

JURNAL ILMIAH  
**PSYCHE**

**Ilmu Psikologi**

*Efektivitas Problem Solving Therapy Mengurangi Stres Dan Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Pada Wanita yang Pernah Mengalami Stres dalam Rumah Tangga*

*Mulia Marita Lasutri Tama*

*Motivasi Perilaku Online Human Trafficking*  
*Sawi Sujarwo dan Rheta Zuliana*

*Perilaku Cyberloafing Terhadap Kontrol Diri Pada Pekerja*  
*Dwi Hurriyati*

*Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Intensi Berwirausaha pada Siswa Kelas XII SMK Negeri 6 Palembang*  
*Yuliansyah dan Novia Pahleni Jahin*

*Kesehateraan Psikologi Istri Pertama dalam Pernikahan Poligami*  
*Mutia Mawardah dan Siti Rohma Rostanti*

*Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Kemampuan Mengingat Gerakan pada Penari di Sanggar Tari Dharma Pragina Dewi*  
*Desy Arisandy dan Putu Muslika Dewi*

Diterbitkan Oleh:  
Fakultas Psikologi

Universitas Bina Darma, Palembang



Jurnal Ilmiah  
**PSYCHE**

Ilmu Psikologi

DAFTAR ISI

***Efektivitas Problem Solving Therapy Mengurangi Stres Dan Meningkatkan Kemampuan Problem Solving Pada Wanita yang Pernah Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga***

*Mulia Marita Lasutri Tama*

61 - 70

***Motivasi Perilaku Online Human Trafficking***

*Sawi Sujarwo dan Rheta Zuliana*

71 - 79

***Perilaku Cyberloafing Terhadap Kontrol Diri Pada Pekerja)***

*Dwi Hurriyati*

80 - 87

***Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Intensi Berwirausaha pada Siswa Kelas XII SMK Negeri 6 Palembang***

*Yuliansyah dan Novia Pahleni Jahin*

88 - 97

***Kesehateraan Psikologi Istri Pertama dalam Pernikahan Poligami***

*Mutia Mawardah dan Siti Rohma Rostanti*

98 - 105

***Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Kemampuan Mengingat Gerakan pada Penari di Sanggar Tari Dharma Pragina Dewi***

*Desy Arisandy dan Putu Muslika Dewi*

106 - 119

## PERILAKU CYBERLOAFING TERHADAP KONTROL DIRI PADA PEGAWAI

Dwi Hurriyati<sup>1</sup>, Jerri Suranta<sup>2</sup>  
Dosen Universitas Bina Darma,  
Jalan Jenderal Ahmad Yani No. 3 Palembang  
Sur-el: jerri.suranta@gmail.com<sup>2</sup>

**Abstract:** This study was conducted to determine the relationship between self-control and cyberloafing behavior. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between self-control and cyberloafing behavior in staff. Subjects in this study amounted to 170 administrative employees in Palembang Hospital. The sample technique used in this study is simple random sampling technique. The measuring instrument used is the scale of self-control and Cyberloafing behavior. The analysis technique used is simple regression using SPSS version 20.0 The results of the analysis show that the correlation coefficient ( $r$ ) = 0.515 with the score obtained is (R-square) = 0.265 and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$  and  $p < 0.01$ ) which means that the proposed hypothesis is accepted. These results indicate that there is a very significant relationship between self-control and cyberloafing behavior in administrative staff in Palembang Hospital. The variable contribution of self-control with cyberloafing behavior variable is 26.5%.

**Keywords :** self control, cyberloafing behavior, and administrative staff.

**Abstrak :** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dengan perilaku cyberloafing pada pegawai rumah sakit di Palembang. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku cyberloafing pada pegawai rumah sakit di Palembang. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 170 pegawai administrasi di rumah sakit di Palembang. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik simple random sampling. Alat Ukur yang digunakan adalah skala kontrol diri dan perilaku Cyberloafing. Teknik analisis yang digunakan yaitu regresi sederhana dengan menggunakan bantuan SPSS versi 20.0. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,515 dengan skor yang didapatkan yaitu (R-square) = 0,265 dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$  dan  $p < 0,01$ ) yang berarti hipotesis yang diajukan diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku cyberloafing pada pegawai administrasi di rumah sakit di Palembang. Kontribusi variabel kontrol diri dengan variabel perilaku cyberloafing yaitu 26,5%.

**Kata Kunci :** kontrol diri, perilaku cyberloafing, dan pegawai administrasi

### 1. PENDAHULUAN

Internet merupakan salah satu teknologi yang berkembang sangat pesat. Internet menjadi kebutuhan bagi kalangan banyak karena mampu mengakses dan mendapatkan informasi dengan cepat dan mudah seperti masyarakat umum, pemerintah, pelajar, ibu rumah tangga, karyawan perusahaan, dan lain-lain. Jumlah pengguna internet di dunia pada tahun 2012 berkisar 2,4 miliar jiwa (Astri, 2014). Pengguna internet terbanyak berasal dari Asia yaitu 44,8% dan diikuti 21,5% Eropa, kemudian disusul Amerika

Utara 11,4% (International Telecommunications Union, 2012). Besarnya jumlah pengguna internet di negara Asia sangatlah wajar mengingat lebih dari 55% penduduk dunia berada di benua Asia. Indonesia menduduki urutan ke-4 sebagai negara dengan pengguna internet terbanyak di Asia yakni mencapai 55 juta jiwa pengguna (International World Stats, 2012). Tempat mengakses internet di Indonesia kebanyakan dari kantor (52,4%), warnet/cafe/rental (35,1%), rumah (27,6%), sekolah/kampus (7,2%), rumah teman/saudara

(3,7%), perpustakaan (2,8%), dan hp (0,4%) (*Indonesian Consumer Profile*, 2009). Hasil data survey tersebut memperlihatkan bahwa penggunaan internet tertinggi adalah di kantor. (Astri, 2014).

Saat ini internet menjadi sumber informasi yang paling banyak digunakan orang untuk mencari informasi yang dibutuhkan, tak terkecuali pegawai administrasi di rumah sakit Palembang. Penggunaan internet untuk memenuhi kebutuhan sebagai sumber informasi dikarenakan mudah, cepat, tepat, murah dan akurat. Melalui internet pegawai dapat mengakses berbagai informasi sesuai dengan kepentingan pekerjaan mereka.

Administrasi rumah sakit adalah suatu proses kegiatan perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, pengawasan, pengkoordinasian dan penilaian terhadap sumber, tatacara, dan kesanggupan yang tersedia untuk memenuhi tuntutan terhadap kesehatan, perawatan serta lingkungan yang sehat dengan jalan menyediakan dan menyelenggarakan berbagai upaya kesehatan yang ditujukan kepada perseorangan, keluarga, kelompok atau masyarakat (Azrul, 2010). Pegawai administrasi di rumah sakit Palembang terdiri dari beberapa bagian unit kerja yaitu bagian keuangan, bagian anggaran, bagian akutansi, bagian umum dan perlengkapan, bagian kepegawaian, humas dan pemasaran, bagian pencatatan dan pelaporan, bagian analisa dan evaluasi, dan bagian SIM-RS.

Internet mempunyai banyak kelebihan yang tidak dimiliki oleh sumber informasi yang bersifat konvensional, informasi yang dapat diakses dari berbagai tempat tanpa dibatasi oleh

jarak, ruang, dan waktu merupakan salah satu kelebihan yang dimiliki oleh internet memungkinkan pegawai untuk mendapatkan informasi yang berkaitan dengan pekerjaan mereka melalui akses informasi keberbagai sumber informasi yang ada di internet. Bila dilihat dari manfaat internet tersebut akan sangat membantu secara cepat proses kerja pegawai tersebut. Penggunaan teknologi internet ini dapat membantu tugas dan fungsi pegawai administrasi di rumah sakit Palembang dalam menjalankan tugas sebagai pelayan masyarakat

Di sisi lain, dengan adanya teknologi internet, seringkali didapati banyak pegawai yang hanya menggunakan internet lebih kepada kepentingan pribadi mereka antara lain hanya bermain *game*, *browsing google* dengan informasi selebritis, kemudian juga membuka jejaring sosial seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, *whatsApp messenger* dan lain-lain. Terdapat dampak negatif juga bagi institusi, yaitu pegawai dapat melalaikan kewajiban dalam melaksanakan tugas dan fungsi di institusi. Misalnya, mengakses internet pada waktu jam kerja dengan tujuan bukan untuk kepentingan pekerjaan, tetapi hanya untuk menghilangkan kebosanan di kantor, perilaku inilah yang disebut dengan *cyberloafing*.

Perilaku *Cyberloafing* menurut Anadarajan dan Simmers (Sari, 2014) merupakan tindakan sengaja dari pegawai menggunakan akses internet perusahaan

perilaku *cyberloafing* bahwa dari sebanyak 114 pegawai administrasi rumah sakit Palembang yang dijadikan subjek penelitian, terdapat 65 pegawai administrasi atau 57,1% yang memiliki perilaku *cyberloafing* baik dan 49 pegawai administrasi atau 42,9% yang memiliki perilaku *cyberloafing* buruk. Sehingga dapat disimpulkan rata-rata pegawai administrasi rumah sakit Palembang memiliki perilaku *cyberloafing* baik..

Demikian sesuai dengan fenomena yang di temukan peneliti di lapangan, dimana para pegawai mempunyai produktivitas yang baik. Pegawai hanya menggunakan internet untuk sekedar mencari hiburan semata. Seperti mengakses status di jaringan sosial, *chatting*, mengunjungi situs-situs berita dan olahraga, serta mengirim dan membuka email. Karena bagi pegawai tindakan tersebut diperlukan untuk mengurangi kebosanan kerja bahkan dapat mendorong kreativitas, fleksibilitas, persahabatan dan saling percaya antar pegawai ketika melakukan kegiatan bersama serta mendorong terciptanya lingkungan pembelajaran.

Hal ini sesuai dengan penelitian Ozler dan Polat (2012), bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. *Self control* antara satu individu dengan individu

yang lain berbeda-beda. Apabila individu mempunyai *self control* dan integritas yang tinggi mereka lebih jarang terlibat dalam perilaku menyimpang di tempat kerja. Oleh karena itu *self control* berhubungan dalam menentukan perilaku yang dilakukan individu saat bekerja, apakah perilaku yang bersifat produktif atau sebaliknya. Individu bisa dikatakan produktif apabila ia menggunakan fasilitas internet sesuai dengan kebutuhan. Hal ini akan terhindar dari perilaku *cyberloafing*. Tingkat *self control* pada individu juga menunjukkan kemampuannya dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya kearah konsekuensi yang positif. Sedangkan individu yang mempunyai tingkat *self control* yang rendah cenderung lebih besar untuk melakukan perilaku *cyberloafing*.

Dari hasil deskripsi berdasarkan kategorisasi kontrol diri bahwa dari sebanyak 114 pegawai administrasi rumah sakit Palembang yang dijadikan subjek penelitian, terdapat 59 pegawai administrasi atau 51,8% yang memiliki kontrol diri tinggi dan 55 pegawai administrasi atau 48,2% yang memiliki kontrol diri rendah. Sehingga dapat disimpulkan rata-rata pegawai administrasi rumah sakit Palembang memiliki kontrol diri rendah.

Demikian sesuai dengan fenomena yang di temukan peneliti di lapangan yaitu para pegawai yang mempunyai kontrol diri dan

Berdasarkan cara perhitungan sampel menurut Isaac dan Michael (Sugiyono, 2013) dengan taraf kesalahan 5% maka diperoleh sampel sebanyak 114 pegawai. Sebelum pelaksanaan penelitian dilakukan uji coba skala atau TO (*Try Out*) terlebih dahulu sebanyak 56 orang pegawai yang diambil dari sisa populasi digunakan sebagai sampel penelitian.

Metode pengumpulan data merupakan suatu cara yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan metode skala. Azwar (2012) menjelaskan bahwa skala adalah perangkat pertanyaan yang disusun untuk mengungkap atribut tertentu melalui respon terhadap pertanyaan tersebut.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi yang terdiri atas skala perilaku *cyberloafing* dan kontrol diri. Skala yang digunakan merupakan model skala *likert* yang dibuat dalam bentuk *checklist* ( $\surd$ ). Skala perilaku *cyberloafing* dan kontrol diri ini terdiri dari dua bentuk pernyataan, yaitu berupa pernyataan yang mendukung (*favourable*) dan pernyataan yang tidak mendukung (*unfavourable*).

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik. Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Oleh sebab itu dilakukan pengambilan sampel menggunakan metode random sampling.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan statistik yang telah dilakukan untuk membuktikan bahwa

terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pegawai administrasi rumah sakit Palembang. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi sederhana yang hasilnya menunjukkan adanya penerimaan terhadap hipotesis yang diajukan. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi  $r = 0,515$  dengan nilai signifikansi ( $p$ ) = 0,000 atau dengan kata lain  $p \leq 0,01$ . Ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku *cyberloafing* pegawai administrasi rumah sakit Palembang.

Besarnya nilai sumbangan kontrol diri (variabel bebas) dengan perilaku *cyberloafing* (variabel terikat) adalah nilai  $R$  square = 0,265 atau 26,5%. Berdasarkan hasil sumbangan tersebut menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh positif terhadap perilaku *cyberloafing* pegawai administrasi rumah sakit Palembang.

Kontrol diri yang tinggi dan terus berlanjut akan menghasilkan dampak perilaku *cyberloafing* baik terhadap perilaku *cyberloafing* pegawai administrasi. Pegawai administrasi yang memiliki dampak buruk terhadap perilaku *cyberloafing* adalah pegawai yang memiliki kontrol diri rendah. Kontrol diri ini memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam perilaku menyimpang di tempat kerja. Biasanya sifat pegawai yang mempunyai kontrol diri rendah terlibat dalam perilaku *cyberloafing*. Dari hasil deskripsi berdasarkan kategorisasi

integritas yang tinggi mereka lebih jarang terlibat dalam perilaku menyimpang di tempat kerja. Para pegawai tersebut lebih mementingkan pekerjaan mereka dan mampu menunda kepuasan dengan segera untuk mengatur perilakunya ketika bekerja. Hal ini terlihat ketika laporan pekerjaan mereka sedang di tunggu oleh pimpinan. Para pegawai tersebut bisa menunda kepuasan dirinya dan mengatur perilakunya untuk menyelesaikan pekerjaan yang sedang di tunggu oleh pimpinan mereka. Oleh karena itu kontrol diri berhubungan dalam menentukan perilaku yang dilakukan individu saat bekerja, apakah perilaku yang bersifat produktif atau sebaliknya. Individu bisa dikatakan produktif apabila ia menggunakan fasilitas internet sesuai dengan kebutuhan. Hal ini akan terhindar dari perilaku *cyberloafing* buruk. Tingkat kontrol diri pada individu juga menunjukkan kemampuannya dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya kearah konsekuensi yang baik. Sedangkan individu yang mempunyai tingkat kontrol yang rendah cenderung lebih besar untuk melakukan perilaku *cyberloafing* yang buruk

Temuan ini juga mendukung pernyataan dari Robinson (2008) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi dapat lebih mampu untuk meninjau situasi, menahan godaan dan mengalihkan perhatian mereka dari perilaku merugikan

seperti *cyberloafing*. Sebaliknya apabila individu memiliki kontrol diri rendah, mereka memiliki keperluan yang kuat terhadap perilaku terlarang saat bekerja, seperti perilaku *cyberloafing*.

#### 4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, maka peneliti menarik kesimpulan bahwa ada hubungan sangat signifikan antara perilaku *cyberloafing* dengan kontrol diri pada pegawai administrasi rumah sakit di Palembang.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Ardilasari, N. (2016). Hubungan *Self Control* dan Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1, 19-39.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Astri, Y. (2014). *Pengaruh iklim organisasi terhadap perilaku cyberloafing pada karyawan PT Telekomunikasi Indonesia TKB Medan*. USU library: Universitas Sumatra Utara.
- Azrul, A. 2010. *Pengantar Administrasi Kesehatan*. Jakarta : PT Bina Rupa Aksara

- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawita S. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Hurriyati, D. (2017). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Cyberloafing* pada Pegawai Negeri Dinas Pekerjaan Umum Kota Palembang. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 2, 75-86.
- Indonesian Consumer Profile. (2009). *Industrial Product Reports Analyses*. Diakses dari
- International Telecommunications Union. (2012). *Internet Usage in Asia*. Diakses dari
- International Telecommunications Union. (2012). *Internet Usage Statistics The Internet Big Picture*. Tersedia
- Paramitha, W.N (2016). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecurangan Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana. (Skripsi, Tidak Diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Satya Wacana, Salatiga
- Robinso, S. L., Bennett, R. J. (2008). A typology of deviant workplace behavior: A multidimensional scaling study. *Academy of Management Journal*, 38(2), 555-572.
- Sari, L. (2014). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku *Cyberloafing* Pada Pegawai Perpustakaan. (Skripsi, tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Sugiyono. (2013). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Utama, J. S. A., Abraham, J., Susana, T., Alfian, I. N., Supratiknya, A. (2016). *Psikologi dan Teknologi Informasi*. Jakarta : Himpunan Psikologi Indonesia.
- Zhang H., Zhao H., Liu J., Xu Y., Lu H (2015). *The dampening effect of employees' future orientation on cyberloafing behaviors: the mediating role of self-control*. *Frontiers in Psychology*, 6, 1482. Walgito, B. (2002). *Psikologi Sosial (suatu pengantar)*. Edisi Revisi. Yogyakarta : Andi Offset.

