atribut psikologis. Setelah dilakukan identifikasi alat ukur, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan *blue print*. *Blue Print* disajikan dalam bentuk tabel yang memuat uraian komponen-komponen atribut yang harus dibuat itemnya, proposi item, dan memuat indikator perilaku dalam setiap komponen. Dalam item, *blue print* akan memberikan gambaran

mengenai isi skala dan menjadi acuan serta pedoman bagi penulis untuk tetap berada dalam lingkungan ukur yang benar (Azwar, 2007:68).

F. Teknik Analisis Data

Metode analisis data merupakan cara yang digunakan dalam mengolah dan menganalisis data yang diperoleh sehingga dapat dibuat satu kesimpulan. Pada penelitian ini, data penelitian dianalisis secara bertahap dan digunakan analisis statistik langkah awal pengolahan data adalah dengan melakukan analisis deskriptif. Analisis deskriptif dilakukan dengan menggunakan program statistik *SPSS Windows Release*. Guna menjawab hipotesis yaitu untuk mengetahui adakah hubungan antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing*. Analisis juga dilakukan dengan menggunakan program statistik *SPSS Windows*.

Setiap penelitian diharapkan memperoleh hasil yang benar-benar objektif, yaitu penelitian tersebut dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya dari masalah yang diteliti. Untuk itu alat ukur yang digunakan harus memiliki validitas dan reliabilitas (Azwar, 2007:71).

1. Uji Validitas

Menurut Azwar (2013:64) validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Oleh karena itu untuk mengetahui validitas suatu alat ukur dapat diperoleh dengan cara mengkorelasikan skor yang diperoleh dari setiap aitem dengan skor total. Teknik analisis yang digunakan

dalam penelitian ini adalah teknik Korelasi *Product Moment* dari Pearson dengan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \cdot \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2} \sqrt{N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2}}$$

Keterangan:

R_{xy} : Koefesien korelasi antara variabel X dan variabel Y
 $\sum x$: Jumlah skor keseluruhan subjek setiap aitem
 $\sum y$: Jumlah skor keseluruhan aitem pada subjek
 $\sum xy$: Jumlah perkalian antara variabel X dan Y
 N : Jumlah subjek
 $\sum x^2$: Jumlah kuadrat X
 $\sum y^2$: Jumlah kuadrat Y

2. Uji Reliabilitas

Azwar memberikan pengertian reliabilitas adalah sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya secara empiris. Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur dan mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2013:66). Reliabilitas menunjuk pada satu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Apabila datanya memang benar sesuai dengan kenyataannya, maka berapa kali pun diambil, tetap akan yang sama, reliabilitas menunjuk pada tingkat keterandalan sesuatu. Reliabel artinya, dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan (Arikunto, 2012:103).

Reliabilitas alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini akan diuji menggunakan teknik uji reliabilitas yang dikembangkan oleh Cronbach yang disebut dengan teknik *Alpha Cronbach*. Adapun rumus teknik *Alpha Cronbach* sebagai berikut :

$$\alpha = 2 \left[1 - \frac{S1 + S2}{Sx^2} \right]$$

Keterangan :

α : Koefisien reliabilitas

$S1^2 + S2^2$: Varian skor belahan 1 dan varian skor belahan 2

Sx^2 : Varian skor skala

Untuk mempermudah perhitungan, peneliti akan menggunakan alat bantu komputer dengan metode *Statistical Packages for Social Science (SPSS) for windows*.

3. Koefisien Korelasi Product Moment

Korelasi *Product Moment* sebagaimana disebutkan Sugiyono (2007:52) dengan rumus sebagai berikut :

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r = Koefisien korelasi antara X dan Y

X = Skor variabel bebas

Y = Skor Variabel terikat

n = Jumlah Responden

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan *Self Control* dengan Perilaku *Cyberloafing* pada Pada Karyawan Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan, maka penelitian menyimpulkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil perhitungan Korelasi *Product Moment*, diketahui bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Self Control* dengan variabel perilaku *Cyberloafing* dimana $R_{xy} = -0,665$ dengan tingkat (ρ) sebesar 0,000 sehingga $\rho < 0,05$. Hal ini menunjukkan hipotesis nol (H_0) diterima, yang menunjukan adanya dengan hubungan negatif antara *Self Control* dengan perilaku *Cyberloafing*, dengan asumsi semakin rendah *Self Control* maka akan semakin tinggi pula perilaku *Cyberloafing* pada karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan.
2. Berdasarkan hasil perhitungan koefisien determinan (R^2) dari *Self Control* memberikan andil sebesar 44,22% terhadap perilaku *Cyberloafing*. Dari hasil ini diketahui bahwa masih terdapat 55,78% peran dari faktor lain terhadap *Cyberloafing*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di lapangan, peneliti merangkum saran yang berkaitan dengan judul penelitian pada karyawan yang bekerja di Divisi Data Manajemen Kantor PT. Telkom Gaharu Medan, selain itu peneliti juga menyadari bahwa penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat mempengaruhi hasil penelitian sehingga peneliti merumuskan saran penelitian sebagai berikut:

1. Perusahaan

- a. Pimpinan PT. Telkom Gaharu Medan perlu meningkatkan pengawasan terhadap kinerja para karyawan agar pemanfaatan waktu kerja berjalan dengan lebih efektif dan efisien.
- b. Perusahaan harus mampu meningkatkan motivasi kerja dan disiplin kerja dari para karyawan agar waktu kerja dimanfaatkan untuk menyelesaikan pekerjaan.
- c. Perusahaan harus mampu mengedukasi para karyawan agar fasilitas kerja seperti computer dan internet digunakan untuk mendukung penyelesaian pekerjaan.

2. Karyawan PT. Telkom Gaharu Medan

- a. Karyawan perlu meningkatkan etos kerja dan disiplin terhadap aturan dan norma yang berlaku di kantor PT. Telkom Gaharu Medan.
- b. Karyawan pun diharapkan untuk mampu meningkatkan kontrol dirinya dan mempergunakan fasilitas kantor seperti komputer dan internet dengan baik dan digunakan untuk mendukung pekerjaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Edisi Revisi VI. Jakarta: Rineka Cipta.
- _____. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ardilasari. Norantika. 2017. *Hubungan Self Control Dengan Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai Negeri Sipil*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Azwar. Saifuddin. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- _____. 2013. *Metode Penelitian* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Blanchard dan Henle. 2008. *The interaction of work stressors and organizational sanctions on cyberloafing*. Journal of Managerial Issues. 20 (3). 383-400.
- Chaplin. J P. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Pres.
- Garret dan Danziger. 2008. *On Cyberslacking: Workplace Status and Personal Internet Use at work*. *Cyberpsychology and Behavior* . Volume 11 (Number 3). 287-291.
- Ghufron. Nur dan Rini. Risnawita. 2010. *Teori- Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa. Singgih D. 2009. *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Henle dan Kedharnath. U. 2012. *Cyberloafing in the workplace*. In Z. Yan. *Encyclopaedia of Research on Cyber Behaviour*. 1. 560-573.
- Herdiati. Meilisa Fani.. Sujoso. Anita Dewi Prahastuti.. dan Hartanti. Ragil Ismi. 2015. *Pengaruh Stressor Kerja dan Persepsi Sanksi Organisasi terhadap Cyberloafing di Universitas Jember*. Universitas Jember.
- Kuncoro. Mudrajad. 2009. *Metode Riset untuk Ekonomi dan Bisnis*. Jakarta: Erlangga.

- Liberman. Seidman. McKenna. & Buffardi. 2011. *Employee job attitudes and organizational characteristics as predictors of cyberloafing*. *Computers in Human Behavior*. 27 (6). 2192–2199.
- Li. S. dan Chung. T. 2006. *Internet function and Internet addictive behavior*. *Computers in Human Behavior*.
- Lim. 2002. *The IT way of loafing on the job: Cyberloafing neutralizing and organizational justice*. *Journal of Organizational Behavior*. 23. 675-694.
- Maryono dan Istiana. 2007. *Teknologi Informasi & Komunikasi*. Jakarta : Quadra.
- Nissaurahmadani. Sri Happy. 2012. *Hubungan Stress Kerja Dengan Perilaku Cyberloafing Pada Karyawan Administrasi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ozler. D. dan Polat. G. 2012. *Cyberloafing phenomenon in organizations : Determinants and impacts*. *International Journal of e-Business and e-Government Studies*. 4 (2). 1-15.
- Rukaiyah. 2016. *Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di SMA Negeri 1 IDI Rayeuk*. Fakultas Psikologi. Universitas Medan Area. Medan.
- Saputra, D.M.R. 2014. *Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Anggita Kepolisian*. Jurnal Fakultas Psikologi. Universitas Bina Dharma. Palembang.
- Sari. Liliyana. 2014. *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai Perpustakaan*. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara.
- Sari. Rifka. 2011. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja Pengguna Facebook*. Fakultas Psikologi. Universitas Sumatera Utara.
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D*. Bandung : Alfabeta
- _____. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tangney. dkk. 2004. *High self-control predicts good adjustment. less pathology. better grades. and interpersonal success*. *Journal of Personality*.

Wagner. Lim. Barnes. dan Ferris. 2012. *Lost Sleep and Cyberloafing: Evidence From the Laboratory and a Daylight Saving Time Quasi-Experiment*. Journal of Applied Psychology. 1-9.





SELF CONTROL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	79	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	79	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	80

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x1	186.8987	487.938	.736	.960
x2	186.8861	488.564	.699	.960
x3	187.0759	487.558	.453	.961
x4	186.8987	487.938	.736	.960
x5	186.8987	487.938	.736	.960
x6	186.5823	504.272	-.038	.963
x7	187.0759	487.558	.453	.961
x8	187.1013	488.887	.393	.961
x9	186.8987	487.938	.736	.960
x10	186.5823	504.272	-.038	.963
x11	187.0759	487.558	.453	.961
x12	186.8987	487.938	.736	.960
x13	186.9114	487.774	.752	.960
x14	187.0759	487.558	.453	.961
x15	186.8987	487.938	.736	.960
x16	186.9114	488.697	.707	.960

x17	186.8734	489.035	.670	.960
x18	186.8861	492.384	.516	.961
x19	186.8481	487.848	.716	.960
x20	186.8608	490.070	.616	.961
x21	186.8481	487.848	.716	.960
x22	186.8228	491.148	.555	.961
x23	186.8228	488.686	.669	.960
x24	186.9241	495.712	.369	.961
x25	186.3797	504.521	-.044	.963
x26	186.5823	504.272	-.038	.963
x27	187.0759	487.558	.453	.961
x28	186.8987	490.118	.630	.961
x29	186.9367	489.675	.675	.960
x30	187.0759	487.558	.453	.961
x31	186.7975	490.574	.576	.961
x32	186.8608	488.609	.685	.960
x33	187.0633	503.496	-.009	.962
x34	187.0000	491.744	.356	.961
x35	187.0759	487.558	.453	.961
x36	185.5570	517.942	-.680	.963
x37	186.8734	489.240	.660	.960
x38	186.9114	489.466	.669	.960
x39	186.8481	490.772	.579	.961
x40	186.8734	489.035	.670	.960
x41	186.9620	492.678	.540	.961
x42	186.8734	492.445	.508	.961
x43	186.7848	491.197	.546	.961
x44	186.9241	489.481	.676	.960
x45	186.8101	488.643	.668	.960
x46	186.9114	489.107	.686	.960
x47	186.8228	487.609	.719	.960
x48	187.0506	489.126	.419	.961
x49	187.0380	489.755	.397	.961
x50	187.0759	487.558	.453	.961
x51	186.8734	491.599	.548	.961
x52	186.8228	494.122	.418	.961
x53	186.8608	488.352	.697	.960

x54	186.9114	495.236	.388	.961
x55	186.9241	489.199	.690	.960
x56	186.8861	488.000	.726	.960
x57	187.0506	489.228	.416	.961
x58	186.9367	494.111	.427	.961
x59	186.8987	487.938	.736	.960
x60	186.8987	492.451	.518	.961
x61	186.8608	490.070	.616	.961
x62	186.8481	487.848	.716	.960
x63	186.9114	492.210	.535	.961
x64	186.8354	493.011	.471	.961
x65	186.8228	488.455	.679	.960
x66	186.8481	492.874	.481	.961
x67	186.8101	493.617	.439	.961
x68	186.9241	493.276	.461	.961
x69	186.9241	489.199	.690	.960
x70	186.8608	487.942	.717	.960
x71	186.8354	487.908	.709	.960
x72	186.9367	489.829	.667	.960
x73	187.0759	487.558	.453	.961
x74	186.8228	489.507	.631	.961
x75	186.8987	493.041	.489	.961
x76	185.5570	517.942	-.680	.963
x77	186.9241	489.199	.690	.960
x78	186.8481	487.848	.716	.960
x79	186.8481	487.848	.716	.960
x80	186.9241	489.199	.690	.960

CYBERLOAFING**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	79	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	79	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

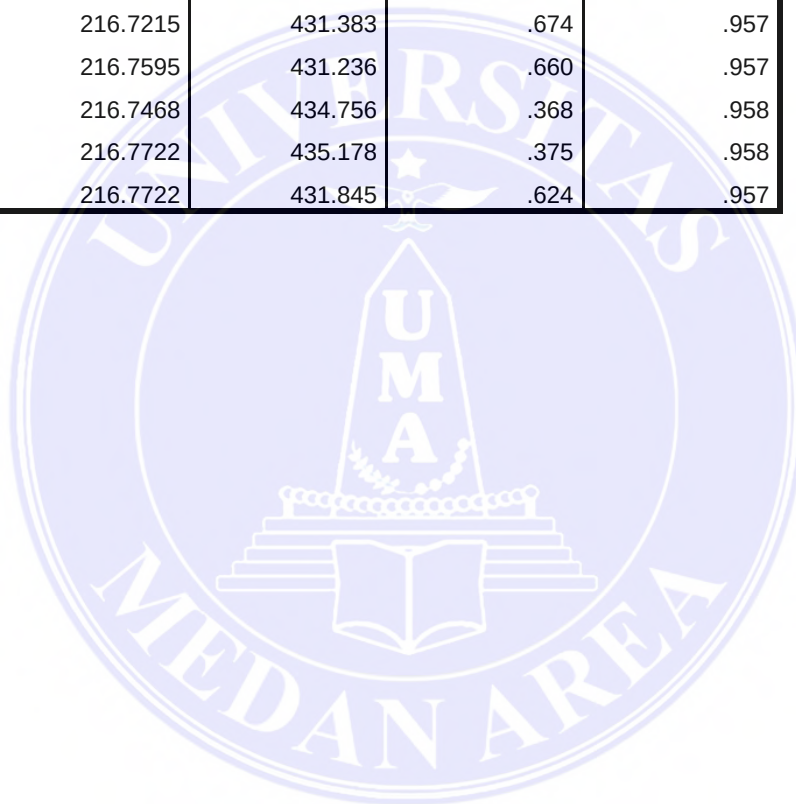
Cronbach's Alpha	N of Items
.958	64

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	216.9494	435.562	.378	.958
y2	216.7595	433.031	.569	.957
y3	217.7975	433.753	.221	.959
y4	217.7468	427.550	.394	.958
y5	216.7975	429.958	.709	.957
y6	216.7595	433.031	.569	.957
y7	217.9873	436.474	.173	.959
y8	216.8228	430.481	.675	.957
y9	216.7595	433.031	.569	.957
y10	216.7468	430.602	.700	.957
y11	216.7468	432.935	.579	.957
y12	216.7722	430.922	.670	.957
y13	216.7595	433.031	.569	.957
y14	216.7468	430.602	.700	.957

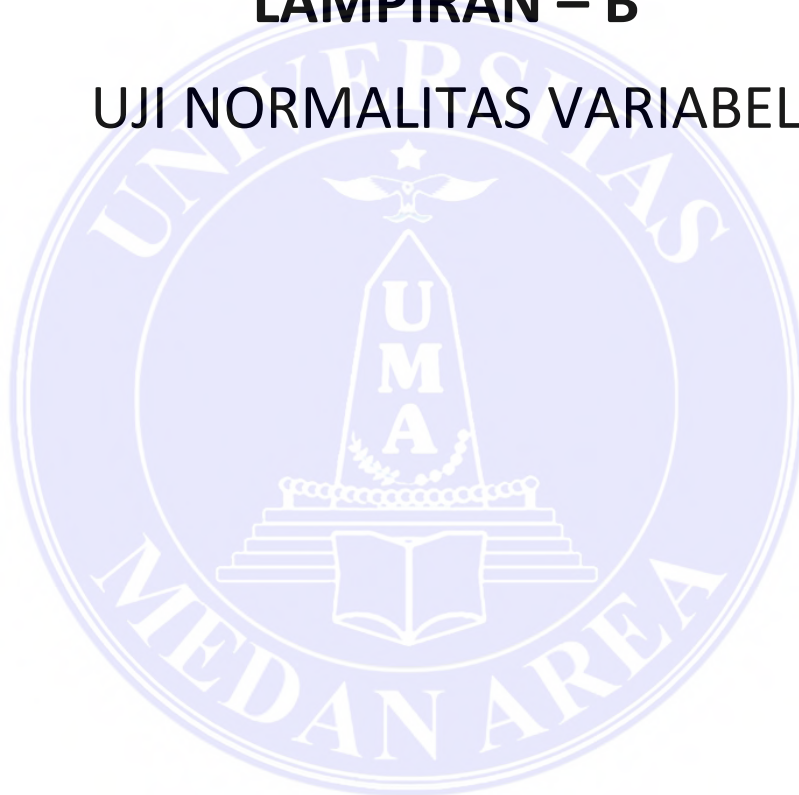
y15	216.7468	432.935	.579	.957
y16	216.7722	430.922	.670	.957
y17	216.7595	433.031	.569	.957
y18	216.7975	429.958	.709	.957
y19	216.8228	430.481	.675	.957
y20	216.8228	430.302	.683	.957
y21	217.3671	420.799	.629	.957
y22	216.7722	431.845	.624	.957
y23	216.8861	430.410	.634	.957
y24	217.7468	433.679	.235	.959
y25	217.8987	431.400	.329	.958
y26	217.7722	431.332	.348	.958
y27	216.7722	434.332	.498	.957
y28	216.7468	430.909	.684	.957
y29	217.2911	425.876	.467	.958
y30	217.3418	423.228	.510	.957
y31	217.3418	423.741	.497	.957
y32	217.2532	427.243	.461	.958
y33	217.2911	423.542	.505	.957
y34	217.3797	421.854	.548	.957
y35	217.3671	420.799	.629	.957
y36	217.2025	421.138	.645	.957
y37	216.7722	431.153	.659	.957
y38	216.6835	433.886	.565	.957
y39	216.8481	436.951	.305	.958
y40	216.8861	430.410	.634	.957
y41	216.7215	432.024	.640	.957
y42	216.8608	431.891	.519	.957
y43	216.7468	430.602	.700	.957
y44	216.7468	432.935	.579	.957
y45	216.7848	430.915	.666	.957
y46	216.7975	429.958	.709	.957
y47	216.7595	434.211	.508	.957
y48	216.7215	431.383	.674	.957
y49	216.7848	430.915	.666	.957
y50	216.7848	430.376	.693	.957
y51	216.7342	435.403	.457	.957

y52	216.7215	431.383	.674	.957
y53	216.7595	431.236	.660	.957
y54	216.7468	434.756	.368	.958
y55	216.7722	435.178	.375	.958
y56	216.7468	430.602	.700	.957
y57	218.2785	445.588	-.061	.959
y58	216.7848	430.915	.666	.957
y59	216.7975	429.958	.709	.957
y60	216.7215	431.383	.674	.957
y61	216.7595	431.236	.660	.957
y62	216.7468	434.756	.368	.958
y63	216.7722	435.178	.375	.958
y64	216.7722	431.845	.624	.957



LAMPIRAN – B

UJI NORMALITAS VARIABEL



One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Self Control	Perilaku Cyberloafing
N		79	79
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	189.2278	220.4177
	Std. Deviation	22.43963	21.08445
Most Extreme Differences	Absolute	.091	.099
	Positive	.091	.073
	Negative	-.058	-.099
Test Statistic		.091	.099
Asymp. Sig. (2-tailed)		.100 ^c	.053 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Perilaku Cyberloafing	79	100.0%	0	0.0%	79	100.0%
Self Control	79	100.0%	0	0.0%	79	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Perilaku Cyberloafing	.099	79	.053	.949	79	.053
Self Control	.091	79	.100	.971	79	.072

a. Lilliefors Significance Correction

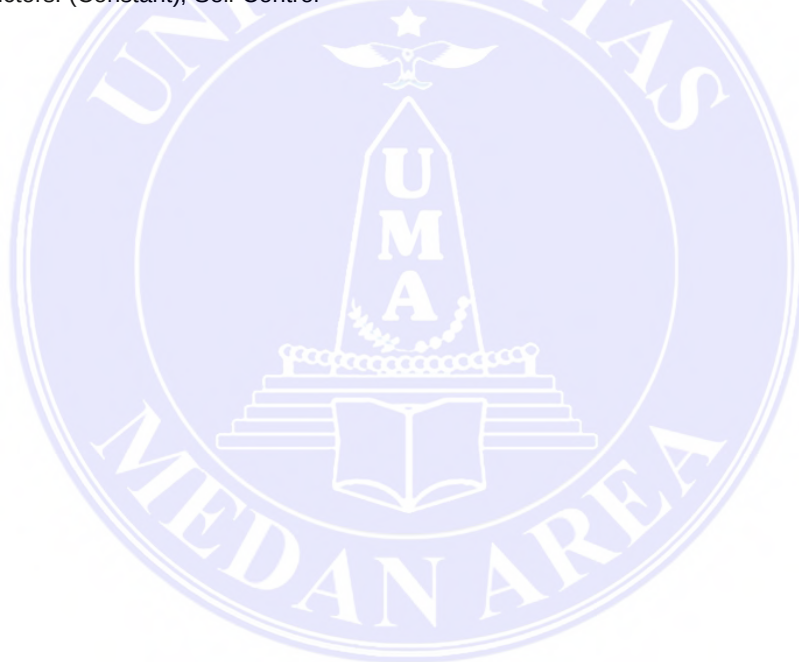


ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	15346.001	1	15346.001	61.132	.000 ^b
	Residual	19329.214	77	251.029		
	Total	34675.215	78			

a. Dependent Variable: Perilaku Cyberloafing

b. Predictors: (Constant), Self Control





Correlations

		Perilaku Cyberloafing	Self Control
Pearson Correlation	Perilaku Cyberloafing	1.000	-.665
	Self Control	-.665	1.000
Sig. (1-tailed)	Perilaku Cyberloafing	.	.000
	Self Control	.000	.
N	Perilaku Cyberloafing	79	79
	Self Control	79	79

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Perilaku Cyberloafing	210.5570	20.43109	79
Self Control	169.4557	22.87020	79



LAMPIRAN – E

ALAT UKUR PENELITIAN

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DENGAN PERILAKU
CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI PT. TELKOM GAHARU MEDAN

Dengan hormat,

Dalam rangka untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Self Control dengan Perilaku Cyberloafing di PT. Telkom Akses Medan”. Saya mahasiswa dari Universitas Medan Area ingin meminta bantuan kepada Bapak/Ibu untuk membantu saya dalam mengisi kuesioner ini.

Kuesioner ini bertujuan untuk kepentingan ilmiah, oleh karena itu jawaban yang Bapak/Ibu berikan besar manfaatnya bagi pengembangan ilmu. Kuesioner ini tidak ada hubungannya dengan status dan kedudukan Bapak/Ibu dalam instansi, maka jawaban yang benar adalah jawaban yang benar-benar menggambarkan keadaan Bapak/Ibu. Saya mengucapkan banyak terima kasih atas bantuan dan kerjasama yang telah Bapak/Ibu berikan. Besar harapan saya untuk menerima kembali angket ini dalam waktu singkat.

Hormat Saya

Dinda Fitriani

PETUNJUK PENGISIAN :

Di bawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Baca dan pahami setiap pernyataan dengan seksama, kemudian berikan respon saudara dengan cara memberikan tanda silang (X) atau contreng (✓) pada kolom yang telah tersedia dengan satu pilihan jawaban.

Keterangan :

Skala	Skor
Sangat Setuju (SS)	4
Setuju (S)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

IDENTITAS RESPONDEN

- ❖ Nama :
- ❖ Usia :
- ❖ Jenis Kelamin :
- ❖ Pendidikan Terakhir :

SELF CONTROL (X)

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya tidak pernah menggunakan kaos dan jeans saat sedang bekerja				
2	Saya selalu mampu menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawab saya				
3	Saya sering menyuruh rekan kerja menyelesaikan pekerjaan saya				
4	Saya akan tetap tenang meskipun sedang menghadapi masalah di tempat kerja				
5	Saya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat saya bekerja				
6	Waktu kerja sepenuhnya saya pergunakan untuk bekerja				
7	Saya sering menggunakan celana jeans saat sedang bekerja				
8	Saya selalu hadir tepat waktu				
9	Saya tidak pernah berkomunikasi dengan rekan kerja menggunakan akses internet yang diberikan perusahaan				
10	Saya mampu menyelesaikan pekerjaan tanpa banyak tergantung pada				

	bantuan orang lain				
11	Saya sering menyuruh rekan kerja menyelesaikan pekerjaan saya				
12	Saya sering mengakses media sosial saat sedang bekerja				
13	Saya merasa nyaman dengan lingkungan tempat saya bekerja				
14	Saya biasanya bekerja sesuai dengan jam kerja yang telah ditentukan oleh perusahaan				
15	Ketika saya diberikan pekerjaan yang sulit, saya tidak mampu menyelesaikannya				
16	Saya selalu bersemangat saat menyelesaikan pekerjaan				
17	Saya sering berkomunikasi dengan rekan kerja pada saat jam kerja				
18	Saya menerima saat ditugaskan untuk lembur oleh perusahaan				
19	Saya menghibur diri ketika bosan bekerja dengan melakukan kontak bersama teman secara online				
20	Saya sering terlambat datang ke kantor				
21	Saya memakai seragam yang diberikan oleh perusahaan				
22	Saya sering menghubungi keluarga saat jam kerja				
23	Waktu kerja tidak saya gunakan				

	untuk menyelesaikan pekerjaan				
24	Hampir setiap hari saya dibantu oleh orang lain dalam pengerjaan tugas				
25	Hubungan yang kurang harmonis dengan rekan kerja membuat saya merasa tidak nyaman dalam bekerja				
26	Saya sering melanggar aturan jam kerja yang ditentukan oleh perusahaan				
27	Saya sering menolak saat diberi tugas tambahan oleh perusahaan				
28	Perusahaan melarang karyawan berjenis kelamin pria memiliki rambut panjang				
29	Saya akan tetap menyelesaikan pekerjaan, meskipun menghadapi berbagai kendala				
30	Saya dengan senang hati menyelesaikan semua pekerjaan yang menjadi tanggung jawab				
31	Saya selalu berusaha menghasilkan ide-ide baru saat menyelesaikan pekerjaan				
32	Perusahaan memberikan sanksi jika karyawan terlambat datang ke kantor				
33	Fasilitas internet yang diberikan oleh perusahaan memudahkan saya dalam menyelesaikan pekerjaan				
34	Saya sering telat menyelesaikan tugas tepat waktu dan membuat saya sedikit tertekan dalam bekerja				

35	Saya mengetahui aturan tentang larangan mengakses internet selain untuk kepentingan kerja dan saya mematuhi				
36	Saya tidak pernah bermain game saat sedang bekerja				
37	Perusahaan tidak melarang karyawan untuk memiliki rambut panjang				
38	Saya mampu memberikan hasil kerja yang baik secara konsisten				
39	Sanksi yang diberikan oleh perusahaan tidak membuat saya jera				
40	Saya sangat fokus dalam menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawab				
41	Saya sering mengakses internet untuk membantu menyelesaikan pekerjaan				
42	Saya selalu menyelesaikan pekerjaan tepat waktu				
43	Saya selalu merapikan rambut sebelum berangkat kerja				
44	Saya mampu memberikan hasil kerja yang memuaskan bagi perusahaan				
45	Saya sering menyalahgunakan fasilitas internet yang diberikan oleh perusahaan				
46	Saya kurang suka dengan pekerjaan yang menuntut saya untuk menghasilkan ide-ide baru				

47	Saya sering berdiskusi dengan teman kerja dalam penyelesaian pekerjaan				
48	Saya selalu mampu memenuhi target kerja yang diberikan oleh perusahaan				
49	Saat jam kerja, saya sering mendownload lagu dan film dari internet				
50	Saat menghadapi tugas yang banyak saya kesulitan untuk menunjukkan kinerja yang konsisten				
51	Saya tidak efisien saat memanfaatkan internet untuk menyelesaikan pekerjaan				
52	Saya menggunakan fasilitas internet yang disediakan oleh perusahaan hanya untuk menyelesaikan pekerjaan				
53	Saya mudah merasa jengkel dengan rekan kerja				
54	Saya sering lalai dalam melaksanakan pekerjaan yang menjadi tanggung jawab saya				
55	Saya kesulitan memenuhi target tinggi yang diberikan oleh perusahaan				
56	Perusahaan merasa puas dengan hasil kerja yang saya tunjukkan				
57	Saat jenuh bekerja, saya sering bermain game di sela-sela pekerjaan				
58	Saya merasa kurang percaya dengan kemampuan rekan kerja				

59	Saya tidak pernah merapikan rambut saat bekerja				
60	Saya diberikan reward jika kinerja saya memuaskan				
61	Saya memiliki kemampuan yang sesuai dengan bidang kerja				
62	Kemampuan yang saya miliki sangat mendukung kinerja				
63	Saya bekerja 8 jam per hari sesuai dengan peraturan perundang-undangan				
64	Masalah yang datang saya anggap sebagai tantangan yang harus dilewati				
65	Saat sedang menghadapi masalah, saya tidak mampu menyelesaikan tanggung jawab saya dengan baik				
66	Saya memiliki keahlian khusus yang berguna dalam penyelesaian pekerjaan				
67	Kemampuan yang saya miliki terbatas sehingga saya sulit untuk memberikan kinerja yang maksimal				
68	Saya merasa termotivasi untuk menyelesaikan pekerjaan yang sulit				
69	Perusahaan memberikan pelatihan kepada karyawan guna meningkatkan ketrampilan				
70	Saya sering melakukan kesalahan saat bekerja				
71	Saya menghindari pekerjaan yang				

	menuntut saya untuk menguasai keahlian-keahlian tertentu				
72	Pelatihan yang diberikan perusahaan tidak mampu meningkatkan ketrampilan karyawan				
73	Saya sering mengakses internet untuk kepentingan pribadi				
74	Saya kesulitan memberikan kinerja yang maksimal kepada perusahaan				
75	Tempat kerja saya tidak sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
76	Saya jarang memakai seragam saat sedang bekerja				
77	Saya selalu berusaha untuk lari dari masalah yang saya hadapi				
78	Perusahaan tidak pernah memberikan reward atas kinerja yang diberikan karyawan				
79	Saya selalu berusaha memberikan kinerja yang maksimal kepada perusahaan				
80	Saat menghadapi kendala dalam menyelesaikan pekerjaan, saya menjadi tidak termotivasi untuk menyelesaikan pekerjaan				

PERILAKU CYBERLOAFING (Y)

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Terkadang saya membuka situs media social (facebook, twitter dsb) baik dari gadget maupun komputer pada saat jam kerja				
2	Saat jam kerja saya membuka media sosial saya melalui fasilitas internet di kantor				
3	Saya sering kali menggunakan semua jejaring sosial yang memiliki aplikasi chatting untuk keperluan pribadi saya				
4	Saya selalu membalas pesan pribadi yang masuk walau sedang bekerja				
5	Saya tidak peduli dengan aturan yang melarang mengakses internet untuk kepentingan pribadi				
6	Pekerjaan saya menumpuk karena saya tidak memanfaatkan waktu kerja dengan baik				
7	Saya menghabiskan waktu saya untuk mengakses media sosial dan youtube				
8	Pendapat dan saran dari rekan kerja tidak pernah saya tanggapi				

9	Saya mengakses media sosial dan youtube kapanpun saya mau				
10	Saya menghubungi teman melalui media sosial untuk menghapus kejenuhan saat bekerja				
11	Rekan kerja sering mengingatkan saya agar mempergunakan waktu kerja dengan baik				
12	Saya mampu menahan diri untuk tidak mengakses internet selain untuk urusan pekerjaan				
13	Saya sering mengecek pesan pribadi yang masuk pada smartphone saya ketika jam kerja				
14	Mengakses media sosial saat jam kerja sering saya lakukan				
15	Saya sering mengunduh file yang tidak berhubungan dengan pekerjaan selama jam kerja				
16	Saya tidak pernah membuka situs media sosial (facebook, twitter dsb) baik dari gadget maupun komputer pada saat jam kerja				
17	Saat sedang kesepian, saya menonton video di situs Youtube				
18	Terlalu sering mengakses media sosial saat jam kerja membuat saya tidak fokus dalam menyelesaikan pekerjaan				
19	Saya sering menggunakan fasilitas				

	internet diluar jam kerja				
20	Internet memudahkan saya dalam menyelesaikan pekerjaan				
21	Saat jam kerja saya selalu mengabaikan pesan pribadi yang masuk				
22	Saya sering kali melanggar aturan tentang larangan mengakses media sosial saat jam kerja				
23	Saya tidak pernah mengunduh file yang tidak berhubungan dengan pekerjaan				
24	Saya selalu patuh terhadap peraturan yang berlaku dalam perusahaan				
25	Saya tidak pernah meminta bantuan rekan kerja saat menghadapi masalah				
26	Saya selalu menyelesaikan pekerjaan tepat waktu agar tidak menumpuk				
27	Karyawan dilarang mengakses media sosial saat sedang bekerja				
28	Saya menyesuaikan diri dengan pekerjaan walaupun tidak sesuai dengan kompetensi yang saya miliki				
29	Saya mampu mengontrol keinginan saya untuk mengakses internet				
30	Saya hanya mengakses internet untuk keperluan pekerjaan saja				
31	Saya ingin mencari pekerjaan yang sesuai dengan keinginan				
32	Perusahaan memberikan target kerja				

	yang tinggi kepada para karyawan				
33	Perusahaan memberikan target kerja yang tinggi kepada para karyawan				
34	Saya menggunakan akses internet untuk membuka situs hiburan seperti situs Streaming film				
35	Karyawan tidak mampu memenuhi target kerja yang ditentukan oleh perusahaan				
36	Kontrol yang dilakukan oleh pimpinan tidak mampu meningkatkan fokus kerja karyawan				
37	Saya mengetahui adanya larangan menggunakan internet selain untuk urusan pekerjaan saat jam kerja				
38	Saya tida pernah mengakses media sosial saat jam kerja				
39	Saya sering mengabaikan aturan-aturan yang ada di dalam perusahaan				
40	Saya tidak tahu aturan mengenai larangan mengakses media sosial saat jam kerja				
41	Saat menghadapi masalah, saya bercerita dengan rekan kerja				
42	Fasilitas internet yang tersedia, saya gunakan untuk bermain game online				
43	Saya tidak pernah meminta pendapat kepada rekan kerja saat menghadapi masalah				

44	Kontrol yang dilakukan oleh pimpinan mampu meningkatkan fokus kerja para karyawan				
45	Pekerjaan saya sesuai dengan passion dan kompetensi yang saya miliki				
46	Saya menggunakan fasilitas internet untuk membagikan kegiatan saya di sosial media saat jam kerja				
47	Perusahaan memberikan aturan mengenai larangan menggunakan internet selain untuk urusan pekerjaan				
48	Saya selalu mematuhi aturan-aturan yang ada dalam perusahaan				
49	Saya mampu memenuhi target kerja yang diberikan oleh perusahaan				
50	Pimpinan jarang mengontrol karyawan saat sedang bekerja				
51	Saya memanfaatkan fasilitas internet untuk meningkatkan pengetahuan saya				
52	Fasilitas internet yang tersedia tidak mampu dipergunakan secara efektif untuk peningkatan kinerja karyawan				
53	Koneksi internet kurang baik sehingga menghambat penyelesaian pekerjaan				
54	Perusahaan menyediakan fasilitas internet untuk membantu karyawan menyelesaikan pekerjaan				
55	Saya sangat menyukai pekerjaan saya saat ini				

56	Rekan kerja sering memberikan masukan saat saya menghadapi masalah dalam penyelesaian pekerjaan				
57	saya tidak pernah menggunakan fasilitas internet untuk membagikan kegiatan pribadi				
58	Fasilitas internet yang tersedia di kantor mampu membantu saya dalam menyelesaikan pekerjaan				
59	Saya merasa fasilitas internet yang tersedia di kantor belum memadai				
60	Tersedianya koneksi internet yang baik mampu mempercepat penyelesaian pekerjaan				
61	Para karyawan tidak keberatan diberikan target kerja yang tinggi oleh perusahaan				
62	Perusahaan menyediakan koneksi internet yang sangat memadai				
63	Saya tidak pernah bermain game online saat sedang bekerja				
64	Pimpinan sering mengingatkan karyawan agar tidak menyalahgunakan fasilitas internet				



LAMPIRAN – F

SURAT PENELITIAN



UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 ☎ (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 ☎ (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 063/FPSI/01.10/VIII/2020
Lampiran : -
Hal : Pengambilan Data

Medan, 5 Agustus 2020

Yth. Pimpinan PT. Telkom Indonesia Gaharu Medan
Di
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

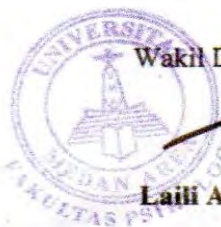
Nama : Dinda Fitriani
NPM : 158600223
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Untuk melaksanakan pengambilan data di PT. Telkom Indonesia Gaharu, Jalan Gaharu No. 1 A Medan, Kec. Medan Timur, Kota Medan Sumatera Utara guna penyusunan skripsi yang berjudul "*Hubungan Antara Self Control Dan Perilaku Cyberloafing Pada Karyawan Di PT. Telkom Indonesia Gaharu Medan*".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan dan **Surat Keterangan** yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data di **Perusahaan** yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih..



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Laili Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan

- Mahasiswa Ybs
- Arsip



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 23/12/21

Access From (repository.uma.ac.id)23/12/21



SURAT TELAH SELESAI PENELITIAN

Nomor : No. PS/000/TI-055/08-2020
Lampiran : -
Perihal : SELESAI PENELITIAN

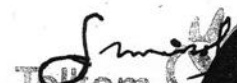
Sehubungan dengan surat dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area Nomor 063/FPSI/01.10/VIII/2020, hal izin Mengadakan Penelitian Tertanggal 5 Agustus 2020 maka Pimpinan PT. Telkom Indonesia Gaharu Medan menyatakan dibawah ini :
Menerangkan bahwa :

Nama : Dinda Fitriani
NIM : 158600223
Program Studi : Ilmu Psikologi
Universitas : Universitas Medan Area
Jenjang : S1

Benar telah mengadakan penelitian di TELKOM GAHARU MEDAN pada tanggal 11 Agustus 2020 s/d 18 Agustus 2020 guna melengkapi data pada penyusunan skripsi yang berjudul :
"HUBUNGAN ANTAR SELF CONTROL DAN PERILAKU CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI PT TELKOM INDONESIA GAHARU MEDAN".

Demikian surat keterangan diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya

Medan, 25 Agustus 2020


Telkom Indonesia
Mgr. Data Man

UNIVERSITAS MEDAN AREA

Kantor Witel Medan

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang No. 13/2004
PT. TELKOMUNIKASI INDONESIA, Tbk

Jl. Prof. H. M. Yamin S.H. No. 13

Medan (20234)

- T : 061-4530001
F : 061-4530002
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
 2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
 3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area