

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PERILAKU  
*CYBERLOAFING* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**



**Diajukan Oleh :**

**DIXIE DEAN LAKKA**

**4519091018**

**SKRIPSI**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA  
MAKASSAR**

**2023**



**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PERILAKU  
*CYBERLOAFING* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

*Oleh :*

**DIXIE DEAN LAKKA**

**4519091018**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BOSOWA MAKASSAR**

**2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PERILAKU  
*CYBERLOAFING* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**

**Disusun dan diajukan oleh:**

**DIXIE DEAN LAKKA**

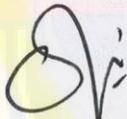
**NIM: 4519091018**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi  
Pada Agustus 2023

**Menyetujui:**

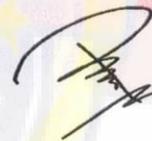
**Pembimbing I**

**Pembimbing II**



Arie Gunawan H.Z., M.Psi., Psikolog

NIDN : 0931108003



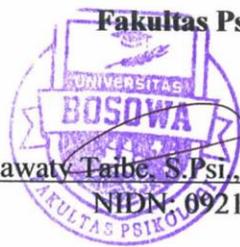
Musawwir, S.Psi., M.Pd

NIDN : 0927128501

**Mengetahui:**

**Dekan  
Fakultas Psikologi**

**Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi**



Patmawaty Taibe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.

NIDN: 0921018302



A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si.

NIDN: 0908119001

**HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN**

**PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PERILAKU  
*CYBERLOAFING* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR**

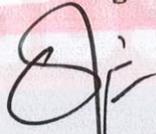
**Disusun dan diajukan oleh:**

**DIXIE DEAN LAKKA**

**4519091018**

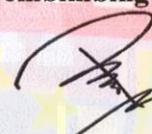
Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji  
Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar  
Pada Agustus tahun 2023

**Pembimbing I**



Arie Gunawan H.Z., M.Psi., Psikolog  
NIDN : 0931108003

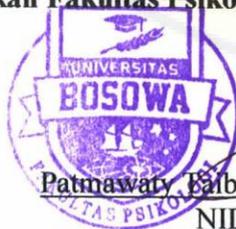
**Pembimbing II**



Musawwir, S.Psi., M.Pd  
NIDN : 0927128501

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar**



Patnawaty, Falbe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

## HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI HASIL PENELITIAN

Telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim Penguji Ujian Hasil Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar untuk dilaksanakan seminar ujian Hasil Penelitian sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi program strata satu (S1) Psikologi terhadap atas nama:

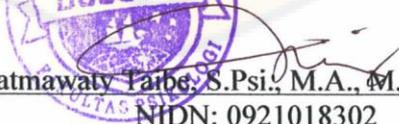
Nama : Dixie Dean Lakka  
NIM : 4519091018  
Program Studi : Psikologi  
Judul : Pengaruh *Self Regulated Learning* Terhadap Perilaku *Cyberloafing* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar

### Tim Penguji

### Tanda Tangan

1. Arie Gunawan H.Z., M.Psi., Psikolog (.....)
2. Musawwir, S.Psi., M.Pd (.....)
3. A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si (.....)
4. Muh. Fitrah Ramadhan Umar, S.Psi., M.Si (.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

  
Patmawaty Tarbe, S.Psi., M.A., M.Sc., Ph. D.  
NIDN: 0921018302

## PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Self Regulated Learning* Terhadap Perilaku *Cyberloafing* Pada Mahasiswa Di Kota Makassar” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya dari peneliti sendiri, bukan hasil plagiat. Peneliti siap menanggung risiko/sanksi apabila ternyata ditemukan adanya perbuatan tercela yang melanggar etika keilmuan dalam karya yang telah peneliti buat, termasuk adanya klaim dari pihak terhadap keaslian penelitian ini.

Makassar, 21 Agustus 2023



Dixie Dean Lakka  
NIM: 4519091018

## **PERSEMBAHAN**

Puji Syukur saya panjatkan ke Hadirat Tuhan Yesus Kristus.

Karya ini saya persembahkan untuk peneliti sendiri, kedua orang tua, keluarga,  
dosen-dosen, dan teman-teman seperjuangan saya.



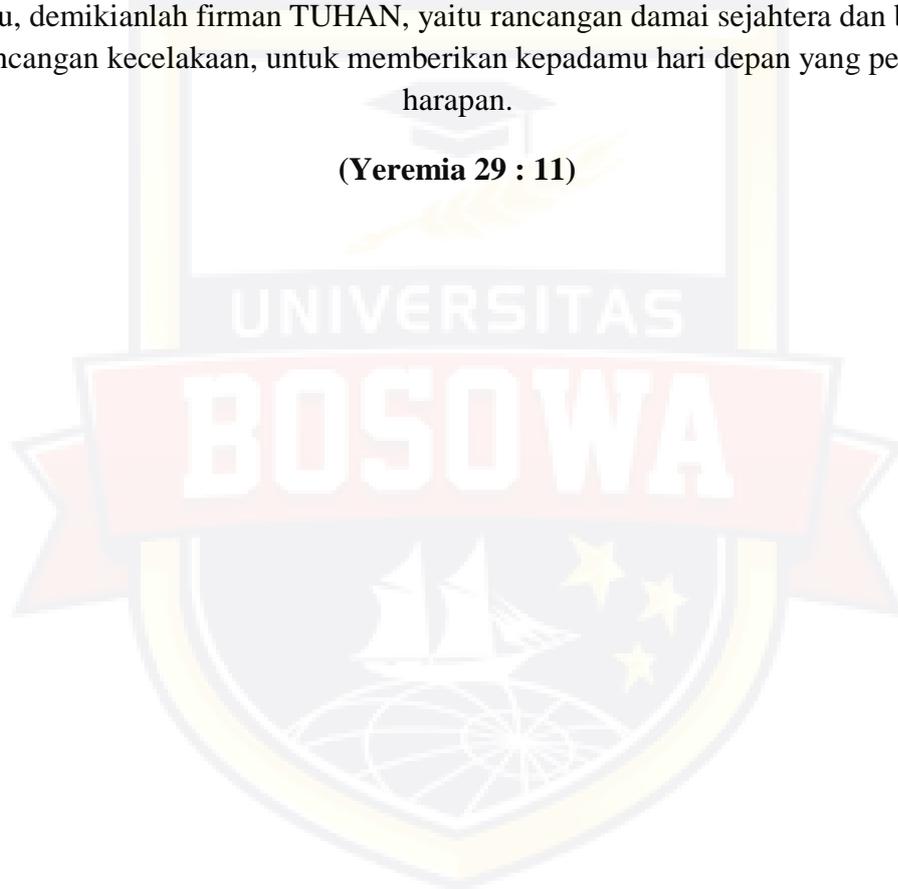
## **Motto**

Takut akan Tuhan adalah permulaan pengetahuan, tetapi orang bodoh menghina hikmat dan didikan.

**(Amsal 1 : 7)**

Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.

**(Yeremia 29 : 11)**



## ABSTRAK

### PENGARUH *SELF-REGULATED LEARNING* TERHADAP PERILAKU *CYBERLOAFING* PADA MAHASISWA DI KOTA MAKASSAR

Dixie Dean Lakka

4519091018

Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar

[dixiedean.lakka@gmail.com](mailto:dixiedean.lakka@gmail.com)

Perilaku *cyberloafing* adalah perilaku memanfaatkan akses internet pribadi untuk membuka hal-hal yang tidak terkait pembelajaran saat belajar sedang berlangsung, seperti membuka sosial media, mendengarkan lagu, belanja online, dan lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di kota Makassar. Adapun jumlah sampel pada penelitian ini adalah 395 responden. Penelitian ini menggunakan 2 skala, yakni skala *cyberloafing* yang telah diadaptasi oleh Ermida Simanjuntak, Fajrianthi, Urip Purwono, Rahkman Ardi dari teori Akbulut (2016), dan skala *self regulated learning* yang peneliti susun sendiri berdasarkan teori Zimmerman (2002). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis nihil yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di kota Makassar ditolak.

**Kata Kunci :** Perilaku *Cyberloafing*, *Self-regulated learning*, mahasiswa

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF SELF REGULATED LEARNING ON CYBERLOAFING BEHAVIOR OF STUDENTS IN MAKASSAR CITY

**Dixie Dean Lakka**

**4519091018**

**Psychology Faculty of Bosowa University**

**[dixiedean.lakka@gmail.com](mailto:dixiedean.lakka@gmail.com)**

Cyberloafing behavior is the behavior of using personal internet access to open things that are not related to learning while learning is in progress, such as opening social media, listening to songs, shopping online, and others. This study aims to see whether there is an effect of self-regulated learning on cyberloafing behavior among students in the city of Makassar. The number of samples in this study were 395 respondents. This study uses 2 scales, namely the cyberloafing scale which has been adapted by Ermida Simanjuntak, Fajrianti, Urip Purwono, Rahkman Ardi from Akbulut's theory (2016), and the self-regulated learning scale which the researchers compiled themselves based on Zimmerman's theory (2002). The research approach used is a quantitative approach using simple regression analysis techniques. The results showed that the null hypothesis which stated that there was no effect between self-regulated learning on cyberloafing behavior among students in Makassar was rejected.

**Key Words :** *Cyberloafing* behavior, self-regulated learning, students

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa. Atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi tepat waktu dengan judul “Pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Mahasiswa di Kota Makassar”. Tentunya penyelesaian skripsi ini merupakan salah satu syarat utama untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Bosowa Makassar.

Penelitian ini mengandung banyak rintangan dan tantangan yang terjadi dan dirasakan oleh peneliti. Namun, peneliti merasa kuat berkat dukungan, doa, arahan, kritik dan saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang memampukan peneliti, memberikan kekuatan dan kesehatan untuk bisa menjalani rangkaian tahap penelitian ini.
2. Kepada kedua orang tua saya yang memberikan doa dan dukungan penuh selama peneliti melakukan penelitian.
3. Kepada kakak-kakak dan adik saya yang juga mendukung selama peneliti melakukan penelitian.
4. Kepada Ibu Minarni, S.Psi., M.A selaku dosen penasihat akademik peneliti yang dari selama perkuliahan memberikan arahan dan bantuan kepada peneliti.
5. Kepada Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang senantiasa memberikan bimbingan dengan sabar dan

ikhlas, dan tidak lupa dengan arahan, kritik, dan saran yang membangun bagi penelitian peneliti.

6. Kepada Bapak Musawwir, S.Psi., M.Pd selaku dosen pembimbing 2 yang juga senantiasa memberikan bimbingan kepada peneliti dengan sabar dan ikhlas baik itu melalui offline dan online, tidak lupa juga dengan arahan, kritik dan saran yang sangat membangun bagi penelitian peneliti.
7. Kepada Ibu A. Nur Aulia Saudi, S.Psi., M.Si selaku dosen penguji 1 yang memberikan masukan, arahan, serta saran yang membangun bagi penelitian ini sehingga peneliti dapat mempertimbangkan hal tersebut.
8. Kepada Bapak Muh. Fitrah Ramadhan Umar, S.Psi., M.Si selaku dosen penguji 2 yang memberikan masukan, arahan, serta saran yang membangun bagi penelitian ini sehingga peneliti dapat mempertimbangkan hal tersebut.
9. Kepada seluruh dosen fakultas psikologi Universitas Bosowa yang selama ini telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
10. Kepada para staf tata usaha yang sangat baik, dan ramah sehingga proses administrasi dapat berlangsung dengan baik.
11. Kepada Fernanda Aurelya Wowor sebagai teman saya yang paling dekat, terima kasih telah menjadi teman diskusi, teman berkelahi, teman berbagi.
12. Kepada Nurfadhillah Salahuddin sebagai teman dekat saya yang selalu merepotkan, bersedia menjemput saya di kuburan, dan tempat bercerita saya.
13. Kepada Devya Rahayu & Tiara Kalaha yang senantiasa menemani dari semester awal hingga semester akhir.

14. Kepada teman-teman sejoli lapet berbahagia yakni Dila, Devya, Nanda dan Tiara, terima kasih telah menemani, memberikan semangat, membantu, mendengar keluh kesah, dan banyak hal lainnya yang telah dilakukan bersama.
15. Kepada Black Team yakni Indra, Lulu, dan Nanda, terima kasih telah membantu peneliti dalam berdiskusi, mengolah data, dan lainnya.
16. Kepada Malino Squad, yang pertama kalinya ke Malino tiba-tiba di tanggal 1 Juni 2022 dengan alasan foto buat eksperimennya Tiara.
17. Kepada seluruh anak kelas A angkatan 2019 terima kasih telah menemani selama perkuliahan.
18. Kepada seluruh responden penelitian yang turut andil dalam menyelesaikan penelitian ini.

Makassar, 21 Agustus 2023

Dixie Dean Lakka

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSYARATAN ORISINALITAS SKRIPSI .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis .....	9
<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS .....</b>	<b>10</b>
2.1 <i>Cyberloafing</i> .....	10
2.1.1 Definisi <i>Cyberloafing</i> .....	10
2.1.2 Aspek <i>Cyberloafing</i> .....	11
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberloafing</i> .....	13
2.1.4 Dampak dari <i>Cyberloafing</i> .....	15
2.1.5 Pengukuran <i>Cyberloafing</i> .....	17
2.2 <i>Self Regulated Learning</i> .....	19
2.2.1 Definisi <i>Self Regulated Learning</i> .....	19
2.2.2 Aspek <i>Self Regulated Learning</i> .....	20
2.2.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i> .....	22
2.2.4 Dampak dari <i>Self Regulated Learning</i> .....	24
2.2.5 Pengukuran <i>Self Regulated Learning</i> .....	26
2.3 Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> terhadap perilaku <i>Cyberloafing</i> pada mahasiswa di Kota Makassar .....	27
2.4 Hipotesis Penelitian.....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1 Pendekatan Penelitian .....	31
3.2 Variabel Penelitian .....	31
3.3 Definisi Variabel .....	31
3.3.1 Definisi Konseptual .....	31
3.3.2 Definisi Operasional .....	32
3.4 Populasi dan Sampel .....	32
3.4.1 Populasi.....	32
3.4.2 Sampel .....	33
3.4.3 Teknik Pengambilan Sampel .....	33

3.5 Teknik Pengambilan Data .....	33
3.5.1 Skala <i>Cyberloafing</i> .....	33
3.5.2 Skala <i>Self Regulated Learning</i> .....	34
3.6 Uji Instrumen.....	35
3.6.1 Uji Validitas.....	35
3.6.2 Uji Reliabilitas .....	36
3.7 Teknik Analisis Data.....	36
3.7.1 Analisis Deskriptif .....	36
3.7.2 Uji Asumsi .....	36
3.7.3 Uji Hipotesis .....	37
3.8 Prosedur Penelitian.....	38
3.9 Jadwal Penelitian.....	39
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>47</b>
4.1 Hasil Analisis .....	47
4.1.1 Deskriptif Variabel Penelitian Berdasarkan Tingkat Skor ...	47
4.1.2 Deskriptif Variabel Penelitian Berdasarkan Demografi.....	49
4.1.3 Uji Hipotesis.....	54
4.2 Pembahasan.....	56
4.3 Limitasi Penelitian.....	61
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>40</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Demografi Sampel .....	33
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> skala <i>cyberloafing</i> .....	35
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> skala <i>self regulated learning</i> .....	36
Tabel 3.4 Blue Print Skala <i>Cyberloafing</i> Setelah Uji Coba.....	38
Tabel 3.5 Blue Print Skala <i>Self Regulated Learning</i> Setelah Uji Coba .....	39
Tabel 3.6 Reliabilitas Alat Ukur .....	40
Tabel 3.7 Normalitas Alat Ukur.....	43
Tabel 3.8 Linearitas Alat Ukur.....	43
Tabel 3.9 Jadwal Penelitian.....	46
Tabel 4.1 Kategori Skor .....	47
Tabel 4.2 Hasil Analisis Skor <i>Cyberloafing</i> .....	47
Tabel 4.3 Hasil Kategorisasi Skor Tingkatan <i>Cyberloafing</i> .....	48
Tabel 4.4 Hasil Analisis Skor <i>Self Regulated Learning</i> .....	48
Tabel 4.5 Hasil Kategorisasi Skor Tingkatan <i>Self Regulated Learning</i> .....	49
Tabel 4.6 Deskriptif <i>Cyberloafing</i> Berdasarkan Demografi .....	50
Tabel 4.7 Deskriptif <i>Self Regulated Learning</i> Berdasarkan Demografi .....	52
Tabel 4.8 Hasil Analisis Uji Hipotesis .....	55
Tabel 4.9 Hasil Koefisien Pengaruh <i>Self Regulated Learning</i> terhadap Perilaku <i>Cyberloafing</i> .....	56



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir .....	29
Gambar 3.1 Q-Q Plot <i>Cyberloafing</i> .....	63
Gambar 3.2 Q-Q Plot <i>Self Regulated Learning</i> .....	63



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .....	70
Lampiran 2 .....	73
Lampiran 3 .....	78
Lampiran 4 .....	81
Lampiran 5 .....	91
Lampiran 6 .....	93



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Zaman sekarang tidak dapat dipungkiri bahwa internet telah berdampak pada berbagai demografi saat ini, termasuk anak-anak, remaja, dewasa, dan lainnya. Menurut Ginting, et al., (2022) internet merupakan sebuah istilah dari singkatan *interconnection networking* yang mengacu pada jaringan komputer di seluruh dunia yang terhubung satu sama lain. Rahmati, dkk (2018) menjelaskan bahwa gabungan antara *smartphone* dan internet dapat memudahkan komunikasi maupun untuk konsumsi hal lainnya. Apalagi aplikasi maupun fitur-fitur yang tersedia di *smartphone* semakin hari semakin menarik perhatian, ditambah dengan perkembangan jaringan internet menjadi 5G.

Hasil survei yang telah diselenggarakan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menunjukkan jumlah pengguna internet di Indonesia tahun 2022 kini menyentuh angka 77,02% atau sekitar 210.026.769 jiwa. Sementara itu, di awal tahun 2022 berdasar pada laporan perusahaan riset Data Reportal menyatakan bahwa jumlah perangkat *smartphone* yang terhubung dengan internet di Indonesia menembus angka 370,1 juta jiwa, diyakini bahwa jumlah tersebut meningkat 13 juta dari tahun sebelumnya. Aspek-aspek dalam kehidupan manusia telah dijangkau oleh internet, seperti pekerjaan, perbelanjaan, berita, transportasi, bermain sosial media, bahkan penggunaan internet tidak luput dari dunia pendidikan, terkhusus pada mahasiswa.

Berdasarkan *Undang-Undang No 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi* (Indonesia) bahwa mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Pendidikan Tinggi. Siswoyo (2007) menyatakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang sedang mengikuti program pendidikan tinggi di perguruan tinggi swasta atau negeri. Adanya internet memberikan dampak positif bagi mahasiswa seperti mahasiswa dapat mencari materi-materi, jurnal, makalah, buku, dan lainnya melalui perpustakaan elektronik (Maryono & Istiana, 2008), mencari informasi lainnya di *search engine* (Rasul, 2008), serta mempermudah dalam berkomunikasi dengan dosen dan juga tetap memantau informasi dari dosen (Morgan, 2012).

Mahasiswa yang senang dengan kemudahan internet, akan mengakibatkan mahasiswa melupakan kewajibannya sebagai pelajar, penggunaan selama berjam-jam untuk berselancar di dunia *online* dapat membuat individu melupakan aktivitas lainnya, serta menurunnya kesejahteraan psikologis (Liu & Potenza, 2007), dan membuka hal yang tidak memiliki kaitan dengan aktifitas yang sedang dilakukan, termasuk saat sedang proses pembelajaran di dalam kelas. Sholikah & Saifuddin (2013) mengemukakan bahwa penggunaan internet dengan tujuan mengakses jejaring sosial pada saat jam pelajaran akan membawa dampak negatif seperti menurunnya motivasi belajar.

Aktifitas mahasiswa yang berfokus mengakses internet selama pembelajaran merupakan hal yang tidak sesuai dengan harapan dan aturan dosen. Berdasarkan hasil survey dan wawancara terhadap 5 dosen di

Perguruan Tinggi di Makassar, terdapat 2 dosen membuat aturan bahwa selama pembelajaran berlangsung tidak boleh memainkan *smartphone*, dan *smartphone* harus dalam mode getar selama pembelajaran, agar proses belajar tidak terganggu, 3 dosen lainnya memiliki harapan bahwa seharusnya mahasiswa memberi perhatian penuh dan fokus terhadap pembelajaran, agar materi-materi yang disampaikan dapat tersampaikan dengan baik, namun untuk penggunaan *smartphone* dengan akses internet diperbolehkan hanya ketika mencari referensi yang berkaitan dengan pembelajaran saat itu juga.

Akan tetapi pada kenyataannya, berdasarkan pada data awal yang diperoleh peneliti menunjukkan bahwa 29 orang mengakui mengakses internet melalui *smartphone* ketika masih mengikuti kegiatan perkuliahan. Adapun alasan mahasiswa dalam mengakses internet yakni bosan, merasa lelah, malas, materi yang kurang menarik, tidak ada motivasi belajar, lebih memilih bermain *smartphone*, memainkan *smartphone* karena terdapat informasi atau notifikasi yang penting dan tidak *mood* untuk belajar. Hal yang dilakukan mahasiswa dalam mengakses internet melalui *smartphone* selama jam pelajaran membuka sosial media, bermain *game*, membuka situs belanja.

Fenomena dimana mahasiswa menggunakan internet untuk mengakses hal lain di luar akademik selama pembelajaran berlangsung disebut dengan *cyberloafing*. Fenomena *cyberloafing* awalnya terlihat di ranah dunia kerja, yakni pekerja atau pegawai yang menggunakan internet dengan

tujuan mengakses kepentingan pribadi yang tidak berkaitan dengan pekerjaannya (Lim, 2002). Setelah itu, fenomena ini diteliti di ranah pendidikan, Kalayci (dalam Akbulut, 2016) menyatakan bahwa *cyberloafing* merupakan perilaku pelajar secara sengaja menggunakan internet untuk membuka hal-hal atau situs yang tidak penting dan tidak relevan selama pembelajaran dalam kelas. Perilaku *cyberloafing* adalah penggunaan internet saat perkuliahan berlangsung dan mengakses hal-hal yang tidak ada kaitannya dengan pembelajaran (Akbulut dkk., 2016).

Perilaku-perilaku yang mengindikasikan *cyberloafing* adalah melakukan aktivitas *emailing*, bertukar pesan dengan orang lain atau *chatting*, melihat postingan di sosial media, membuka laman perbelanjaan *online*, menonton video atau mendengar musik secara *online*, dan bermain *game* (Akbulut, 2016). Dan juga mahasiswa akan membuka hal yang menjadi hiburan bagi dirinya dengan menggunakan internet (Blanchard & Henle, 2008). Berdasarkan survei penelitian yang telah dilakukan Anam & Pratomo (2019) pada 42 mahasiswa di salah satu Universitas Negeri di kota Semarang membuktikan bahwa hasil persentase mahasiswa yang pernah melakukan *cyberloafing*, yakni 100%. Sejalan dengan hal tersebut, terdapat juga survei yang telah dilakukan Bela (2020) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang yang mengungkap berapa persentase mahasiswa dalam melakukan perilaku *cyberloafing* saat perkuliahan sedang berlangsung yakni sebanyak 98,2%.

Perilaku *cyberloafing* ini berdampak menghambat aktivitas lainnya. Mahasiswa yang terlalu banyak menghabiskan waktu dengan mengakses internet, maka akan menyita perhatian dan waktunya, dan hal tersebut akan menimbulkan dampak negatif dari perilaku *cyberloafing*. Perilaku *cyberloafing* yang tiada hentinya dapat menuntun individu menjadi pribadi yang mengalami adiksi *smartphone* (Gokcearslan, et al., 2016). Perilaku *cyberloafing* juga berdampak terhadap performa dan indeks prestasi mahasiswa, karena perhatian dan kemampuan yang tidak fokus terhadap pembelajaran (Wu, Mei & Ugrin, 2017). Perilaku *cyberloafing* memiliki hubungan negatif dengan fokus siswa di kelas dan perhatian yang tidak tertuju pada pembelajaran (Taneja, et al., 2015). Perilaku *cyberloafing* juga dapat memberi dampak terhadap kinerja akademik siswa dengan mengalihkan perhatian selama proses belajar, dan akan mengarah ke perilaku yang tidak kooperatif (Soh & Yeik, 2018).

Berdasarkan pada literatur, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberloafing* melalui hasil penelitian, sebagai berikut *self regulation* (Prasad, Lim, & Chen, 2010; Gokcearslan, et al., 2016), demografis (Ozcan, Gokcearslan, & Yuksel, 2017; Peng, 2022), intensitas penggunaan internet (Gokcearslan, et al., 2016; Gunawan, Lasimon, & Sihombing, 2020), persepsi (Sucipto & Purnamasari, 2020), kontrol diri (Peng, 2022), adiksi atau kecanduan internet (Keser, Kavuk, & Numanoglu, 2016). Kemudian diperkuat oleh Prasad, Lim, & Chen (2010) bahwa faktor penting penentu terjadinya perilaku *cyberloafing* adalah *self*

*regulation*. Menurut Zimmerman (1989) *self regulation* adalah kemampuan dalam mengelola diri baik dari pikiran, perasaan maupun perilaku sebagai strategi dalam mencapai tujuan diri.

Menurut Wei, Wang, & Klausner (2012) mengatakan mahasiswa dengan skor *self regulation* tinggi akan berkonsentrasi dan memperhatikan apa yang mereka pelajari di kelas, sedangkan mahasiswa dengan skor *self regulation* rendah akan lebih suka bermain game di smartphone mereka. *Self regulation* dalam *setting* pendidikan merupakan *self regulated learning*. *Self regulated learning* adalah suatu kemampuan pelajar dalam berperan aktif dalam pembelajaran yang sedang berlangsung, baik secara metakognisi, motivasi, maupun secara perilaku (Zimmerman, 2004).

Zimmerman (1989) menyatakan bahwa apabila mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi, maka mereka akan menyadari bahwa terdapat tujuan belajar yang hendak dicapai sehingga mereka akan berusaha mengontrol dirinya, lingkungan belajarnya, lingkungan sekitarnya, sehingga tidak mudah untuk terdistrak oleh sekitar, dan perilaku cyberloafing tidak akan terjadi selama pembelajaran. Sebaliknya menurut Strunk & Steele (2011) mahasiswa yang memiliki *self regulated learning* yang rendah cenderung menampakkan cara belajar yang negatif seperti memiliki efikasi diri yang rendah dan melakukan prokrastinasi.

Hal tersebut didukung oleh temuan penelitian yang dilakukan Dewi (2016) ditemukan bahwa pada mahasiswa UKWMS angkatan 2013-2015 terdapat hubungan yang bersifat negatif antara *self regulated learning*

dengan perilaku *cyberloafing*. Artinya, semakin tinggi *self regulated learning* yang pada mahasiswa, maka perilaku *cyberloafing* akan semakin rendah. Didukung pula dengan temuan yang dilakukan oleh Simanjuntak, Nawangsari & Ardi (2019) menyatakan bahwa *self regulated learning* memiliki pengaruh positif sebanyak 18% terhadap perilaku *cyberloafing*.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Makassar. Penelitian ini penting untuk dilakukan karena masih banyak mahasiswa yang melakukan perilaku *cyberloafing* saat pembelajaran sedang berlangsung, karena mengingat bahwa perilaku tersebut sangatlah mengganggu konsentrasi mahasiswa sehingga materi yang disampaikan tidak akan diterima dengan baik, dan juga masih sedikitnya penelitian mengenai pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada penjelasan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah adalah “Apakah terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar?”

### 1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar.

### 1.4. Manfaat Penelitian

#### 1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan terlebih bagi ilmu Psikologi Pendidikan mengenai perilaku *cyberloafing* dan *self regulated learning*.
2. Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan terkait dengan *cyberloafing* dan *self regulated learning* pada mahasiswa.

#### 1.4.2. Manfaat Praktis

##### a. Manfaat bagi Partisipan Penelitian

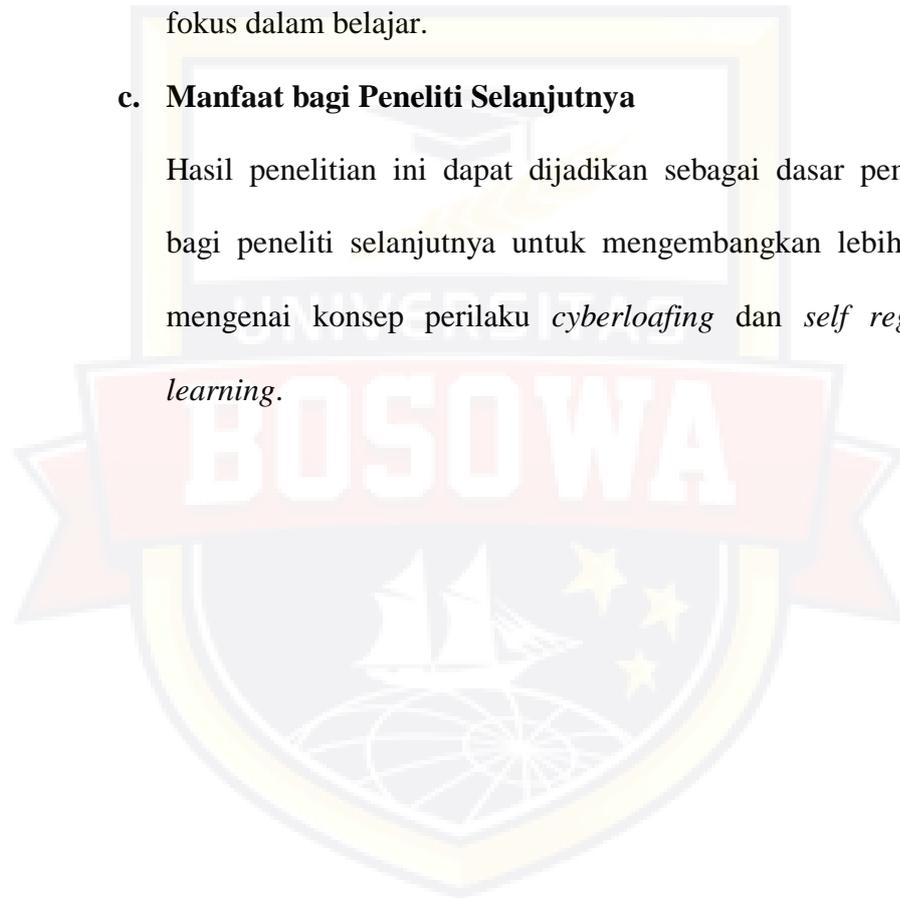
Melalui hasil penelitian ini memberikan pemahaman mengenai pentingnya untuk tidak melakukan perilaku *cyberloafing* saat proses pembelajaran sedang berlangsung, dan juga pentingnya *self regulated learning* dalam mencapai tujuan pembelajaran.

**b. Manfaat bagi Dosen**

Melalui hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan kepada dosen untuk meningkatkan serta menumbuhkan motivasi dalam pembelajaran, dan menggunakan metode-metode pembelajaran yang dapat membuat mahasiswa menjadi fokus dalam belajar.

**c. Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar pemikiran bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan lebih lanjut mengenai konsep perilaku *cyberloafing* dan *self regulated learning*.



## BAB II LANDASAN TEORI

### 2.1. *Cyberloafing*

#### 2.1.1. Definisi *Cyberloafing*

*Cyberloafing* merupakan sebuah istilah yang awal mula dicetuskan oleh Lim (2002) yang ditujukan pada ranah pekerjaan atau organisasi, dimana perilaku tersebut menunjukkan perilaku pekerja yang menggunakan internet untuk berselancar di dunia virtual demi kepentingan pribadi yang tidak berkaitan dengan pekerjaan. Sedangkan menurut Robbins & Judge (2008) *cyberloafing* adalah perilaku individu yang memanfaatkan internet selama jam kerja demi kepentingan pribadi.

Perilaku *cyberloafing* tidak hanya dalam ranah pekerjaan, namun terjadi juga di lingkungan pendidikan, termasuk perguruan tinggi. *Cyberloafing* dalam lingkungan pendidikan adalah perilaku mahasiswa yang menggunakan internet untuk kepentingan pribadi seperti *sharing*, berbelanja *online*, *real time updating*, akses konten *online*, dan bermain *game* yang tidak berhubungan dengan pembelajaran yang sedang berlangsung (Akbulut, et al., 2016). Bahkan *cyberloafing* memiliki istilah lain dalam lingkungan pendidikan, seperti *junk computing* dan *cyberslacking* (Lim, 2002).

*Cyberloafing* adalah suatu perilaku pekerja dalam menggunakan internet dan menggunakan *email* yang tidak memiliki kaitan dengan pekerjaan yang sedang dilakukan (Blanchard & Henle,

2008). Sedangkan menurut Prasad, et al., (2010) *cyberloafing* adalah perilaku mahasiswa yang menggunakan internet untuk mengakses hal-hal personal saat pembelajaran sedang berlangsung, dimana mahasiswa tidak menaruh perhatian bahkan tidak berkonsentrasi terhadap pembelajaran.

Dari beberapa pemaparan pengertian di atas, maka peneliti memilih teori *cyberloafing* dari Akbulut, et al., (2016) dimana perilaku *cyberloafing* yang dijelaskan dan juga aspeknya sangat sesuai dengan kondisi yang ditemukan di lapangan saat mencari data awal. Bahkan, Akbulut, et al., (2016) juga melakukan konstruk alat ukur berdasarkan teori yang telah dipaparkan.

### **2.1.2. Aspek *Cyberloafing***

Akbulut, et al., (2016) menyusun 5 aspek yang menggambarkan konstruk *cyberloafing* dalam *setting* pendidikan, yaitu :

#### **1. *Sharing***

Merujuk pada aktivitas individu di media sosial seperti melihat atau melihat *postingan* di akun media sosial milik teman atau orang lain, melihat foto atau video yang dibagikan melalui media sosial, membagikan konten personal maupun umum di media sosial, memberikan komentar di media sosial, dan aktivitas *chatting* dengan teman melalui aplikasi *Whatsapp*, *Line*, *Telegram*, dan aplikasi media sosial lainnya.

## 2. *Shopping*

*Shopping* merupakan aktivitas membeli sebuah barang atau jasa dari seorang penjual yang dilakukan pada saat itu juga. Perilaku yang mengindikasikan aspek ini adalah aktivitas yang mengacu berkaitan dengan berbelanja atau membeli produk secara *online*, mengunjungi aplikasi belanja *online*, tidak lupa mengecek dan menggunakan layanan *m-banking*.

## 3. *Real Time Updating*

*Real time updating* merupakan kegiatan individu dalam memperoleh, membagikan dan merespon informasi mengenai hal-hal baru atau yang sedang menjadi perbincangan panas melalui media sosial. Aktivitas ini seperti mengecek dan memberi komentar terhadap hal yang saat ini menjadi *trending topic* di media sosial, memperbaharui atau membagikan status terkini secara *real-time* di media sosial.

## 4. *Accessing Online Content*

Aspek ini menjelaskan bagaimana perilaku individu dalam mengakses konten online melalui berbagai perangkat. Perilaku yang mengindikasikan aspek *accessing online content* merupakan aktivitas mengunjungi berbagai konten secara online seperti mengunduh dan mendengarkan musik, film, video secara *online*, menonton video secara *online*, mendengarkan musik melalui aplikasi gratis atau berbayar.

## 5. *Gaming/gambling*

*Gaming/gambling* adalah perilaku dalam bermain *game* dan melakukan perjudian secara *online*. Aspek ini memiliki indikasi perilaku seperti mengacu pada aktivitas membuka aplikasi atau situs *game*, bermain *game* secara *online*, mengakses aplikasi atau situs taruhan online, melakukan judi *online*.

### 2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Cyberloafing*

Berdasarkan dari beberapa hasil penelitian terdapat faktor yang mempengaruhi timbulnya perilaku *cyberloafing*, yaitu :

#### 1. *Self Regulation*

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti & Margaretha (2016) menyatakan bahwa *self regulation* memiliki pengaruh terhadap perilaku *cyberloafing* dengan nilai sebesar 2,6%. Didukung pula dengan hasil penelitian Anugrah & Margaretha (2013) menunjukkan bahwa *self regulation* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *cyberloafing* dengan nilai koefisien determinasi 5,6%. Hal ini diyakini bahwa *self regulation* dapat mencegah timbulnya perilaku *cyberloafing*.

#### 2. Demografis

Anam & Prastomo (2020) melalui hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan perilaku *cyberloafing*,

dimana laki-laki lebih sering melakukan perilaku *cyberloafing* daripada perempuan. Namun hal tersebut berlawanan dengan hasil penelitian Knight (2017) menunjukkan terdapat perbedaan perilaku *cyberloafing*, dimana perempuan lebih sering melakukan perilaku *cyberloafing* dibanding laki-laki.

### 3. Persepsi

Hasil temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Sucipto & Purnamasari (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara persepsi mahasiswa terhadap gaya mengajar dosen dengan *cyberloafing*, dimana semakin positif persepsi mahasiswa maka perilaku *cyberloafing* cenderung semakin rendah. Persepsi positif terhadap dosen dapat meningkatkan minat belajar mahasiswa, yakni mahasiswa akan sebisa mungkin membatasi penggunaan gadget untuk kepentingan pribadi selama perkuliahan (Kardo & Yuzarion, 2017).

### 4. Durasi Penggunaan Internet

Hasil temuan dalam penelitian Simanjuntak, Nawangsari & Ardi (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan berinternet mahasiswa terhadap perilaku *cyberloafing*. Didukung pula dengan penelitian Baturay (2015) bahwa terdapat pengaruh antara individu yang mengakses internet setiap hari dengan perilaku *cyberloafing*. Semakin tinggi perilaku akses

internet, maka akan individu akan lebih sering melakukan perilaku *cyberloafing*, begitupun sebaliknya.

#### **2.1.4. Dampak dari *Cyberloafing***

Berdasarkan beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat beberapa dampak dari perilaku *cyberloafing* :

##### **1. Stres Akademik**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hamrat, Hidayat & Sumantri (2019) menyatakan bahwa *cyberloafing* bisa menjadi pelarian dalam mengatasi stress akademik, semakin tinggi stres akademik yang dirasakan, maka semakin tinggi pula perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh mahasiswa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dinarti & Satwika (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku *cyberloafing*.

Mahasiswa yang mengalami stres akademik disebabkan oleh karena adanya berbagai tuntutan akademik yang harus dikuasai oleh mahasiswa (Harahap, 2020), sehingga saat mereka tidak mampu dalam beradaptasi dengan keadaan tersebut, maka mahasiswa akan melakukan coping. Coping yang dilakukan oleh yaitu menggunakan internet melalui perangkat elektronik seperti smartphone untuk mengakses sosial media, *chatting*, dan lainnya (Sari & Ratnaningsih, 2018)

## 2. Penurunan Motivasi

Penurunan motivasi sebagai dampak dari perilaku *cyberloafing* yang diteliti oleh Lee, Cho & Kim (2015) menghasilkan bahwa siswa akan kehilangan minat, perhatian dan motivasi diri sebagai akibat dari perilaku terlalu sibuk bermain aplikasi populer pada *smartphone*. Penelitian lainnya dilakukan oleh Arabaci (2017) menemukan bahwa perilaku *cyberloafing* yang dilakukan siswa dapat mengganggu konsentrasi, menurunkannya motivasi dan akan menimbulkan perilaku tidak disiplin.

Hal ini dikarenakan siswa yang tidak bisa mengendalikan penggunaan *smartphone* dalam belajar. Begitu pula dengan adanya *smartphone* membuat individu tidak akan lepas dari hal tersebut, sehingga akan mengakses aplikasi ataupun situs demi kesenangannya. Individu yang terlena dengan kesenangannya akan melupakan tugas utamanya sebagai pelajar. Individu akan menimbulkan perilaku tidak bersungguh-sungguh, tidak mengerjakan tugas, asal-asalan, dan lainnya, yang berarti tidak memiliki motivasi dalam belajar (Widadi & Pramudita, 2018).

## 3. Menurunnya Konsentrasi

Penelitian Prasad, et al., (2010) menyatakan bahwa mahasiswa yang menggunakan internet selama proses pembelajaran, akan mengakibatkan konsentrasi menurun dan

akan berdampak pada kontribusinya di kelas. Hal tersebut didukung oleh penelitian Yilmaz, et al., (2015) yang menyatakan bahwa perilaku *cyberloafing* akan mengakibatkan mahasiswa terhambat dalam kinerja maupun fokusnya dalam proses belajar.

Hasil temuan dari Wu, Mei & Ugrin (2017) menemukan bahwa perilaku *cyberloafing* menyebabkan perhatian dan fokus mahasiswa terganggu. Hal-hal tersebut dikarenakan bahwa mahasiswa tidak mampu dalam mengontrol perilakunya sendiri. Mahasiswa yang tidak mampu mengontrol dirinya, akan menimbulkan perilaku yang tidak sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan (Yilmaz, 2015).

#### **2.1.5. Pengukuran *Cyberloafing***

Beberapa alat ukur yang digunakan untuk mengukur perilaku *cyberloafing*, sebagai berikut :

##### **1. *Cyberloafing Questionnaire of Lim* (2002)**

Alat ukur *cyberloafing* pertama kali disusun oleh Vivien K.G. Lim pada tahun 2002 untuk *setting* pekerjaan. Proses penyusunan alat ukur ini didahului dengan mewawancarai sejumlah pekerja dewasa yang melakukan perilaku *cyberloafing*. Alat ukur ini awalnya memiliki 15 item untuk mengukur *cyberloafing* di tempat kerja dan pre test dilakukan pada 2 orang

dosen dan 15 pekerja dewasa. Setelah itu, terdapat *feedback* yang diterima, akhirnya Lim menggugurkan 4 item karena dinilai kurang sesuai, dan hasil akhirnya hanya menyisakan 11 item. Alat ukur ini terdiri dari 2 aspek seperti, *browsing activities* dan *emailing activities*.

2. *Cyberloafing Questionnaire of Blanchard and Henle* (2008)

Anita L. Blanchard dan Christine A. Henle (2008) menciptakan alat ukur perilaku *cyberloafing* yang terdiri dari 22 item dan 2 aspek, yakni minor *cyberloafing* dan *serious cyberloafing*. *Minor cyberloafing* terdiri dari perilaku seperti melihat situs berita, finansial dan olahraga. Sementara itu, untuk *serious cyberloafing* terdiri dari perilaku mengakses situs dewasa, mengunduh video dewasa, dan mengunjungi situs taruhan, dan lainnya.

3. *The Five Factor Cyberloafing Scale by Akbulut, et al.,* (2016)

Akbulut, et al., (2016) mengembangkan alat ukur baru mengenai perilaku *cyberloafing* yang terjadi dalam ranah pendidikan. Alat ukur tersebut memiliki 30 item yang merepresentasikan 5 aspek, seperti *sharing*, *shopping*, *real time updating*, *accessing online content*, dan *gaming/gambling*. Alat ukur ini memiliki nilai validitas yang cukup baik berdasarkan pada hasil analisis CFA diperoleh nilai RMSEA 0,078, yang

artinya alat ukur ini dikatakan mencapai *good fit*. Sedangkan nilai CFI sebesar 0,96 yang memiliki arti *good fit*.

## **2.2. Self-Regulated Learning**

### **2.2.1. Definisi Self Regulated Learning**

*Self regulation* atau regulasi diri adalah kemampuan dalam mengelola diri sendiri baik itu mencakup pikiran, perasaan dan juga perilaku demi mencapai tujuan diri (Zimmerman, 1989). Sedangkan menurut Pintrich & Groot (1990) *self regulation* adalah proses dalam meregulasi diri sebagai strategi untuk mengatur kognisi dan mengelolas pengetahuan. Saat *self regulation* digunakan dalam mencapai tujuan pembelajaran, maka *self regulation* yang dimaksud adalah *self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajar.

*Self regulated learning* menurut Zimmerman (2004) merupakan kemampuan pelajar dalam meregulasi dirinya sehingga dapat aktif dalam proses belajar, baik secara metakognisi, motivasi, dan perilaku. Sementara itu, *self regulated learning* adalah suatu kemampuan pelajar dalam mengontrol motivasi, tujuan akademik, mampu mengelola sumber daya manusia dan benda, serta bisa meregulasi perilaku dalam proses belajar (Bandura, 1997).

Menurut Ormrod (2009) *self regulated learning* adalah tahap dalam mengatur proses kognitif dalam kegiatan belajar, agar

nantinya dapat mencapai keberhasilan. Wolters, et al., (1998) menyatakan bahwa *self regulated learning* adalah bentuk metode pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada pelajar untuk bebas dalam mengelola secara efektif mengenai pembelajarannya sendiri sehingga mendekati tujuan.

Berdasarkan dari pemaparan pengertian self regulated learning di atas, maka peneliti memilih teori Zimmerman (1989) dimana *self regulated learning* adalah kemampuan dalam mengelola diri sendiri baik itu mencakup pikiran, perasaan dan juga perilaku demi mencapai tujuan diri. Di sisi lain, aspek dari Zimmerman (2000) sangat sesuai dengan gambaran individu yang menjadi subjek data awal.

### **2.2.2. Aspek Self Regulated Learning**

Zimmerman (1989) menjelaskan bahwa terdapat 3 aspek pada *self regulated learning* :

#### **1. Metakognisi**

Metakognisi merupakan suatu proses dalam mengambil keputusan yang akan mengatur pilihan dan juga menggunakan dasar berbagai macam pengetahuan yang telah dimiliki (Zimmerman, 2001). Inti dari metakognisi sendiri adalah bagaimana pelajar dapat merencanakan, mengorganisasi, memonitor diri, serta mengevaluasi diri sendiri selama proses

belajar berlangsung (Zimmerman & Pons, 1986). Artinya dengan metakognisi individu dapat mengetahui kemampuan dan keterbatasannya dalam belajar.

Menurut Zimmerman (1989) perencanaan yakni kemampuan individu dalam merencanakan dan menetapkan tujuan aktivitas belajar. Mengorganisasi informasi yakni kemampuan individu dalam mengelola dan menyusun informasi yang telah diterima terkait untuk meningkatkan pembelajaran. Memonitor diri artinya memantau perilaku dan mencatat hasil selama belajar. Evaluasi adalah inisiatif individu untuk memeriksa kembali hasil belajar mengenai akurasi dan kemajuan pekerjaan mereka.

## 2. Motivasi

Motivasi adalah salah satu aspek penting dalam pembelajaran. Motivasi meliputi segala dorongan yang timbul pada diri individu untuk mencapai tujuan belajar, dan juga memiliki tingkat kepercayaan pada kemampuan diri sendiri. Dorongan untuk mencapai tujuan belajar atau *goal setting* merupakan proses mengarahkan tindakan yang spesifik untuk mencapai tujuan belajar, sementara percaya pada kemampuan diri sendiri adalah keyakinan individu dalam mengatur dan melaksanakan tindakan yang perlu dilakukan untuk mencapai kinerja yang maksimal (Zimmerman, 1989).

### 3. Perilaku

Menurut Zimmerman & Schunk (2001) perilaku adalah berbagai upaya yang dilakukan pelajar dalam mengatur perilaku dirinya dan mengontrol lingkungan fisik maupun sosial yang mendukung aktivitas belajarnya. Zimmerman juga menggunakan istilah *resourcefulness* yang mengartikan upaya pelajar dalam mengontrol lingkungan di sekitarnya yakni membatasi berbagai macam distraksi yang terjadi yang dapat mengganggu kegiatan belajarnya, dan usaha dalam mencari maupun menggunakan referensi, serta memiliki keahlian yang dapat digunakan untuk menguasai materi.

*Resourcefulness* ditandai dengan aktifnya pelajar dalam mencari informasi, mengorganisir lingkungan dan meminimalisir distraktor. Bentuk lainnya dalam perilaku adalah *help seeking*. Zimmerman (1986) menyatakan bahwa terdapat beberapa pihak yang dapat dirujuk dalam tujuan mencari bantuan, seperti teman sebaya, guru, dan orang dewasa lainnya. Sementara menurut Madden (2000) menyatakan bahwa selain manusia, terdapat juga beberapa sumber yang dapat dirujuk seperti perpustakaan dan internet.

### 2.2.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Regulated Learning*

Berdasarkan pada beberapa hasil penelitian faktor yang mempengaruhi *self regulated learning*, sebagai berikut :

#### 1. Lingkungan Sosial

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Paska & Laka (2020) menemukan bahwa terdapat pengaruh lingkungan sosial berupa keterlibatan orang tua, dukungan teman sebaya, dan dukungan guru terhadap strategi *self regulated learning* pada siswa. Keterlibatan dari lingkungan sosial memberikan sumbangsi, seperti keterlibatan orang tua 15,35%, dukungan teman sebaya 32,38%, dan dukungan guru 52,25%. Dapat disimpulkan bahwa sumbangsih terbanyak terdapat pada dukungan guru.

Hal tersebut didukung oleh pernyataan Zimmerman (2008) yang menyatakan bahwa *self regulated learning* memang sangatlah penting disaat pelajar membutuhkan bentuk-bentuk pembelajaran secara personal demi mencapai tujuannya. Namun di sisi lain yang tak kalah penting selain *self regulated learning* yakni belajar dalam bentuk sosial, dimana pelajar juga membutuhkan dan mencari bantuan kepada orang tua, teman sebaya, dan juga guru.

#### 2. Kepribadian *Big Five*

Temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Rosito (2018) yaitu tipe kepribadian *big five* mampu memprediksi secara

signifikan terhadap *self regulated learning*, terlebih pada dimensi kepribadian *conscientiousness* dan *openness*. Dimensi *conscientiousness* mengacu pada perilaku disiplin, pekerja keras, teratur, tertib, merencanakan dan mengorganisir tugas, bertanggung jawab. Sedangkan untuk dimensi *openness* mengacu pada kreatif, inovatif, konsisten dalam mencari pengetahuan melalui pengalaman.

Individu dengan tipe *conscientiousness* menjadi prediktor yang signifikan dalam hubungannya dengan individu yang berhasil mencapai prestasi belajarnya baik di bangku sekolah maupun perguruan tinggi (Surna & Pandeiro, 2014). Sementara, individu dengan tipe *openness* mereka digambarkan dengan individu yang cenderung konsisten dalam mencari pengalaman, dan mampu mengelola pembelajaran, dimana mereka dituntut untuk mencari tahu dan mempelajari berbagai macam sumber pengetahuan guna menunjang sumber daya lainnya.

### 3. *Self Discipline*

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Faidah & Rafsanjani (2021) menemukan bahwa *self discipline* memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap *self regulated learning*. Artinya bahwa peserta didik yang memiliki *self discipline* yang tinggi, maka *self regulated learning* dalam dirinya juga akan tinggi. Begitupun sebaliknya, saat peserta didik memiliki *self*

*discipline* yang rendah, maka *self regulated learning* dalam dirinya juga akan rendah.

Hasil tersebut didukung oleh teori Woolfolk (2008) yang menyatakan bahwa disiplin diri atau *self discipline* merupakan salah satu faktor yang penting dalam mempengaruhi *self regulated learning* dalam diri individu. Peserta didik yang memiliki disiplin diri yang baik, mampu meregulasi dirinya. Peserta didik mampu mencapai tujuan pembelajarannya, dengan mengontrol perilaku, perasaan, dan pikirannya.

#### **2.2.4. Dampak dari *Self Regulated Learning***

Berdasarkan pada beberapa hasil penelitian dampak yang mempengaruhi *self regulated learning*, sebagai berikut :

##### **1. Prestasi Akademik**

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmiyati (2017) menemukan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan antara *self regulated learning* terhadap prestasi belajar siswa. Artinya, jika seorang siswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi maka siswa tersebut mampu dalam menetapkan tujuan, membuat perencanaan dengan baik, dan mempunyai strategi khusus saat belajar serta memiliki prestasi yang tinggi di kelas.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Zimmerman (dalam Ormrod, 2016) yang menyatakan bahwa anak-anak bahkan orang dewasa pun yang menjadi pelajar mampu mengatur diri dengan baik, maka mereka akan lebih bisa dalam menetapkan tujuan-tujuan yang lebih ambisius bagi diri sendiri, dan akan menggunakan strategi-strategi dalam belajar untuk dapat meraih prestasi yang lebih tinggi. Sebaliknya, disaat mereka memiliki *self regulated* rendah, maka cenderung belum menetapkan tujuan, kurang sungguh-sungguh, dan tidak memiliki strategi.

## 2. Prokrastinasi Akademik

Penelitian yang dilakukan oleh Chotimah & Nurmufida (2020) menemukan bahwa terdapat pengaruh negatif antara *self regulated learning* terhadap prokrastinasi akademik mahasiswa. Artinya semakin tinggi *self regulated learning*, maka semakin rendah prokrastinasi akademik mahasiswa. Begitupun sebaliknya, saat mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang rendah, maka prokrastinasi akademik semakin tinggi.

Hal ini disebabkan karena mahasiswa mampu mengatur diri dalam belajar, sehingga mereka mengutamakan kewajibannya sebagai pelajar. Pernyataan tersebut sejalan dengan pernyataan Zimmerman (1990) bahwa dengan adanya *self regulated learning* pelajar mampu mengatur proses belajar secara mandiri, melalui perencanaan, pengaturan dan pencapaian tujuan.

Mahasiswa akan aktif dalam pembelajaran secara metakognisi, motivasi, dan perilaku dan berfokus pada mencapai tujuan belajar, sehingga perilaku prokrastinasi akademik dapat dicegah.

### 3. Kemampuan Berpikir Kritis

Hasil temuan dari penelitian Ghimby (2022) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif antara *self regulated learning* terhadap kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Hale (2012) bahwa kemampuan berpikir kritis sangat penting bagi pelajar sebagai dasar dalam mengambil keputusan bagi karirnya. Perkins & Murphy (2006) berpikir kritis dapat berkembang saat pelajar fokus pada proses belajar yakni dari belajar menuju proses berpikir, bukan pada hasil belajarnya.

#### 2.2.5. Pengukuran *Self Regulated Learning*

Beberapa alat ukur yang digunakan untuk mengukur perilaku *self regulated learning*, sebagai berikut :

##### 1. *Self Regulated Scale* (SRS)

Alat ukur ini dikembangkan oleh Toering (2011) dan berdasar pada teori Zimmerman (1989). Alat ukur ini memiliki 50 item dan terdiri dari 6 subskala yakni *planning*, *monitoring*, *evaluation*, *reflection*, *efforts*, dan *self efficacy*.

##### 2. *Motivated Strategies for Learning Questionnaire* (MSLQ)

Alat ukur MSLQ ini dikembangkan oleh Pintrich et al., (1991) yang terdiri dari 2 bagian yakni skala motivasi yang berisi 31 item dan skala strategi belajar yang berisi 81 item. Selanjutnya alat ukur ini dimodifikasi oleh Peng (2012) dengan jumlah 50 item dan terdiri dari 9 strategi yakni latihan, pengembangan, pengorganisasian, berpikir kritis, pengaturan metakognitif, waktu dan lingkungan belajar, pengaturan usaha, dan pencarian bantuan.

### 3. *Assessing Academic Self Regulated Learning*

Alat ukur ini dibuat oleh Wolters, et al., (2003) dengan tujuan untuk mengukur pengaturan diri dalam belajar. Alat ukur ini merupakan pengembangan dari MSLQ, dimana hendak melihat pengaturan diri dalam belajar secara umum, dan tidak spesifik dalam suatu mata kuliah tertentu.

## **2.3. Pengaruh antara *Self Regulated Learning* terhadap *Cyberloafing***

Kehadiran internet dalam lingkungan pendidikan terutama pada perguruan tinggi memberikan kemudahan bagi mahasiswa, seperti dapat mengakses jurnal, makalah, mencari informasi, membuka laman penginputan KRS, dan lainnya. Di samping kemudahan tersebut, internet menjadikan mahasiswa melupakan kewajibannya sebagai pelajar. Mereka mulai menggunakan internet untuk hal yang tidak relevan dengan pembelajaran, seperti mahasiswa mengakses *game*, membuka aplikasi

belanja *online*, mengirim *chat* kepada teman, menggunakan aplikasi media sosial lainnya yang tidak berhubungan dengan proses belajar yang saat itu dijalani.

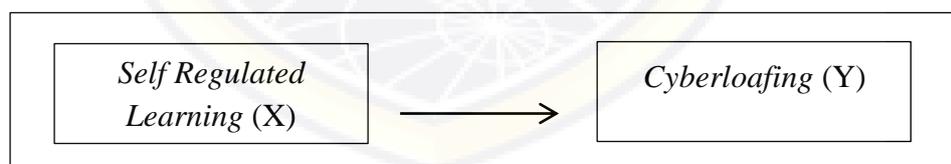
Aktivitas menggunakan internet untuk menjelajahi hal yang tidak memiliki kaitan dengan akademik saat proses pembelajaran berlangsung disebut *cyberloafing* (Akbulut, 2016). Berdasarkan data awal yang telah peneliti kumpulkan sebanyak 29 orang mengakui bahwa mereka mengakses internet melalui *smartphone* saat pembelajaran sedang berlangsung. Adapun alasan mahasiswa dalam mengakses internet adalah bosan, merasa lelah, malas, materi yang tidak menarik, tidak ada motivasi belajar, lebih memilih bermain *smartphone*, terdapat notifikasi sosial media, dan perasaan tidak *mood* untuk belajar. Mahasiswa bahkan mengakses sosial media, bermain *game*, membuka situs belanja.

Berdasarkan pada beberapa hasil penelitian, salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberloafing* adalah *self regulation*. *Self regulation* dalam setting pendidikan disebut dengan *self regulated learning*. *Self regulated learning* adalah kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol dirinya sehingga dapat berperan aktif dalam pembelajaran, baik secara metakognitif, motivasi, dan perilaku (Zimmerman, 1989). Apabila mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi maka mereka akan menyadari bahwa terdapat tujuan belajar yang hendak dicapai sehingga mereka akan berusaha mengontrol dirinya, lingkungan belajarnya, lingkungan sekitarnya, sehingga tidak mudah

untuk terdistrak oleh sekitar, dan perilaku *cyberloafing* tidak akan terjadi selama pembelajaran (Zimmerman 1989).

Pengaruh self regulation learning terhadap perilaku *cyberloafing* terlihat pada data awal, dimana terdapat beberapa alasan mahasiswa mengakses internet untuk hal yang tidak berkaitan dengan pembelajaran yang sedang berlangsung, seperti tidak ada motivasi belajar, lebih memilih bermain smartphone, membuka notifikasi sosial media, materi yang tidak menarik. Dari alasan tersebut membuat mahasiswa melupakan tujuannya sebagai pelajar, dan mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mengakses internet dan membuka hal yang bersifat personal.

Berdasarkan pada pemaparan kerangka berpikir di atas, maka peneliti menduga bahwa terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *academic cyberloafing* pada mahasiswa. Penjelasan dapat digambarkan melalui bagan berikut :



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir

Keterangan :

—————> : Pengaruh

#### 2.4. Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah adanya pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di kota Makassar

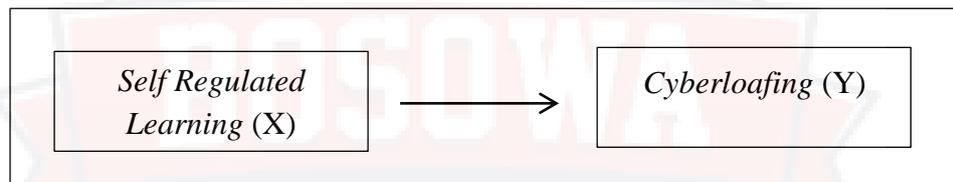
## BAB III METODE PENELITIAN

### 3.1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional.

### 3.2. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah *cyberloafing* dan *self regulated learning*. Variabel independen yaitu *self regulated learning*, dan variabel dependen yaitu *cyberloafing*.



### 3.3. Definisi Variabel

#### 3.3.1. Definisi Konseptual

##### a. *Cyberloafing*

*Cyberloafing* dalam lingkungan pendidikan adalah perilaku mahasiswa yang menggunakan internet untuk kepentingan hal pribadi seperti *sharing*, berbelanja *online*, *real time updating*, akses konten *online*, dan bermain *game* yang tidak berhubungan dengan pembelajaran yang sedang berlangsung (Akbulut, et al., 2016).

b. *Self Regulated Learning*

*Self regulated learning* menurut Zimmerman (2004) merupakan kemampuan pelajar dalam meregulasi dirinya sehingga dapat aktif dalam proses belajar, baik secara metakognisi, motivasi, dan perilaku.

**3.3.2. Definisi Operasional**

a. *Cyberloafing*

Perilaku *cyberloafing* adalah perilaku mahasiswa yang menggunakan internet untuk mengakses sosial media, membuka situs hiburan, bermain game online, maupun mengakses hal lainnya di luar akademik saat proses belajar sedang berlangsung.

b. *Self Regulated Learning*

*Self regulated learning* merupakan kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam mengatur diri sendiri melalui pikiran, perasaan, dan perilaku dalam belajar, agar dapat mencapai tujuan belajar.

**3.4. Populasi dan Sampel**

**3.4.1. Populasi**

Penelitian ini menggunakan sekelompok populasi yakni mahasiswa aktif di kota Makassar. Populasi menyeluruh mahasiswa aktif di kota Makassar belum diketahui secara spesifik berapa jumlah pastinya.

### 3.4.2. Sampel

Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan aplikasi *G\*Power* 3.1.9.4, yang ketika digunakan pada penelitian psikologi menurut Cohen (1992) menggunakan *effect size f small* 0.02 apabila belum diketahui *square multiple correlation*,  $\alpha$  *err prob* 0.05, dan *power (1 -  $\beta$  err prob)* sebesar 0.80 dengan uji statistik analisis regresi linear sederhana dengan satu variabel, dan hasil penentuan sampelnya menunjukkan 395 sampel. Adapun tabel di bawah menunjukkan demografi gambaran dari subjek penelitian sebanyak 418 responden.

Tabel 3.1 Demografi Sampel

	Demografi	Frekuensi
Jenis Kelamin	Laki-laki	97
	Perempuan	321
Usia	18-21 tahun	290
	22-25 tahun	128
Jurusan	Psikologi	140
	Hukum	29
	Akuntansi	39
	Manajemen	72
	Lainnya (Teknik, Ilmu Komunikasi, Administrasi Niaga, dan lainnya)	138
Semester	2	124
	4	86
	6	38
	8	161
	> 8	9
Asal Universitas	Universitas Bosowa	108
	Universitas Hasanuddin	97
	Universitas Negeri	66

Demografi	Frekuensi
Makassar	
Universitas Atma Jaya Makassar	91
Lainnya (UKIP, UMI, UIN Alauddin, Universitas Dipa)	56
Durasi Penggunaan Media Sosial	
< 5 jam/hari	82
5-10 jam/hari	222
10-15 jam/hari	82
> 15 jam/hari	32
Media Sosial Yang Paling Sering Digunakan	
Whatsapp	360
Tiktok	306
Instagram	326
Twitter	93
Facebook	39
Youtube	6
Quora	2
Lainnya (Line, LinkedIn, Telegram)	12

### 3.4.3. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan *non-probability sampling* dengan teknik sampel *purposive sampling*. Kriteria sampel penelitian ini, sebagai berikut :

1. Mahasiswa(i) S1 yang aktif berkuliah di Kota Makassar.
2. Berusia 18-25 tahun.

### 3.5. Teknik Pengambilan Data

#### 1. Skala *Cyberloafing*

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *cyberloafing* yang diadaptasi oleh Ermida Simanjuntak, dkk., (2019) dengan total sebanyak 24 item. Skala ini diadaptasi berdasarkan teori Akbulut, et al

(2016) yang terdiri dari 5 aspek, dan seluruh item *favorable*. Skala ini berbentuk skala 5 titik yakni tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, dan selalu. Item secara keseluruhan memenuhi syarat dan layak pakai dengan nilai *factor loading* bernilai positif, nilai *t-value* > 1.96, dan nilai RMSEA 0.055, sehingga dinyatakan valid. Skala ini juga memiliki reliabilitas dari 24 item didapatkan hasil uji *composite reliability* sebesar 0.871.

Tabel 3.2 *Blueprint* skala *cyberloafing*

Aspek	Jumlah Item	Nomor Item
<i>Sharing</i>	9	1,2,3,4,5,6,7,8,9
<i>Shopping</i>	3	10,11,12
<i>Real Time Updating</i>	5	13,14,15,16,17
<i>Access Online Content</i>	5	18,19,20,21,22
<i>Gaming/gambling</i>	2	23,24
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>24</b>

## 2. Skala *Self Regulated Learning*

Skala *self regulated learning* disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Zimmerman (1989) yang memiliki 3 aspek yaitu metakognisi, motivasi, dan perilaku. Item-item pada skala *self regulated learning* ini memiliki 5 pilihan jawaban yakni sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai. Item-item ini juga hanya terdiri dari *favorable* saja. Adapun *blue print self regulated learning* pada tabel berikut.

Tabel 3.3 *Blueprint skala self regulated learning*

Aspek	Indikator	No. Item	Jml. Soal
Metakognisi	- Mampu merencanakan belajar	1,9,17,25,33,41,49	7
	- Mampu mengorganisasi informasi	2,10,18,26,34,42	6
	- Mampu memonitor diri sendiri	3,11,19,27,35,43	6
	- Evaluasi belajar	4,12,20,28,36,44	6
Motivasi	- Percaya pada kemampuan diri sendiri	5,13,21,29,37,45	6
	- Berusaha dalam mencapai tujuan belajar	6,14,22,30,38,46,50	7
Perilaku	- Mampu mengontrol lingkungan belajar	7,15,23,31,39,47	6
	- Mampu mengatur perilaku	8,16,24,32,40,48	6
Total			50

### 3.6. Uji Instrumen

#### 3.6.1. Alat Ukur Siap Sebar

Peneliti menggunakan alat ukur siap sebar yang telah diadaptasi dari skala asli *The Five Factor Cyberloafing Scale* by Akbulut, et al., (2016) untuk mengukur perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa pada tahun 2019 oleh Ermida Simanjuntak, Fajrianthi, Urip Purwono, dan Rahkman Ardi dan telah diuji validitas. Peneliti telah

meminjam alat ukur tersebut dengan tujuan untuk proses penyebaran, pengumpulan hingga pengolahan data penelitian.

### 3.6.2. Uji Validitas

Adapun uji validitas terhadap kedua alat ukur yang akan digunakan yakni terdiri dari :

#### 1. Uji Validitas Isi

##### a. Validitas Logis

Skala *self regulated learning* yang dikonstruksi oleh peneliti sendiri melibatkan 3 SME (*Subject Matter Expert*), tahap ini memiliki tujuan untuk menilai apakah butir-butir item sudah sesuai dengan konsep teoritik atau tidak. SME yang terlibat, yakni Bapak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Musawwir., S.Psi., M.Pd, dan Bapak Dedi Nasruddin, S.Psi. Hasil dari ketiga SME menyatakan terdapat 2 item yang gugur karena nilai CVR menunjukkan -0,33.

##### b. Validitas Tampang

Proses validitas tampang melibatkan 5 orang reviewer yang memiliki kriteria sama dengan subjek penelitian. Proses ini mencakup melakukan review terhadap penampilan skala, uji keterbacaan, layout, typo, dan lainnya. Validitas tampang ini memiliki 5 reviewer yakni Rizky Fitriani, Salsabila Nandini, Pricilia Novianti,

Yuvemia Iriani Hartanto, dan Nurul Azizah. Seluruh reviewer menyatakan item-item dipahami dengan baik.

## 2. Uji Validitas Konstruk

Penulis melakukan uji validitas konstruk terhadap alat ukur *cyberloafing* dan *self regulated learning* dengan menggunakan CFA (*Confirmatory Factor Analysis*) melalui *software lisrel 87*.

### a. Validitas Konstruk *Cyberloafing*

Tabel 3.4 Blue Print Skala *Cyberloafing* Setelah Uji Coba

Aspek	Jumlah Item	Nomor Item
<i>Sharing</i>	9	1,2,3,4,5,6,7,8,9
<i>Shopping</i>	3	10,11,12
<i>Real Time Updating</i>	5	13,14,15,16,17
<i>Access Online Content</i>	5	18,19,20,21,22
<i>Gaming/gambling</i>	2	23,24
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>24</b>

Berdasarkan pada tabel di atas, skala *cyberloafing* yang telah diuji validitas kembali, seluruh item memiliki nilai faktor loading yang positif, dan nilai t-value > 1.96. Adapun nilai RMSEA 0.040 dan nilai P-Value 0.05601. Maka, seluruh item dari skala *cyberloafing* dinyatakan valid.

b. Validitas Konstruk *Self Regulated Learning*Tabel 3.5 Blue Print Skala *Self Regulated Learning* Setelah Uji Coba

Aspek	Indikator	No. Item	Jml. Soal
Metakognisi	- Mampu merencanakan belajar	1,13,19,26,39	5
	- Mampu mengorganisasi informasi	2,9,14,20,27,33	6
	- Mampu memonitor diri sendiri	3,15,21,34	4
	- Evaluasi belajar	4,16,22,28	4
Motivasi	- Percaya pada kemampuan diri sendiri	5,10,17,29,35	5
	- Berusaha dalam mencapai tujuan belajar	6,11,23,30,36,40	6
Perilaku	- Mampu mengontrol lingkungan belajar	7,18,24,31,37	5
	- Mampu mengatur perilaku	8,12,25,32,38	5
Total			40

Berdasarkan pada tabel di atas, skala *self regulated learning* yang telah diuji validitas, seluruh item memiliki nilai faktor loading yang positif, dan nilai t-value > 1.96. Adapun aspek 1 memiliki nilai RMSEA 0.046 dan P-Value 0.05614. Aspek 2 memiliki nilai RMSEA 0.048 dan P-Value 0.16163. Aspek 3 memiliki nilai RMSEA 0.041 dan

P-Value 0.23721. Maka, seluruh item dari skala *self regulated learning* dinyatakan valid. Sementara terdapat 7 item yang gugur karena tidak sesuai konteks dan memiliki kesamaan makna

### 3.6.3. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas yang akan dilakukan oleh penulis terhadap kedua alat ukur yaitu alat ukur *cyberloafing* dan *self regulated learning* melalui penggunaan aplikasi SPSS 20.0 *for windows*, dengan kriteria jika nilai *cronbach's alpha*  $> 0,6$  maka dinyatakan reliabel, begitupun sebaliknya apabila nilai *cronbach's alpha*  $< 0,6$  maka dinyatakan tidak reliabel. Adapun hasil dari pengolahan reliabilitas menggunakan SPSS 20.0 *for windows*.

Tabel 3.6 Reliabilitas Alat Ukur

Skala	Cronbach's Alpha	N of Items
<i>Cyberloafing</i>	0.947	24
<i>Self Regulated Learning</i>	0.942	40

Berdasarkan pada tabel di atas, maka dapat diketahui bahwa skala *cyberloafing* dengan 24 item memiliki nilai koefisien alpha sebesar 0.947. Sementara itu, skala *self regulated regulated* dengan 40 item memiliki nilai koefisien alpha sebesar 0.942. Namun pada uji reliabilitas, terdapat 1 item gugur pada skala *self regulated learning* dikarenakan memiliki nilai corrected item total correlation 0.268. Artinya item tersebut gugur karena memiliki nilai dibawah

0.30 (Azwar, 2015). Maka dari itu kedua alat ukur memiliki nilai reliabilitas yang sangat tinggi.

### **3.7. Teknik Analisis Data**

#### **3.7.1. Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif memiliki tujuan untuk memberikan deskripsi atau menggambarkan mengenai data variabel dari sekelompok subjek penelitian dan tidak memiliki tujuan untuk menguji hipotesis. Pemaparan analisis deskriptif melalui demografi subjek, kategorisasi *cyberloafing* dan *self regulated learning*, serta gambaran *cyberloafing* dan *self regulated learning* berdasarkan demografi subjek. Biasanya penyajian hasil ini dengan cara frekuensi, persentase, dan grafik (Azwar, 2017).

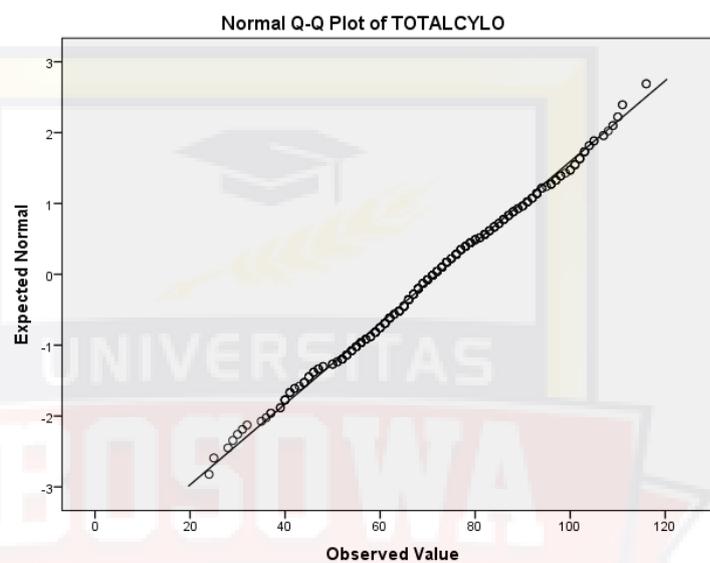
#### **3.7.2. Uji Asumsi**

Uji asumsi yang harus dipenuhi dalam penelitian ini adalah :

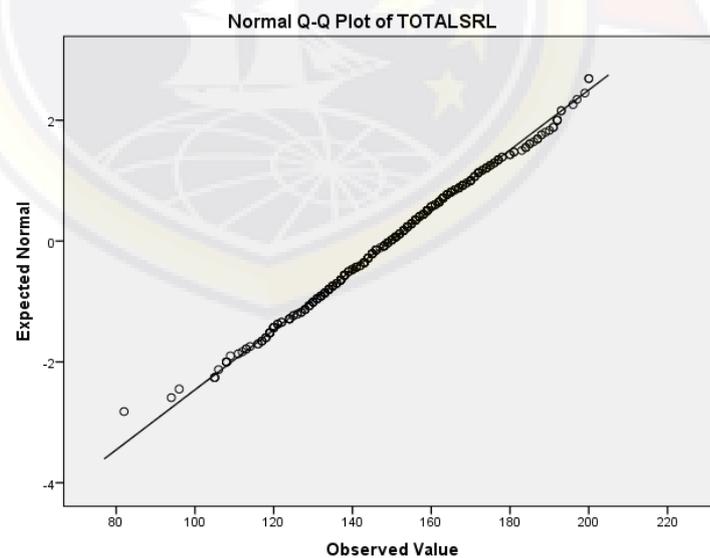
##### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian memiliki distribusi normal. Tujuannya untuk mengetahui apakah sudah terdistribusi dengan normal adalah dengan menggunakan analisis statistik uji kolmogorov – smirnov. Peneliti melihat Q-Q Plot dari hasil uji normalitas menggunakan *software* SPSS. Dengan Q-Q Plot dapat dilihat secara visual apakah data sudah tersebar secara normal atau

tidak. Data dikatakan normal jika sebaran data menyentuh atau mendekati garis referensi 45 derajat. Sementara, jika data tidak normal maka sebaran data tidak akan menyentuh garis referensi (Goss-Sampson, 2019).



Gambar 3.1 Q-Q Plot *Cyberloafing*



Gambar 3.2 Q-Q Plot *Self Regulated Learning*

Adapun hasil uji normalitas kedua alat ukur menunjukkan nilai  $> 0.05$ , dan dapat dilihat pada tabel di bawah.

Tabel 3.7 Normalitas Alat Ukur

Variabel	Sig.	Ket.
<i>Cyberloafing</i>	0.094	Terdistribusi Normal
<i>Self Refgulated Learning</i>	0.200	Terdistribusi Normal

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui data variabel cenderung membentuk garis linear atau tidak, dan juga untuk mengetahui hubungan yang linear atau tidak antara satu variabel terhadap variabel lainnya. Uji ini dilakukan melalui *software* SPSS dengan uji ANOVA. Data dapat dikatakan linear jika taraf signifikansi  $p < 0.05$ .

Tabel 3.8 Linearitas Alat Ukur

Variabel	Linearity	Keterangan
<i>Self Regulated Learning dan Cyberloafing</i>	0.00	Linear

### 3.7.3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis regresi linear sederhana, adapun hipotesis dalam penelitian ini :

$H_a$  : Terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di kota Makassar.

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di kota Makassar.

### 3.8. Prosedur Penelitian

#### 1. Persiapan Penelitian

Tahap ini dimulai dengan penentuan topik atau fenomena yang nantinya akan diteliti. Topik tersebut diajukan kepada kedua dosen pembimbing. Namun, topik pertama yang diajukan diganti karena berbagai pertimbangan antara penulis dan kedua dosen pembimbing. Setelah topik disetujui, selanjutnya penulis mencari kesenjangan pada topik tersebut. Proses mencari kesenjangan dilakukan melalui pengambilan data awal dalam bentuk kuesioner dan wawancara terhadap 29 mahasiswa di Makassar dan 5 dosen di perguruan tinggi di Makassar.

Setelah itu, penulis menentukan gejala atau variabel Y dari fenomena tersebut. Lalu penulis menelaah kurang lebih 50 jurnal mengenai gejala yang akan diangkat, dan menentukan variabel X. Selanjutnya, penulis menentukan judul penelitian, dan menyusun bab 1 hingga bab 3.

#### 2. Penyusunan Proposal

Penyusunan proposal dimulai dari bulan Desember hingga awal bulan Februari. Penyusunan dimulai dari bab 1 hingga bab 3.

Tantangan terbesar peneliti yakni di bab 1 karena harus membuat konsep yang jelas mengenai apa yang akan diteliti, dan harus paham betul mengenai kaitan kedua variabel.

### 3. Penyusunan Alat Ukur

Peneliti menyusun alat ukur *self regulated learning* dikarenakan variabel tersebut tidak memiliki skala asli yang bisa diadaptasi. Sehingga peneliti memutuskan untuk konstruksi alat ukur berdasarkan rekomendasi pembimbing. Peneliti awalnya membuat 50 item, namun gugur karena cvr, reliabilitas, dan makna ganda. Jadi, menyisakan 40 item saja yang akan disebar.

### 4. Pengambilan Data

Pada tahap ini pelaksanaan penelitian akan dilakukan dengan menyebarkan skala siap pakai dan skala konstruk secara online dalam bentuk google form. Sebelum menyebar skala siap pakai dan skala konstruk, peneliti sudah meminta izin kepada peneliti terdahulu yang telah mengadaptasi skala yang akan digunakan dalam penelitian ini serta peneliti sudah mengkonstruk alat ukur *self regulated learning*.

### 5. Pengolahan Data

Pada tahap ini peneliti menguji validitas dan reliabilitas melalui software lisrel dan SPSS, serta dalam pengujian ini melibatkan responden penelitian. Lalu peneliti akan melakukan uji asumsi, selanjutnya uji hipotesis. Setelah semuanya rampung, peneliti akan

membuat hasil pembahasan, kesimpulan dan saran, serta menyusun laporan akhir.

#### 6. Pembuatan Laporan

Pembuatan laporan sangatlah membutuhkan kemampuan analisis tingkat tinggi, apalagi hasil penelitian ini sangat menantang bagi peneliti. Peneliti mulai membaca beberapa jurnal pendukung, teori-teori, dan mengulas balik mengenai data awal penelitian. Dan akhirnya laporan ini dapat terselesaikan dengan baik.

### 3.9. Jadwal Penelitian

Tabel 3.9 Jadwal Penelitian

Kegiatan	Nov- Des	Jan- Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Ags
Persiapan Penelitian								
Penyusunan Proposal								
Penyusunan Alat Ukur								
Pengambilan Data								
Pengolahan Data								
Pembuatan Laporan								

**BAB IV**  
**HASIL PENELITIAN**

**4.1. Hasil Analisis**

**4.1.1. Deskriptif Variabel Penelitian Berdasarkan Tingkat Skor**

Tahap ini memiliki 5 kategorisasi yakni, sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Deskriptif variabel berdasarkan tingkat skor ini memiliki tujuan agar melihat gambaran variabel dalam penelitian.

Tabel 4.1 Kategori Skor

Kategori Tingkat Skor	Kriteria Statistik
Sangat Tinggi	$X > (\bar{x} + 1,5 SD)$
Tinggi	$(\bar{x} + 0,5 SD) < X \leq (\bar{x} + 1,5 SD)$
Sedang	$(\bar{x} - 0,5 SD) < X \leq (\bar{x} + 0,5 SD)$
Rendah	$(\bar{x} - 1,5 SD) < X \leq (\bar{x} - 0,5 SD)$
Sangat Rendah	$X < (\bar{x} - 1,5 SD)$

Ket : SD=Std Deviasi,  $\bar{x}$ =nilai mean, X=total skor responden

a. Deskriptif *Cyberloafing* Pada Mahasiswa di Kota Makassar

Hasil deskriptif skor *cyberloafing* dapat diketahui melalui tabel berikut.

Tabel 4.2 Hasil Analisis Skor *Cyberloafing*

Sampel	Mean	Skor		Std Deviasi
		Maksimum	Minimum	
418	72,08	116	24	17,537

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata skor *cyberloafing* 72,08 dengan nilai standar deviasi

sebesar 17,537. Adapun nilai maksimum sebesar 116 dan nilai minimum sebesar 24.

Tabel 4.3 Hasil Kategorisasi Skor Tingkatan *Cyberloafing*

Kategori	Rentang Skor	N
Sangat Tinggi	$X > 98,3855$	32
Tinggi	$80,8485 < X \leq 98,3855$	96
Sedang	$63,3115 < X \leq 80,8485$	168
Rendah	$45,7745 < X \leq 63,3115$	89
Sangat Rendah	$X < 45,7745$	33

Berdasarkan pada tabel di atas diketahui bahwa dari 418 responden terdapat 32 responden masuk dalam kategori sangat tinggi, 96 responden masuk dalam kategori tinggi, 168 responden masuk dalam kategori sedang, 89 responden masuk dalam kategori rendah, dan 33 responden masuk dalam kategori sangat rendah.

b. Deskriptif *Self Regulated Learning* Pada Mahasiswa di Kota Makassar

Hasil deskriptif skor *self regulated learning* dapat diketahui melalui tabel berikut.

Tabel 4.4 Hasil Analisis Skor *Self Regulated Learning*

Sampel	Mean	Skor		Std Deviasi
		Maksimum	Minimum	
418	149,61	200	82	20,15

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata skor *self regulated learning* 149,61 dengan nilai standar deviasi sebesar 20,15. Adapun nilai maksimum sebesar 200 dan nilai minimum sebesar 82.

Tabel 4.5 Hasil Kategorisasi Skor Tingkatan *Self Regulated Learning*

*Learning*

Kategori	Rentang Skor	N
Sangat Tinggi	$X > 179,835$	33
Tinggi	$159,685 < X \leq 179,836$	89
Sedang	$139,535 < X \leq 159,685$	165
Rendah	$119,385 < X \leq 139,535$	102
Sangat Rendah	$X < 119,385$	29

Berdasarkan pada tabel di atas diketahui bahwa dari 418 responden terdapat 33 responden masuk dalam kategori sangat tinggi, 89 responden masuk dalam kategori tinggi, 165 responden masuk dalam kategori sedang, 102 responden masuk dalam kategori rendah, dan 29 responden masuk dalam kategori sangat rendah.

#### 4.1.2. Deskriptif Variabel Penelitian Berdasarkan Demografi

##### a. Deskriptif *Cyberloafing* Berdasarkan Demografi

Tabel 4.6 Deskriptif *Cyberloafing* Berdasarkan Demografi

Karakteristik	Tingkat Skor					Mean	SD
	SR	R	S	T	ST		
Jenis Kelamin							
Laki-laki (97)	12,1%	29,2%	22%	20,8%	31,2%	72,58	17,17
Perempuan (321)	87,9%	70,8%	78%	79,2%	68,8%	71,93	17,66
Usia							
18-21 tahun (290)	81,8%	87,6%	78%	44,8%	34,4%	67,95	15,90
22-25 tahun (128)	18,2%	12,4%	22%	55,2%	65,6%	81,42	17,52
Jurusan							
Psikologi (140)	51,5%	28,1%	35,7%	27,1%	37,5%	70,72	18,19
Hukum (29)	15,2%	11,2%	6,5%	2,1%	3,1%	61,41	18,25
Akuntansi (39)	9,1%	11,2%	11,3%	7,3%	0%	68,08	14,57
Manajemen (72)	6,1%	10,1%	11,9%	33,3%	28,1%	81,04	16,06
Lainnya (138)	18,2%	39,3%	34,5%	30,2%	31,2%	72,14	16,32
Semester							
2 (124)	21,2%	44,9%	39,3%	9,4%	6,2%	66,61	12,74
4 (86)	21,2%	27%	22%	16,7%	6,2%	67,65	15,33
6 (38)	9,1%	11,2%	9,5%	7,3%	6,2%	70,84	15,48
8 (161)	45,5%	16,9%	26,8%	64,6%	75%	78,48	19,87
Lainnya (9)	3%	0%	2,4%	2,1%	6,2%	80,22	21,01
Asal Universitas							
Universitas Bosowa (108)	39,4%	28,1%	31%	17,7%	3,1%	67,23	14,91
Universitas Hasanuddin (97)	15,2%	11,2%	19,6%	37,5%	40,6%	79,13	17,37
Universitas Negeri Makassar (66)	9,1%	12,4%	11,9%	22,9%	31,2%	78,38	19,50
Universitas Atmajaya (91)	30,3%	31,5%	26,8%	5,2%	9,4%	64,59	14,86
Lainnya (56)	6,1%	16,9%	10,7%	16,7%	15,6%	73,93	16,82
Durasi Penggunaan media sosial							

Karakteristik	Tingkat Skor					Mean	SD
	SR	R	S	T	ST		
< 5 jam/hari (82)	21,2%	23,6%	19%	16,7%	18,8%	70,16	17,96
5-10 jam/hari (222)	60,6%	49,4%	53%	54,2%	53,1%	72,34	17,81
10-15 jam/hari (82)	15,2%	20,2%	19,6%	21,9%	15,6%	72,33	16,51
> 15jam/hari (32)	3%	6,7%	8,3%	7,3%	12,5%	74,50	17,38

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui pada demografi jenis kelamin laki-laki dominan berada pada kategori sangat tinggi dan perempuan dominan berada pada kategori sangat rendah. Demografi usia 18-21 tahun dominan berada pada kategori rendah, usia 22-25 tahun dominan berada pada kategori sangat tinggi. Demografi untuk jurusan psikologi dan hukum dominan berada di kategori sangat rendah, jurusan akuntansi dominan di kategori sedang, jurusan manajemen dominan di kategori tinggi, dan jurusan lainnya dominan di kategori rendah. Demografi semester 2, 4, 6 dominan berada di kategori rendah, semester 8, 10, 12 dominan di kategori sangat tinggi. Demografi asal universitas bosowa dominan di kategori sangat rendah, universitas hasanuddin dan universitas negeri makassar dominan di kategori sangat tinggi, universitas atmajaya serta universitas lainnya dominan di kategori rendah. Demografi durasi penggunaan media sosial < 5 jam/hari dominan berada di kategori rendah, durasi 5-10 jam/hari dominan berada di kategori sangat rendah, 10-15 jam/hari dominan dikategori tinggi, serta > 15

jam/hari dominan di kategori sangat tinggi. Untuk penjelasan lebih lanjut mengenai skor *cyberloafing* berdasarkan demografi lainnya bisa dilihat pada tabel 4.6.

b. Deskriptif *Self Regulated Learning* Berdasarkan Demografi

Tabel 4.7 Deskriptif *Self Regulated Learning* Berdasarkan Demografi

Karakteristik	Tingkat Skor					Mean	SD
	SR	R	S	T	ST		
Jenis Kelamin							
Laki-laki (97)	37,9%	22,5%	14,5%	31,5%	33,3%	150,71	24,29
Perempuan (321)	62,1%	77,5%	85,5%	68,5%	66,7%	149,28	18,74
Usia							
18-21 tahun (290)	79,3%	83,3%	66,7%	62,9%	48,5%	147,04	19,63
22-25 tahun (128)	20,7%	16,7%	33,3%	37,1%	51,5%	155,45	20,15
Jurusan							
Psikologi (140)	34,5%	36,3%	30,9%	34,8%	33,3%	149,66	20,18
Hukum (29)	3,4%	6,9%	4,8%	6,7%	21,2%	158,34	24,22
Akuntansi (39)	6,9%	8,8%	11,5%	9%	3%	148,59	16,07
Manajemen (72)	6,9%	12,7%	21,8%	15,7%	21,2%	151,76	18,06
Lainnya (138)	48,3%	35,3%	30,9%	33,7%	21,2%	146,91	20,87
Semester							
2 (124)	41,4%	35,3%	32,1%	21,3%	12,1%	144,36	19,11
4 (86)	17,2%	30,4%	17,6%	15,7%	21,2%	147,03	20,47
6 (38)	13,8%	8,8%	7,3%	10,1%	12,1%	150,47	21,88
8 (161)	27,6%	22,5%	40,6%	52,8%	48,5%	154,59	19,28
Lainnya (9)	0%	2,9%	2,4%	0%	6,1%	154,00	20,46
Asal Universitas							
Universitas Bosowa (108)	41,4%	37,3%	21,8%	21,3%	9,1%	143,54	17,67
Universitas Hasanuddin (97)	17,2%	12,7%	24,8%	34,8%	21,2%	153,55	19,48
Universitas Negeri	6,9%	9,8%	18,8%	16,9%	24,2%	155,67	19,52

Makassar (66)							
Universitas Atmajaya (91)	27,6%	28,4%	20%	10,1%	36,4%	147,20	23,24
Lainnya (56)	6,9%	11,8%	14,5%	16,9%	9,1%	151,31	17,80
Durasi Penggunaan media sosial							
< 5 jam/hari (82)	17,2%	12,7%	20,6%	28,1%	15,2%	153,07	19,48
5-10 jam/hari (222)	37,9%	52,9%	55,2%	53,9%	54,5%	150,31	19,08
10-15 jam/hari (82)	34,5%	24,5%	18,8%	11,2%	18,2%	144,72	21,97
> 15jam/hari (32)	10,3%	9,8%	5,5%	6,7%	12,1%	148,50	22,62

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui pada demografi jenis kelamin laki-laki dominan berada di kategori sangat rendah dan perempuan dominan berada di kategori sedang. Demografi usia 18-21 tahun dominan di kategori rendah dan usia 22-25 tahun dominan di kategori sangat tinggi. Demografi jurusan psikologi dominan di kategori rendah, jurusan hukum dominan di kategori sangat tinggi, jurusan akuntansi dan manajemen dominan di kategori sedang, dan jurusan lainnya dominan di kategori sangat rendah. Demografi semester 2 dan 6 dominan di kategori sangat rendah, semester 4 dominan di kategori rendah, semester 8 dominan di kategori tinggi, dan semester 10 & 12 dominan di kategori sangat tinggi. Demografi universitas bosowa dominan di kategori sangat rendah, universitas hasanuddin dan universitas lainnya dominan di kategori tinggi, serta universitas negeri makassar dan universitas atmajaya dominan di kategori sangat tinggi. Demografi durasi penggunaan media sosial < 5 jam/hari dominan di kategori tinggi, 5-10 jam/hari dominan di kategori

sedang, 10-15 jam/hari dominan di kategori sangat rendah, dan > 15 jam/hari dominan di kategori sangat tinggi. Untuk penjelasan lebih lanjut mengenai skor *self regulated learning* berdasarkan demografi lainnya bisa dilihat pada tabel 4.7.

#### 4.1.3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan setelah uji asumsi berupa uji normalitas dan uji linearitas terpenuhi. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana yang memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat atau tidak terdapat pengaruh antara variabel bebas dengan variabel terikat. Adapun hipotesis penelitian ini adalah :

$H_a$  : Terdapat pengaruh antara self regulated learning terhadap perilaku cyberloafing pada mahasiswa di kota Makassar.

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh antara self regulated learning terhadap perilaku cyberloafing pada mahasiswa di kota Makassar.

Tabel 4.8 Hasil Analisis Uji Hipotesis

Variabel	R <sup>2</sup> *	F**	Sig.***	Keterangan
<i>Self Regulated Learning terhadap Perilaku</i>	0.062	27.412	0.000	Signifikan

---

*Cyberloafing*


---

Ket : \*) Koefisien Determinan, \*\*) Nilai uji koefisien regresi secara simultan, \*\*\*) nilai signifikansi,  $p < 0.05$ .

Berdasarkan pada tabel di atas, hasil analisis regresi sederhana menunjukkan nilai  $R^2$  sebesar 0.062. Nilai tersebut menunjukkan bahwa besaran kontribusi *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* memberikan sumbangsih sebesar 6,2%. Adapun nilai F menunjukkan 27.412 dengan nilai signifikansi 0.000, sehingga dapat diketahui bahwa nilai signifikan F lebih kecil dari taraf signifikan 5% ( $p = 0.000$ ,  $p < 0.005$ ). nilai tersebut dapat diartikan bahwa hipotesis nihil yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar ditolak.

Tabel 4.9 Hasil Koefisien Pengaruh *Self Regulated Learning* terhadap Perilaku *Cyberloafing*

Variabel	Konstan*	B**	Nilai t	Sig.	Ket.
<i>Self Regulated Learning</i> terhadap Perilaku <i>Cyberloafing</i>	39.702	0.216	5.236	0.000	Signifikan

---

Berdasarkan pada tabel di atas menunjukkan bahwa nilai konstanta bernilai 39.702. koefisien regresi memiliki nilai 0.216, dengan nilai signifikansi yang lebih kecil dari taraf signifikansi 5% yakni  $p=0.000$  ( $p < 0.05$ ), sehingga diperoleh hasil yang signifikan. Adapun dari nilai tersebut menunjukkan bahwa

koefisien regresi *self regulated learning* berpengaruh positif terhadap perilaku *cyberloafing*.

#### 4.2. Pembahasan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *self regulated learning* memiliki pengaruh terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar dengan nilai kontribusi sebesar 6,2%. Adapun arah pengaruh yang ditemukan oleh peneliti yakni pengaruh positif, yang artinya semakin tinggi *self regulated learning* mahasiswa maka semakin tinggi pula perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa, yang mana dapat dilihat pada halaman 55.

Temuan peneliti sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Simanjuntak, Nawangsari & Ardi (2019) bahwa terdapat pengaruh positif antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing*. Penelitian serupa juga ditemukan oleh Margaretha, dkk (2021) yang menemukan bahwa terdapat pengaruh positif antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing*. Hasil tersebut menyatakan bahwa *cyberloafing* diyakini sebagai salah satu cara dalam mengatasi rasa bosan sejenak saat sedang belajar, agar nantinya dapat kembali fokus pada materi yang sedang dipelajari. Hal tersebut sejalan dengan wawancara data awal pada beberapa mahasiswa yang menyatakan bahwa alasan mereka menggunakan internet untuk membuka hal di luar akademik yakni salah satunya karena bosan.

*Self Regulated Learning* merupakan suatu kemampuan individu dalam mencapai tujuan belajarnya dengan melibatkan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku. Masing-masing kemampuan tersebut memiliki kontribusi dalam mencapai tujuan belajar. *Self regulated learning* memiliki kaitan dengan kebosanan, kaitan tersebut menerangkan bahwa *self regulated learning* dapat menekan timbulnya dorongan untuk merasakan kebosanan (Hamilton, Bower & Frijda, 2012). Didukung oleh penelitian (Witowska, Schmidt & Wittmann, 2020) yang menyatakan bahwa pengaturan diri yang kuat saat belajar dapat menekan rasa kebosanan yang dirasakan oleh individu. Seperti yang dikatakan oleh Zimmerman (1989) menyatakan bahwa apabila mahasiswa memiliki *self regulated learning* yang tinggi, maka mereka akan menyadari bahwa terdapat tujuan belajar yang hendak dicapai sehingga mereka akan berusaha mengontrol dirinya, lingkungan belajarnya, lingkungan sekitarnya, sehingga tidak mudah untuk terdistrak oleh sekitar, dan perilaku *cyberloafing* tidak akan terjadi selama pembelajaran.

Individu yang menerapkan *self regulated learning* dapat mengenal diri sendiri dengan baik bahkan mengenal bagaimana ia akan belajar dengan sebaik-baiknya. Individu tersebut tahu apa yang sulit dan mudah bagi dirinya, tahu cara dalam mengatasi kesulitannya, tahu bakat dan minatnya, tahu bagaimana memanfaatkan kelebihan dan kelemahan dalam dirinya, tahu strategi belajar yang cocok dengan dirinya, serta tahu dalam mengatasi atau mengontrol emosi-emosi yang timbul saat belajar

(Alexander, 2006). Menurut Kuhl (dalam Baumert, 2002) bahwa tahap mengatasi atau mengontrol emosi termasuk dalam strategi perilaku yang digunakan untuk mencapai tujuan belajar.

Kebosanan merupakan emosi umum yang tidak menyenangkan atau bisa disebut sebagai emosi negatif yang biasa dirasakan oleh individu (Chan, et al., 2018). Jika emosi negatif seperti bosan terlalu lama dipertahankan, tanpa adanya inisiatif untuk keluar dari hal tersebut maka individu akan terbelenggu dengan rasa kebosanan yang merajalela bahkan akan merasakan kelesuan hingga depresi (Mercer-Lynn, Bar & Eastwood, 2014). Maka dari itu hasil temuan oleh Putri & Wahyudi (2022) menyatakan bahwa anak dan remaja menggunakan internet dengan tujuan melampiaskan perasaan negatifnya.

Berdasarkan pada data awal penelitian ini mahasiswa menyatakan bahwa kadang kala merasakan kebosanan di tengah pembelajaran. Perasaan bosan yang dirasakan oleh mahasiswa membuat mereka untuk mencari cara agar lepas dari kebosanan selama pembelajaran berlangsung (Ragan, Jennings, Massey & Doolittle, 2014). Apalagi zaman sekarang banyak yang memanjakan diri sendiri dengan kelebihan dari internet, gadget, dan barang elektronik lainnya. Salah satu cara mahasiswa dalam mengatasi kebosanan yakni dengan mengakses internet, hal itu diyakini dapat melepaskan kebosanan yang dirasakan sejenak baik itu mengakses media sosial, bermain game, dan lainnya (Daeng, Mewengkang & Kalesaran, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yanti, Nasution, & Aiyuda (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara kebosanan dengan perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Pekanbaru. Artinya semakin tinggi kebosanan yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula perilaku *cyberloafing* mahasiswa. Mahasiswa tersebut memanfaatkan akses internet untuk membuka hal yang dapat menghibur dirinya sejenak dari rasa kebosanan yang dirasakan oleh mahasiswa (Kosasih, Sarbini & Mulyana, 2021). Hasil temuan dari Wu, Mei & Ugrin (2018) menyatakan bahwa *cyberloafing* menjadi sarana pemulihan mahasiswa di Universitas China dari kebosanan setelah proses pembelajaran. Begitu juga dengan hasil penelitian dari Andel, et al, (2019) menyatakan bahwa *cyberloafing* merupakan suatu upaya yang dilakukan mahasiswa untuk mengatasi kebosanan.

Maka dari itu, perlu adanya strategi perilaku dimana individu dapat mengerjakan hal yang disukai sejenak agar kebosanan dapat berkurang. Bahkan dengan bermain gadget dapat menghilangkan kebosanan yang dialami individu diyakini sebagai salah satu cara yang terbaik untuk terlepas dari bosan dengan mencari hiburan yang menyenangkan (Elpidorou, 2020). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Khan, Aiyuda & Fadhli, 2022) yang menyatakan bahwa semakin tinggi kebosanan akademik yang dirasakan, maka tinggi pula kecanduan gadget pada remaja.

Seperti yang diketahui kebosanan timbul akibat aktivitas yang dilakukan tidak memiliki nilai tambah contohnya seperti tidak menantang dan tidak menarik, atau bisa juga saat individu merasa dirinya memiliki tingkat kemampuan yang tinggi sementara tuntutan tugas yang diberikan padanya terlalu rendah (Pekrun, 2006). Ketidaktertarikan pada tugas yang sedang dikerjakan atau aktivitas yang kurang menantang akan membuat individu kurang termotivasi dalam menghadapi tugas sehingga akan membuat *self regulated learning* dalam pembelajaran akan menurun (Cahyadi, 2014). Di sisi lain kebosanan terjadi akibat aktivitas monoton berulang-ulang kali dilakukan, serta dapat terjadi juga akibat kelebihan aktivitas yang membuat seluruh energi terkuras yang menyebabkan kelelahan mental (Agustina, Bahri & Bakar, 2019).

Adapun menurut beberapa literatur terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberloafing* selain *self regulated learning*, yakni demografis (Ozcan, Gokcearslan, & Yuksel, 2017; Peng, 2022), intensitas penggunaan (Gokcearslan, et al., 2016; Gunawan, Lasimon, & Sihombing, 2020), persepsi (Sucipto & Purnamasari, 2020), kontrol diri (Peng, 2022), adiksi atau kecanduan internet (Keser, Kavuk, & Numanoglu, 2016).

Berdasarkan pada penjelasan di atas, asumsi peneliti yakni *self regulated learning* dapat membantu individu dalam mengurangi perilaku *cyberloafing* dengan meningkatkan keterampilan pengaturan diri. Namun itu tidak menjamin bahwa mereka tidak akan melakukan perilaku

*cyberloafing* sama sekali. Maka dari itu penting bagi individu untuk tetap sadar dan bertanggung jawab dalam menggunakan internet.

#### **4.3. Limitasi Penelitian**

Adapun limitasi dari penelitian ini yakni terletak pada item alat ukur *cyberloafing* yang tidak spesifik dan terlihat umum, kurang dalam mendeteksi secara spesifik perilaku *cyberloafing* dalam *setting* pembelajaran dalam kelas. Sehingga para responden menggeneralisasikan tiap item tersebut dalam konteks umum ataupun dalam kegiatan sehari-hari. Sementara tujuan dari penelitian ini yakni meneliti dalam ranah pembelajaran di kelas. Dan juga limitasi penelitian peneliti ini kurang dalam menelaah secara jelas bahwa alasan mahasiswa melakukan perilaku *cyberloafing* bisa saja terjadi karena metode pembelajaran dosen dan faktor kebosanan pada mahasiswa.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1. Kesimpulan**

Hasil dari penelitian yang dilakukan terkait pengaruh *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar, memperoleh kesimpulan yakni hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh positif antara *self regulated learning* terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa di Kota Makassar. Artinya, semakin tinggi *self regulated learning*, maka semakin tinggi pula perilaku *cyberloafing* mahasiswa.

#### **5.2. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka adapun beberapa saran yang peneliti ajukan yakni :

##### **1. Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa diharapkan dapat meningkatkan *self regulated learning*-nya agar dapat menerima pembelajaran ataupun belajar mandiri, dengan cara membuat rencana belajar yang rutin, membaca ulang materi, berdiskusi dengan teman atau dosen, membuat catatan, dan lainnya. Selain itu, pentingnya menggunakan dengan bijak internet sebagai media pembelajaran.

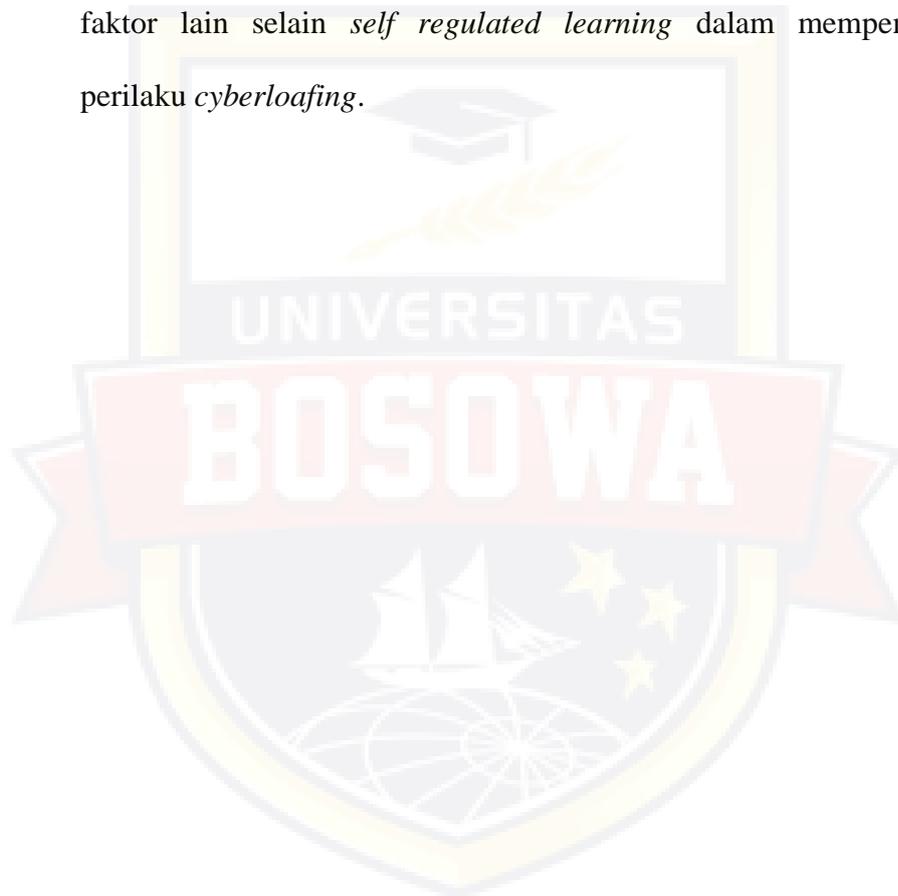
##### **2. Bagi Dosen**

Dosen diharapkan memberikan bimbingan sesuai kebutuhan mahasiswa dalam mempelajari materi, memberikan umpan balik terhadap materi yang sedang diajarkan, memberikan kesempatan pada

mahasiswa untuk lebih aktif dalam menyampaikan pendapat, memberikan pembelajaran yang seru, strategi tersebut diharapkan dapat melepaskan mahasiswa dari rasa kebosanan yang merajalela.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan faktor lain selain *self regulated learning* dalam mempengaruhi perilaku *cyberloafing*.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, P., Bahri, S., & Bakar, A. (2019). Analisis faktor penyebab terjadinya kejenuhan belajar pada siswa dan usaha guru BK untuk mengatasinya. *JIMBK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Bimbingan & Konseling*, 4(1).
- Aiyuda, N., & Fadhli, M. (2022). Kebosanan Akademik dan Kecanduan Gadget Selama Pandemi Covid-19 Pada Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(2), 150-158.
- Akbulut, Y., Dursun, O. O., Donmez, O., & Sahin, Y. L. (2016). In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*, 616-625.
- Alexander, P. A. (2006). *Psychology in learning and instruction*. Upper Saddle River, NJ: Merrill/Prentice Hall, hal. 129.
- Andel, S. A., Kessler, S. R., Pindek, S., Kleinman, G., & Spector, P. E. (2019). Is cyberloafing more complex than we originally thought? Cyberloafing as a coping response to workplace aggression exposure. *Computers in Human Behavior*, 101, 124-130.
- Anam, K., & Pratomo, G. A. (2019). Fenomena cyberloafing pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ilmiah*, 202-210.
- Anugrah, A. P., & Margaretha, M. (2013). Regulasi diri mempengaruhi perilaku cyberloafing yang dimoderasi oleh berbagai karakteristik individual mahasiswa Universitas Kristen Maranatha. *Universitas Kristen Maranatha*
- Arabaci, I. B. (2017). Investigation Faculty of Education Students' Cyberloafing Behaviors in Terms of Various Variables. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 16(1), 72-82.
- Baturay, M. H., & Toker, S. (2015). An investigation of the impact of demographics on cyberloafing from an educational setting angle. *Computers in Human Behavior*, 50, 358-366.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*: New York: Freedom and Company.
- Baumert, J. (2002). *Self Regulated Learning as Cross Cultural Concept*.
- Blanchard, A. L., & Henle, C. A. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control. *Computers in human behavior*, 24(3), 1067-1084.
- Cahyadi, S. (2014). Peran emosi terhadap self-regulation mahasiswa dalam pengerjaan skripsi. *Indonesian Journal of Applied Sciences*, 4(2).

- Chan, C. S., Van Tilburg, W. A., Igou, E. R., Poon, C. Y., Tam, K. Y., Wong, V. U., & Cheung, S. K. (2018). Situational meaningfulness and state boredom: Cross-sectional and experience-sampling findings. *Motivation and Emotion, 42*, 555-565.
- Chotimah, C., & Nurmufida, L. (2020). Pengaruh Self Regulated Learning Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Journal Manajemen Pendidikan Islam, 5*(1), 55-65.
- Cleary, T. J., & Zimmerman, B. J. (2004). Self-regulation empowerment program: A school-based program to enhance self-regulated and self-motivated cycles of student learning. *Psychology in the Schools, 41*(5), 537-550.
- Daeng, I. T. M., Mewengkang, N. N., & Kalesaran, E. R. (2017). Penggunaan smartphone dalam menunjang aktivitas perkuliahan oleh mahasiswa fispol unsrat manado. *Acta Diurna Komunikasi, 6*(1).
- Dewi, I. R. (2022, June 09). *Data Terbaru! Berapa Pengguna Internet Indonesia 2022?* Retrieved December 28, 2022, from CNBC Indonesia: <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20220609153306-37-345740/data-terbaru-berapa-pengguna-internet-indonesia-2022>
- Dewi. Mei Shinta (2016). Cyberloafing dan Self Regulated Learning pada mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya 2013-2015. Undergraduate Thesis. Widya Mandala Catholic University Surabaya.
- Dinarti, L. K., & Satwika, Y. W. (2022). Hubungan Stres Akademik dengan perilaku Cyberloafing pada Mahasiwa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 84*-95.
- Elpidorou, A. (2021). Is boredom one or many? A functional solution to the problem of heterogeneity. *Mind & Language, 36*(3), 491-511.
- Faidah, S. N., & Rafsanjani, M. A. (2021). Pengaruh Self Discipline Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Dengan Self Regulated Learning Sebagai Variabel Mediator. *Jurnal Education and Development, 9*(2), 114-119.
- Ghimby, A. D. (2022). Pengaruh Self Regulated Learning Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Dan Hasil Belajar. *JOEL: Journal of Educational and Language Research, 1*(12), 2091-2104.
- Gökçearsan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlamam, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior, 63*, 639-649.
- Ginting, G., Fadlina, Karim, A., Sianturi, C. F., & Siagian, E. R. (2022). *Sistem Informasi*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- Gunawan, A., Lasimon, M., & Sihombing, S. O. (2020). The implication of smartphone usage, general self-efficacy, self regulation, and cyberloafing to smartphone addiction. 5207-5221.
- Gökçearslan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlaman, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 639-649.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2014). *Multivariate Data Analysis*. Edinburgh: Pearson.
- Hale, E. (2012). Conceptualizing a personal intellectual history/narrative: The importance of strong-sense metacognition to thinking critically. *Critical thinking and higher order thinking*, 139-164.
- Hamilton, V., Bower, G. H., & Frijda, N. H. (Eds.). (2012). *Cognitive perspectives on emotion and motivation* (Vol. 44). Springer Science & Business Media.
- Hamrat, N., Rahmat, D., & Sumantri, o. S. (2019). Dampak Stres Akademik dan Cyberloafing terhadap kecanduan Smartphone. *Jurnal Educatio*, 13-19.
- Kardo, R., & Yuzarion, Y. (2017). Sikap guru terhadap peserta didik dalam belajar. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori dan Praktik Kependidikan*, 2(2), 189-195.
- Karisma, Bela. (2020). Hubungan Antara Kepribadian Extravisional dengan Cyberslacking pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang
- Keser, H., Kavuk, M., & Numanoglu, G. (2016). The Relationship between Cyber-Loafing and Internet Addiction. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 11(1), 37-42.
- Knight, R. M. (2017). Academic cyberloafing: a study of perceptual and behavioral differences on in-class cyberloafing among undergraduate students. (Master's Thesis, East Carolina University).
- Koay, K. Y., & Poon, W. C. (2022). Students' cyberslacking behaviour in e-learning environments: the role of the Big Five personality traits and situational factors. *Journal of Applied Research in Higher Education*, (ahead-of-print).
- Kosasih, A. V. N. A., Sarbini, S., & Mulyana, A. (2021). Leisure Boredom dan Religiusitas: Pengaruhnya terhadap Kecenderungan Adiksi Internet. *Psychathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 47-56.

- Lee, J., Cho, B., Kim, Y., & Noh, J. (2015). Smartphone addiction in university students and its implication for learning. In *Emerging issues in smart learning* (pp. 297-305). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Lim, V. K. (2002). The IT way of loafing on the job: cyberloafing, neutralizing and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*, 675-694.
- Liu, T., & Potenza, M. N. (2007). Problematic Internet use: clinical implications. *CNS spectrums*, 12(6), 453-466.
- Maryono, Y., & Istiana, B. P. (2008). *Teknologi Informasi dan Komunikasi 1*. Jakarta: Penerbit Quadra.
- Morgan, K. (2012). The pros & cons of cell phone usage in college. *Education Web*. <http://education.seattlepi.com/pros-cons-cell-phone-usage-college-1578.html>.
- Mujayaroh, Rokhmah, N., Nurkhisom, Juleha, S., Triyanto, A., Juwariah, et al. (2021). *Sistem Informasi Manajemen Pendidikan*. Purwokerto: CV. ZT Corpora.
- Ormrod, J. E. (2016). *Psikologi Pendidikan: membantu siswa tumbuh dan berkembang*.
- Özcan, S., Gökçearslan, Ş., & Yüksel, A. O. (2017). An investigation of the relationship between cyberloafing and academic motivation among university students. *Küreselleşen dünyada eğitim*, 52, 733-742.
- Ozler, D. E., & Polat, G. (2012). Cyberloafing phenomenon in organizations: Determinants and impacts. *International Journal of eBusiness and eGovernment Studies*, 4(2), 1-15.
- Paska, P. E. I. N., & Laka, L. (2020). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Self-Regulated Learning Siswa. *SAPA-Jurnal Kateketik dan Pastoral*, 5(2), 39-54.
- Perkins, C., & Murphy, E. (2006). Identifying and measuring individual engagement in critical thinking in online discussions: An exploratory case study. *Journal of Educational Technology & Society*, 9(1), 298-307.
- Prasad, S., Lim, V. K., & Chen, D. J. (2010). Self-regulation, individual characteristics and cyberloafing.
- Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational psychology review*, 18, 315-341.
- Peng, J. (2022). The Impact of College Students' Academic Self-Efficacy on Cyberloafing: The Role of Moral Disengagement and Individual Self-Control. *Open Access Library Journal*, 9(5), 1-10.

- Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. *Journal of educational psychology*, 82(1), 33.
- Pintrich, P. R. (1991). A manual for the use of the Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ).
- Putri, B. A., & Wahyudi, H. (2022). Hubungan antara problematic internet use dengan subjective well being anak dan remaja. *Jurnal Riset Psikologi*, 13-20.
- Ragan, E. D., Jennings, S. R., Massey, J. D., & Doolittle, P. E. (2014). Unregulated use of laptops over time in large lecture classes. *Computers & Education*, 78, 78-86.
- Rahmawati, E. C., Ceasearrio, F., Sari, I. P., Ishmat, M. N., Julian, Y., Setio, S., et al. (2020). *Media dan Perkembangan Budaya*. Malang: Cita Intrans Selaras.
- Rahmiyati, A. (2017). Pengaruh Self Regulated Learning terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas X pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 6(9).
- Rasul, J. (2008). *Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Jakarta: Penerbit Quadra.
- Robbins, S. P. & Judge, T. A. (2008). *Perilaku organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Rosito, A. C. (2018). Kepribadian dan self-regulated learning. *Jurnal Psikologi*, 45(3), 189.
- Sharma, S. K., & Gupta, J. N. (2004). Improving workers' productivity and reducing Internet abuse. *Journal of Computer Information Systems*, 44(2), 74-78.
- Sholikah, N., & Saifuddin, M. (2013). Hubungan Intensitas Penggunaan Facebook dengan Motivasi Belajar Mahasiswa S1 Keperawatan Semester II Stikes Muhammadiyah Lamongan. *Acedemia edu*, 3, 16.
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2018, November). Cyberslacking Among University Students: The Role of Internet Habit Strength, Media Multitasking Efficacy and Self Regulated Learning. In *Proceedings of the International Conference on Psychology in Health, Educational, Social and Organizational Settings, Surabaya, Indonesia* (pp. 8-9).
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2019). Do students really use internet access for learning in the classroom?: exploring students' cyberslacking in an Indonesian university. *Behavioral Sciences*, 9(12), 123.

- Simanjuntak, E., Purwono, U., & Ardi, R. (2019). Skala cyberslacking pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, 18(1), 41-54.
- Soh, P. C. H., Koay, K. Y., & Lim, V. K. (2018). Understanding cyberloafing by students through the lens of an extended theory of planned behavior. *First Monday*.
- Strunk, K. K., & Steele, M. R. (2011). Relative contributions of self-efficacy, self-regulation, and self-handicapping in predicting student procrastination. *Psychological reports*, 109(3), 983-989.
- Sucipto, A., & Purnamasari, S. E. (2020, September). Hubungan Antara Persepsi Mahasiswa Terhadap Gaya Mengajar Dosen Dengan Cyberloafing Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta. In *Prosiding Seminar Nasional Millennial 5.0 Fakultas Psikologi UMBY*.
- Surna, I. N., & Pandeiro, O. D. (2014). Psikologi pendidikan 1. *Jakarta: Erlangga*.
- Taneja, A., Fiore, V., & Fischer, B. (2015). Cyber-slacking in the classroom: Potential for digital distraction in the new age. *Computers & Education*, 82, 141-151.
- Vitak, J., Crouse, J., & LaRose, R. (2011). Personal Internet use at work: Understanding cyberslacking. *Computers in Human Behavior*, 27(5), 1751-1759.
- Wei, F. Y. F., Wang, Y. K., & Klausner, M. (2012). Rethinking college students' self-regulation and sustained attention: Does text messaging during class influence cognitive learning?. *Communication Education*, 61(3), 185-204.
- Widiastuti, R., & Margaretha, M. (2016). Personality factors and cyberloafing of college students in Indonesia. *International Journal of Applied Business and Research*, 14(13), 9227-9238.
- Widadi, S. Y., & Pramudita, I. A. (2018). Gambaran Motivasi Belajar pada Siswa Pengguna Smartphone di SMP Negeri 4 Garut. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 203-216.
- Witowska, J., Schmidt, S., & Wittmann, M. (2020). What happens while waiting? How self-regulation affects boredom and subjective time during a real waiting situation. *Acta Psychologica*, 205, 103061.
- Woolfolk, A. (2018). *Educational psychology: Active learning edition tenth edition*. Boston: Allyn & Bacon.
- Wolters, C. A. (2003). Regulation of motivation: Evaluating an underemphasized aspect of self-regulated learning. *Educational psychologist*, 38(4), 189-205.

- Wu, J., Mei, W., & Ugrin, J. C. (2018). Student cyberloafing in and out of the classroom in China and the relationship with student performance. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 21(3), 199-204.
- Yanti, F. P., Nasution, I. N., & Aiyuda, N. (2022). Berselancar di Internet untuk Menghilangkan Rasa Bosan Ketika Melakukan Pembelajaran Daring. *Jurnal Riset Psikologi*, 109-114.
- Yılmaz, F. G. K., Yılmaz, R., Öztürk, H. T., Sezer, B., & Karademir, T. (2015). Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments. *Computers in Human Behavior*, 45, 290-298.
- Zimmerman, B. J., & Pons, M. M. (1986). Development of a structured interview for assessing student use of self-regulated learning strategies. *American educational research journal*, 23(4), 614-628.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of educational psychology*, 81(3), 329.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (Eds.). (2001). *Self-regulated learning and academic achievement: Theoretical perspectives*. Routledge.
- Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2004). Self-regulating intellectual processes and outcomes: A social cognitive perspective. In *Motivation, emotion, and cognition* (pp. 337-364). Routledge.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating self-regulation and motivation: Historical background, methodological developments, and future prospects. *American educational research journal*, 45(1), 166-183.





**LAMPIRAN 1**  
**Skala Penelitian**

## SKALA SELF REGULATED LEARNING

**Zimmerman (1989)**

Definisi operasional *self regulated learning* yakni kemampuan yang dimiliki mahasiswa dalam mengatur diri sendiri melalui pikiran, perasaan, dan perilaku dalam belajar, agar dapat mencapai tujuan belajar.

Aspek	Indikator	No. Item	Jml. Soal
Metakognisi	- Mampu merencanakan belajar	1,9,17,25,33,41,49	7
	- Mampu mengorganisasi informasi	2,10,18,26,34,42	6
	- Mampu memonitor diri sendiri	3,11,19,27,35,43	6
	- Evaluasi belajar	4,12,20,28,36,44	6
Motivasi	- Percaya pada kemampuan diri sendiri	5,13,21,29,37,45	6
	- Berusaha dalam mencapai tujuan belajar	6,14,22,30,38,46,50	7
Perilaku	- Mampu mengontrol lingkungan belajar	7,15,23,31,39,47	6
	- Mampu mengatur perilaku	8,16,24,32,40,48	6
Total			50

No	Pernyataan
1	Saya memiliki jadwal belajar rutin.
2	Saya menggabungkan materi-materi pelajaran yang saya dapatkan dari berbagai sumber pembelajaran.
3	Saya membuat pengingat untuk mengerjakan tugas.
4	Saya memeriksa kembali kekeliruan dari tugas yang telah saya kerjakan.
5	Saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik.
6	Saya membeli buku untuk menunjang kegiatan belajar saya.

No	Pernyataan
7	Saya akan menyelesaikan tugas meskipun teman saya mengajak nongkrong.
8	Saya tidak mengakses hal lain diluar pelajaran ketika sedang belajar (contoh membuka sosial media, mendengarkan lagu, dan lainnya).
9***	Saya akan mempelajari materi sesuai dengan rencana pembelajaran yang dibagikan oleh dosen
10	Saya mempelajari kembali materi yang sudah didapatkan
11***	Saya mencatat tiap pencapaian hasil belajar saya.
12***	Saya memperbaiki kesalahan pada tugas saya.
13	Saya terus belajar mengenai hal yang baru.
14	Saya belajar bersungguh-sungguh untuk mendapatkan hasil yang baik.
15**	Saya mampu tetap fokus belajar walaupun lingkungan sekitar sedang ribut.
16	Saya aktif mencari materi pelajaran melalui media pembelajaran (misal buku, google, berita, dll).
17	Saya memiliki target nilai yang ingin saya capai setiap semester.
18	Saya memperhatikan materi pembelajaran yang diajarkan oleh dosen.
19	Saya meninjau kembali hasil belajar saya apakah sudah sesuai dengan target saya atau tidak.
20	Saya berdiskusi dengan teman atau dosen mengenai materi yang sudah dipelajari
21	Saya mengumpulkan tugas tepat waktu.
22***	Saya memiliki kelompok belajar.
23	Saya bertanya kepada dosen ketika saya tidak mengerti materi.
24***	Saya mengunjungi perpustakaan untuk mencari buku yang dapat membantu saya mengerjakan tugas.
25	Saya akan mempelajari terlebih dahulu materi kuliah yang nanti akan diajarkan dosen.
26	Saya mencatat materi pelajaran saat dosen menjelaskan.
27	Saya mencatat tiap rencana belajar saya yang tidak terlaksana
28	Saya akan terus memperbaiki usaha saya dalam mencapai hasil belajar.
29***	Saya aktif memberi pendapat saat mengerjakan tugas kelompok.
30	Saya terus mengasah keterampilan belajar saya dengan cara membaca buku, menonton video edukatif, dan lainnya.
31	Saya merapikan meja belajar saya sebelum belajar.
32	Saya membuat catatan-catatan kecil mengenai tugas agar mudah diingat.
33	Saya mempelajari materi sebelum tampil presentasi.
34	Saya membuat kesimpulan mengenai materi pelajaran.
35*	Saya membandingkan nilai dengan standar penilaian yang sudah ditetapkan.
36	Saya meninjau kembali materi yang sudah dipelajari.
37	Saya mampu mengerjakan tugas yang sulit.
38	Saya konsisten terhadap rencana pembelajaran saya
39	Saya memilih tempat yang nyaman dan bersih untuk belajar

No	Pernyataan
40	Saya menyelingi antara waktu belajar dan beristirahat.
41*	Saya berusaha menjalankan rencana belajar saya dengan baik.
42	Saya mengecek kebenaran materi yang saya pelajari melalui buku, jurnal, artikel, dan lainnya.
43	Saya berusaha tetap semangat belajar agar tujuan belajar saya tercapai
44***	Saya mengerjakan soal latihan.
45	Saya yakin mampu mendapatkan nilai yang memuaskan
46	Saya berusaha lebih baik dari semester sebelumnya
47	Saya belajar di tempat yang terang
48	Saya tetap belajar meskipun tidak ada tugas
49	Saya mempersiapkan media pembelajaran sebelum belajar (misalnya pensil, pulpen, buku, dll).
50	Saya memilih strategi belajar yang sesuai dengan kemampuan saya

**Ket :**

\* gugur CVR

\*\* gugur reliabilitas

\*\*\* gugur kesamaan makna dan tidak sesuai dengan indikator keperilakuan

**Note :** Skala penelitian dapat digunakan tanpa menghubungi peneliti, tetapi memperhatikan etika penelitian.

### SKALA CYBERLOAFING

Akbulut (2016)

Adapun definisi operasional perilaku *cyberloafing* adalah perilaku mahasiswa yang menggunakan internet untuk mengakses sosial media, membuka situs hiburan, bermain game online, maupun mengakses hal lainnya di luar akademik saat proses belajar sedang berlangsung.

Aspek	Jumlah Item	Nomor Item
<i>Sharing</i>	9	1,2,3,4,5,6,7,8,9
<i>Shopping</i>	3	10,11,12
<i>Real Time Updating</i>	5	13,14,15,16,17
<i>Access Online Content</i>	5	18,19,20,21,22
<i>Gaming/gambling</i>	2	23,24
<b>Total</b>	<b>24</b>	<b>24</b>

No.	Item
1	Saya mengecek postingan teman saya di internet
2	Saya mengecek profil teman saya di media sosial
3	Saya membagikan konten di media sosial (foto, video, dll)
4	Saya menyukai postingan yang menarik
5	Saya memberikan komentar pada foto yang ada dibagikan di media sosial
6	Saya posting update status pada media sosial
7	Saya melakukan tag teman saya di foto media sosial
8	Saya chat dengan teman saya
9	Saya menonton video yang dibagikan di media sosial
10	Saya melakukan belanja online
11	Saya mengunjungi situs yang menawarkan penawaran perhari (deal of the day website)
12	Saya mengunjungi situs belanja online
13	Saya retweet tweet yang saya sukai
14	Saya menyukai tweet yang saya sukai
15	Saya memposting tweet
16	Saya membaca tweet
17	Saya memberi komentar pada trending topic
18	Saya mengunduh musik online
19	Saya menonton video online
20	Saya mendengarkan musik online
21	Saya mengunduh video online
22	Saya mengunduh aplikasi yang saya butuhkan
23	Saya mengecek situs olahraga online
24	Saya bermain game online

**Note : Skala penelitian dapat digunakan setelah menghubungi peneliti sebelumnya yang telah mengadaptasi dari skala asli, dan tetap memperhatikan etika penelitian.**



**LAMPIRAN 2**  
**TABULASI DATA**

## SRL

No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot
1	154	26	138	51	129	76	163	101	129	126	192	151	152	176	151	201	130	226	150	251	170	276	164
2	127	27	134	52	137	77	172	102	166	127	154	152	145	177	160	202	148	227	165	252	134	277	146
3	138	28	176	53	159	78	164	103	145	128	160	153	130	178	82	203	144	228	163	253	119	278	177
4	173	29	185	54	135	79	169	104	172	129	146	154	163	179	152	204	175	229	159	254	150	279	157
5	143	30	154	55	133	80	105	105	184	130	149	155	145	180	177	205	165	230	171	255	146	280	153
6	162	31	120	56	124	81	147	106	186	131	159	156	135	181	167	206	174	231	170	256	155	281	154
7	129	32	161	57	135	82	190	107	152	132	138	157	159	182	144	207	140	232	153	257	159	282	122
8	166	33	150	58	132	83	166	108	140	133	172	158	156	183	159	208	169	233	151	258	156	283	163
9	152	34	162	59	131	84	154	109	108	134	163	159	145	184	118	209	148	234	146	259	170	284	94
10	148	35	165	60	161	85	176	110	135	135	171	160	136	185	141	210	144	235	178	260	165	285	139
11	137	36	148	61	130	86	119	111	168	136	171	161	137	186	150	211	178	236	159	261	116	286	170
12	144	37	124	62	137	87	153	112	170	137	156	162	155	187	174	212	156	237	136	262	129	287	125
13	148	38	118	63	151	88	149	113	150	138	154	163	160	188	151	213	162	238	131	263	127	288	170
14	139	39	149	64	143	89	167	114	149	139	157	164	134	189	183	214	162	239	145	264	157	289	131
15	118	40	143	65	164	90	119	115	153	140	153	165	167	190	153	215	168	240	96	265	156	290	134
16	111	41	129	66	128	91	156	116	151	141	191	166	113	191	139	216	144	241	158	266	180	291	125
17	192	42	187	67	140	92	163	117	159	142	193	167	138	192	139	217	144	242	134	267	130	292	149
18	158	43	172	68	168	93	156	118	176	143	187	168	172	193	148	218	156	243	162	268	174	293	146
19	149	44	145	69	168	94	137	119	163	144	154	169	163	194	141	219	138	244	146	269	128	294	144
20	184	45	168	70	155	95	134	120	149	145	143	170	184	195	137	220	152	245	159	270	151	295	136
21	138	46	160	71	158	96	146	121	173	146	148	171	153	196	171	221	175	246	149	271	156	296	162
22	141	47	145	72	180	97	144	122	143	147	135	172	158	197	192	222	158	247	108	272	105	297	141
23	122	48	137	73	171	98	153	123	120	148	156	173	180	198	156	223	162	248	133	273	141	298	151
24	143	49	138	74	133	99	185	124	177	149	143	174	165	199	119	224	134	249	132	274	174	299	108
25	136	50	133	75	181	100	161	125	154	150	153	175	155	200	152	225	193	250	143	275	131	300	132

No	Tot								
301	128	326	159	351	152	376	154	401	151
302	130	327	144	352	188	377	154	402	196
303	116	328	143	353	128	378	140	403	120
304	146	329	177	354	158	379	113	404	163
305	126	330	142	355	157	380	156	405	175
306	127	331	138	356	114	381	153	406	141
307	139	332	159	357	117	382	138	407	148
308	154	333	120	358	133	383	124	408	120
309	129	334	144	359	144	384	145	409	143
310	160	335	137	360	151	385	164	410	146
311	162	336	119	361	144	386	143	411	137
312	163	337	124	362	151	387	106	412	138
313	165	338	188	363	145	388	148	413	143
314	160	339	156	364	133	389	139	414	167
315	109	340	168	365	158	390	145	415	161
316	142	341	187	366	121	391	143	416	128
317	150	342	146	367	197	392	132	417	105
318	130	343	184	368	199	393	181	418	140
319	108	344	133	369	121	394	192		
320	137	345	132	370	131	395	117		
321	191	346	124	371	171	396	151		
322	149	347	200	372	137	397	138		
323	124	348	126	373	135	398	112		
324	155	349	135	374	159	399	146		
325	156	350	200	375	171	400	189		

## CYLO

No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot	No	Tot
1	75	26	44	51	64	76	88	101	72	126	100	151	86	176	35	201	68	226	76	251	97	276	59
2	39	27	40	52	56	77	91	102	88	127	102	152	82	177	93	202	84	227	73	252	55	277	76
3	59	28	103	53	74	78	90	103	66	128	66	153	67	178	102	203	88	228	96	253	76	278	54
4	48	29	111	54	70	79	91	104	66	129	84	154	97	179	74	204	102	229	86	254	50	279	70
5	40	30	59	55	40	80	107	105	93	130	56	155	85	180	101	205	76	230	97	255	72	280	61
6	47	31	79	56	71	81	91	106	110	131	71	156	61	181	101	206	95	231	103	256	86	281	62
7	80	32	82	57	58	82	102	107	89	132	82	157	85	182	111	207	72	232	87	257	66	282	57
8	36	33	43	58	90	83	74	108	71	133	53	158	79	183	83	208	82	233	54	258	71	283	78
9	45	34	96	59	55	84	93	109	70	134	62	159	76	184	92	209	37	234	61	259	76	284	68
10	70	35	74	60	74	85	98	110	47	135	91	160	68	185	86	210	46	235	68	260	54	285	71
11	67	36	68	61	79	86	70	111	87	136	101	161	61	186	45	211	89	236	48	261	64	286	79
12	31	37	79	62	77	87	45	112	93	137	87	162	39	187	88	212	85	237	62	262	53	287	73
13	28	38	64	63	86	88	41	113	76	138	103	163	84	188	98	213	91	238	77	263	44	288	91
14	66	39	55	64	58	89	68	114	85	139	65	164	70	189	108	214	55	239	72	264	60	289	73
15	75	40	74	65	100	90	81	115	64	140	84	165	90	190	103	215	107	240	51	265	78	290	68
16	52	41	63	66	69	91	66	116	82	141	116	166	72	191	66	216	73	241	78	266	81	291	64
17	61	42	32	67	69	92	62	117	100	142	109	167	56	192	82	217	83	242	44	267	45	292	61
18	75	43	42	68	104	93	87	118	99	143	93	168	93	193	88	218	70	243	65	268	83	293	84
19	73	44	61	69	90	94	60	119	79	144	77	169	91	194	94	219	72	244	60	269	69	294	80
20	79	45	65	70	74	95	83	120	66	145	97	170	73	195	84	220	94	245	68	270	60	295	25
21	58	46	41	71	86	96	67	121	105	146	85	171	82	196	92	221	90	246	61	271	68	296	98
22	76	47	68	72	110	97	65	122	80	147	50	172	116	197	81	222	68	247	65	272	69	297	62
23	78	48	96	73	105	98	64	123	93	148	81	173	83	198	74	223	78	248	61	273	53	298	84
24	66	49	70	74	71	99	109	124	94	149	84	174	82	199	74	224	76	249	62	274	88	299	76
25	86	50	46	75	98	100	80	125	74	150	93	175	82	200	86	225	68	250	54	275	62	300	59

No	Tot								
301	59	326	50	351	78	376	71	401	65
302	67	327	30	352	101	377	72	402	104
303	69	328	77	353	69	378	57	403	79
304	51	329	75	354	42	379	66	404	71
305	54	330	68	355	66	380	67	405	40
306	76	331	74	356	67	381	96	406	47
307	62	332	80	357	65	382	77	407	63
308	76	333	66	358	53	383	59	408	55
309	74	334	63	359	62	384	59	409	76
310	93	335	100	360	64	385	64	410	29
311	68	336	92	361	77	386	67	411	77
312	74	337	69	362	41	387	88	412	66
313	76	338	46	363	67	388	45	413	58
314	65	339	73	364	87	389	40	414	56
315	61	340	66	365	52	390	60	415	56
316	63	341	89	366	72	391	62	416	52
317	83	342	65	367	57	392	70	417	60
318	62	343	52	368	59	393	65	418	59
319	70	344	37	369	59	394	78		
320	73	345	72	370	76	395	56		
321	65	346	86	371	73	396	65		
322	67	347	24	372	70	397	73		
323	53	348	57	373	68	398	71		
324	68	349	55	374	72	399	68		
325	65	350	44	375	66	400	53		



**LAMPIRAN 3**  
**OUTPUT HASIL ANALISIS DESKRIPTIF**  
**BERDASARKAN DEMOGRAFI**

## 1. Jenis Kelamin

JK					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Laki-laki	97	23,2	23,2	23,2
	Perempuan	321	76,8	76,8	100,0
	Total	418	100,0	100,0	

## 2. Usia

USIA					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	18-21 tahun	290	69,4	69,4	69,4
	22-25 tahun	128	30,6	30,6	100,0
	Total	418	100,0	100,0	

## 3. Jurusan

JURUSAN					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	Psikologi	140	33,5	33,5	33,5
	Hukum	29	6,9	6,9	40,4
	Akuntansi	39	9,3	9,3	49,8
	Manajemen	72	17,2	17,2	67,0
	Lainnya	138	33,0	33,0	100,0
	Total	418	100,0	100,0	

## 4. Semester

SEMESTER					
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent	
Valid	2	124	29,7	29,7	29,7
	4	86	20,6	20,6	50,2
	6	38	9,1	9,1	59,3
	8	161	38,5	38,5	97,8
	Lainnya	9	2,2	2,2	100,0

Total	418	100,0	100,0
-------	-----	-------	-------

## 5. Asal Universitas

UNIV				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Universitas Bosowa	108	25,8	25,8	25,8
Universitas Hasanuddin	97	23,2	23,2	49,0
Universitas Negeri Makassar	66	15,8	15,8	64,8
Universitas Atma Jaya Makassar	91	21,8	21,8	86,6
Lainnya	56	13,4	13,4	100,0
Total	418	100,0	100,0	

## 6. Durasi Penggunaan Media Sosial

DURASI				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid < 5 jam/hari	82	19,6	19,6	19,6
5-10 jam/hari	222	53,1	53,1	72,7
10-15 jam/hari	82	19,6	19,6	92,3
> 15 jam/hari	32	7,7	7,7	100,0
Total	418	100,0	100,0	

## CROSSTAB CYBERLOAFING BERDASARKAN DEMOGRAFI

### JK \* KATCYLO Crosstabulation

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
JK	Laki-laki	10	20	37	26	4	97
	Perempuan	22	76	131	63	29	321
Total		32	96	168	89	33	418

**USIA \* KATCYLO Crosstabulation**

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
USIA	18-21 tahun	11	43	131	78	27	290
	22-25 tahun	21	53	37	11	6	128
Total		32	96	168	89	33	418

**SEMESTER \* KATCYLO Crosstabulation**

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
SEMESTER	2	2	9	66	40	7	124
	4	2	16	37	24	7	86
	6	2	7	16	10	3	38
	8	24	62	45	15	15	161
	Lainnya	2	2	4	0	1	9
Total		32	96	168	89	33	418

**DURASI \* KATCYLO Crosstabulation**

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
DURASI	< 5 jam/hari	6	16	32	21	7	82
	5-10 jam/hari	17	52	89	44	20	222
	10-15 jam/hari	5	21	33	18	5	82
	> 15 jam/hari	4	7	14	6	1	32
Total		32	96	168	89	33	418

**UNIV \* KATCYLO Crosstabulation**

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
UNIV	Universitas Bosowa	1	17	52	25	13	108
	Universitas Hasanuddin	13	36	33	10	5	97
	Universitas Negeri Makassar	10	22	20	11	3	66

Universitas Atma Jaya Makassar	3	5	45	28	10	91
Lainnya	5	16	18	15	2	56
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>96</b>	<b>168</b>	<b>89</b>	<b>33</b>	<b>418</b>

### JURUSAN \* KATCYLO Crosstabulation

Count

		KATCYLO					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
JURUSAN	Psikologi	12	26	60	25	17	140
	Hukum	1	2	11	10	5	29
	Akuntansi	0	7	19	10	3	39
	Manajemen	9	32	20	9	2	72
	Lainnya	10	29	58	35	6	138
<b>Total</b>		<b>32</b>	<b>96</b>	<b>168</b>	<b>89</b>	<b>33</b>	<b>418</b>

### CROSSTAB SELF REGULATED LEARNING

#### JK \* KATSRL Crosstabulation

Count

		KATSRL					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
JK	Laki-laki	11	28	24	23	11	97
	Perempuan	22	61	141	79	18	321
<b>Total</b>		<b>33</b>	<b>89</b>	<b>165</b>	<b>102</b>	<b>29</b>	<b>418</b>

#### USIA \* KATSRL Crosstabulation

Count

		KATSRL					Total
		Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
USIA	18-21 tahun	16	56	110	85	23	290
	22-25 tahun	17	33	55	17	6	128
<b>Total</b>		<b>33</b>	<b>89</b>	<b>165</b>	<b>102</b>	<b>29</b>	<b>418</b>

**SEMESTER \* KATSRL Crosstabulation**

Count

	KATSRL					Total
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
2	4	19	53	36	12	124
4	7	14	29	31	5	86
SEMESTER 6	4	9	12	9	4	38
8	16	47	67	23	8	161
Lainnya	2	0	4	3	0	9
Total	33	89	165	102	29	418

**DURASI \* KATSRL Crosstabulation**

Count

	KATSRL					Total
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
< 5 jam/hari	5	25	34	13	5	82
DURASI 5-10 jam/hari	18	48	91	54	11	222
10-15 jam/hari	6	10	31	25	10	82
> 15 jam/hari	4	6	9	10	3	32
Total	33	89	165	102	29	418

**UNIV \* KATSRL Crosstabulation**

Count

	KATSRL					Total
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
Universitas Bosowa	3	19	36	38	12	108
Universitas Hasanuddin	7	31	41	13	5	97
UNIV Universitas Negeri Makassar	8	15	31	10	2	66
Universitas Atma Jaya Makassar	12	9	33	29	8	91
Lainnya	3	15	24	12	2	56
Total	33	89	165	102	29	418

**UNIV \* KATSRL Crosstabulation**

Count

	KATSRL					Total
	Sangat Tinggi	Tinggi	Sedang	Rendah	Sangat Rendah	
UNIV Universitas Bosowa	3	19	36	38	12	108

Universitas Hasanuddin	7	31	41	13	5	97
Universitas Negeri Makassar	8	15	31	10	2	66
Universitas Atma Jaya Makassar	12	9	33	29	8	91
Lainnya	3	15	24	12	2	56
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>89</b>	<b>165</b>	<b>102</b>	<b>29</b>	<b>418</b>

### KATEGORISASI CYBERLOAFING

#### KATCYLO

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sangat Tinggi	32	7,7	7,7	7,7
Tinggi	96	23,0	23,0	30,6
Sedang	168	40,2	40,2	70,8
Rendah	89	21,3	21,3	92,1
Sangat Rendah	33	7,9	7,9	100,0
<b>Total</b>	<b>418</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	

### KATEGORISASI SELF REGULATED

#### KATSRL

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sangat Tinggi	33	7,9	7,9	7,9
Tinggi	89	21,3	21,3	29,2
Sedang	165	39,5	39,5	68,7
Rendah	102	24,4	24,4	93,1
Sangat Rendah	29	6,9	6,9	100,0
<b>Total</b>	<b>418</b>	<b>100,0</b>	<b>100,0</b>	



**LAMPIRAN 4**  
**HASIL UJI RELIABILITAS DAN**  
**HASIL UJI VALIDITAS**

## HASIL UJI RELIABILITAS

### 1. Skala Self Regulated learning

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,942	40

### 2. Skala Cyberloafing

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,947	24

## HASIL UJI VALIDITAS

SME 1 : Kak Dedi Nasruddin, S.Psi

SME 2 : Pak Musawwir, S.Psi., M.Pd

SME 3 : Pak Arie Gunawan HZ, S.Psi., M.Psi., Psikolog

No.	SME 1	SME 2	SME 3	Jumlah	CVR	Keterangan
1.	1	1	0	2	0,33	valid
2.	1	1	0	2	0,33	valid
3.	1	1	0	2	0,33	valid
4.	1	1	1	3	1	valid
5.	1	1	1	3	1	valid
6.	1	1	1	3	1	valid
7.	1	1	1	3	1	valid
8.	1	1	1	3	1	valid
9.	1	1	0	2	0,33	valid
10.	1	1	1	3	1	valid
11.	1	1	0	2	0,33	valid
12.	1	0	1	2	0,33	valid
13.	1	1	0	2	0,33	valid
14.	1	1	0	2	0,33	valid
15.	1	1	1	3	1	valid
16.	1	1	0	2	0,33	valid
17.	1	1	0	2	0,33	valid
18.	1	1	0	2	0,33	valid
19.	1	1	1	3	1	valid
20.	1	1	0	2	0,33	valid
21.	1	1	1	3	1	valid

No.	SME 1	SME 2	SME 3	Jumlah	CVR	Keterangan
22.	1	1	1	3	1	valid
23.	1	1	1	3	1	valid
24.	1	1	1	3	1	valid
25.	1	1	0	2	0,33	valid
26.	1	1	0	2	0,33	valid
27.	1	1	0	2	0,33	valid
28.	1	1	1	3	1	valid
29.	1	1	1	3	1	valid
30.	1	1	0	2	0,33	valid
31.	1	0	1	2	0,33	Valid
32.	1	1	1	3	1	valid
33.	1	1	0	2	0,33	valid
34.	1	1	0	2	0,33	valid
35.	0	1	0	1	-0,33	Tidak valid
36.	1	1	0	2	0,33	valid
37.	1	1	1	3	1	valid
38.	1	1	0	2	0,33	valid
39.	1	1	1	3	1	valid
40.	1	1	1	3	1	valid
41.	0	1	0	1	-0,33	Tidak valid
42.	1	1	0	2	0,33	valid
43.	1	1	0	2	0,33	valid
44.	1	1	0	2	0,33	valid
45.	1	1	0	2	0,33	valid
46.	1	1	0	2	0,33	valid
47.	1	1	1	3	1	valid
48.	1	1	1	3	1	valid
49.	1	1	1	3	1	valid
50.	1	1	0	2	0,33	valid

### Uraian Review

No. Item	Subject Matter Expert			Keterangan
	SME 1	SME 2	SME 3	
1	-		“... jadwal belajar rutin”	Revisi
2	Sumber apa? – sumber pembelajaran		Informasi tentang apa?	Revisi
3	“Saya membuat pengingat...”		Caranya?	Revisi
4				

No. Item	Subject Matter Expert			Keterangan
	SME 1	SME 2	SME 3	
5				
6				
7				
8			Contoh?	Revisi
9	Ini pelaksanaan, sedangkan indikator perencanaan. Bisa diganti dengan "saya akan..."		- Ambigu - Kata silabus diganti	Revisi
10				
11				
12		Redaksi kurang jelas		
13	Ingin itu masih harapan sedangkan indikator ini percaya diri			
14			Secara maksimal operasionalnya bagaimana?	
15				
16	Tolong SPOK		???	Revisi
17			"... setiap semester"	Revisi
18	Dosen yang diperhatikan atau materi yang diperhatikan		Memperhatikan, maksudnya?	Revisi
19				
20			Caranya?	
21				
22				
23				
24				
25			Mau ukur perencanaan atau apa? "Saya mempelajari terlebih dahulu materi kuliah yang nanti akan diajarkan dosen"	Revisi
26			Materi apa?	Revisi
27			Tidak jelas	
28				
29				
30			Dengan cara?	
31				
32				

No. Item	Subject Matter Expert			Keterangan
	SME 1	SME 2	SME 3	
33			Kenapa muncul presentasi kelompok?	
34			Materi apa?	Revisi
35			Tidak jelas	
36			Ganti 'review' dengan kata lain	Revisi
37				
38			Ganti konsisten	Revisi
39				
40	Apa itu menyelingi? Cari narasi yang lebih oke.			Revisi
41	Menjalankan dan merencanakan beda		Menjalankan rencana beda dengan merencanakan	Revisi
42	Informasi apa?		Dengan cara apa? Lebih spesifik	Revisi
43			Dengan cara? Spesifik	
44		Tidak perlu ada kalimat "untuk memperbaiki kesalahan"		
45			Yakinnya dalam bentuk perilaku seperti apa?	
46				
47		Redaksi tidak jelas		
48	"Saya tetap belajar meskipun tidak ada tugas"			Revisi
49				
50				

## UJI KETERBACAAN

### Nama Reviewer

**1 : Salsabila Nandini Rasyid (4522091175)**

**2 : Nurul Azizah (4522091065)**

**3 : Yuvemia Iriani Hartanto (4522091095)**

**4 : Rizky Fitriani (4522091043)**

**5 : Pricilia Novianti (4522091109)**

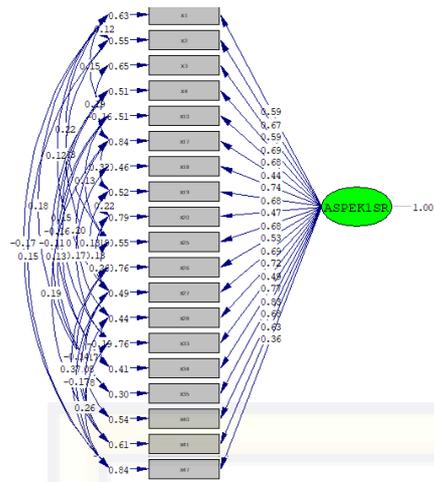
No	Reviewer 1	Reviewer 2	Reviewer 3	Reviewer 4	Reviewer 5
1	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
2	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
3	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
4	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
5	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
6	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
7	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
8	Paham	Tidak	IYA	Paham	Paham
9	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
10	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
11	Paham	Tidak	TIDAK	Paham	Paham
12	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
13	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
14	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
15	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
16	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
17	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
18	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
19	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
20	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
21	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
22	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
23	Paham	Iya	TIDAK	Paham	Paham
24	Paham	Iya	TIDAK	Paham	Paham
25	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
26	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
27	Kurang Paham	Tidak	IYA	Paham	Paham
28	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
29	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
30	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
31	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
32	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
33	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
34	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham

35	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
36	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
37	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
38	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
39	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
40	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
41	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
42	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
43	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
44	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
45	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
46	Paham	Tidak	IYA	Paham	Paham
47	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham
48	Paham	Iya	IYA	Paham	Paham



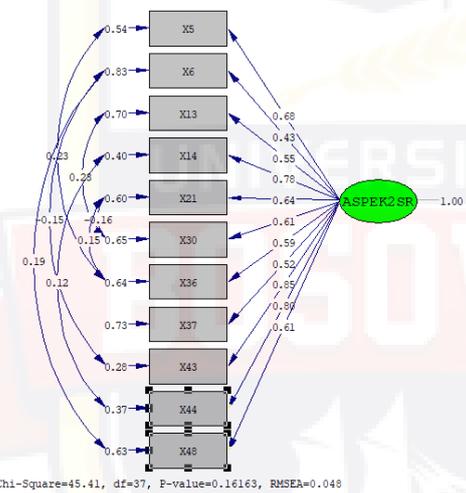
# 1. Self Regulated Learning

## - Aspek 1



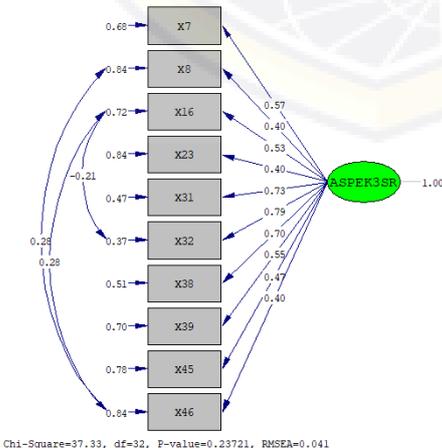
Chi-Square=144.46, df=119, P-value=0.05614, RMSEA=0.046

## - Aspek 2



Chi-Square=45.41, df=37, P-value=0.16163, RMSEA=0.048

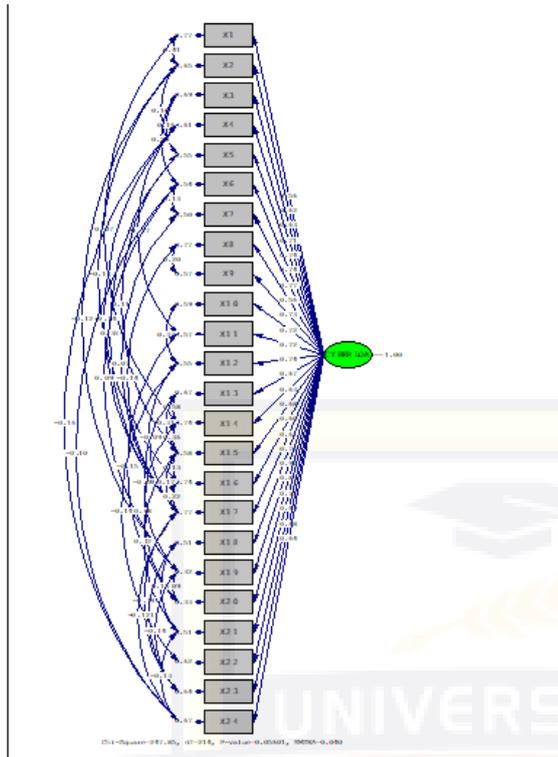
## - Aspek 3



Chi-Square=37.33, df=32, P-value=0.23721, RMSEA=0.041

<b>No. Item</b>	<b>Faktor Loading</b>	<b>Error</b>	<b>t-value</b>
1	0.59	0.09	6.47
2	0.67	0.09	7.53
3	0.63	0.09	7.15
4	0.66	0.09	7.33
5	0.69	0.09	7.71
6	0.36	0.10	3.72
7	0.57	0.10	5.87
8	0.43	0.10	4.26
9	0.69	0.09	7.94
10	0.64	0.09	7.06
11	0.60	0.09	6.37
12	0.61	0.09	6.65
13	0.60	0.09	6.49
14	0.70	0.09	7.84
15	0.19	0.10	4.26
16	0.54	0.10	5.30
17	0.63	0.10	6.63
18	0.69	0.09	7.95
19	0.67	0.09	7.41
20	0.52	0.09	5.53
21	0.70	0.09	7.68
22	0.35	0.10	3.49
23	0.42	0.10	4.17
24	0.50	0.10	4.85
25	0.69	0.09	7.91
26	0.51	0.09	5.44
27	0.72	0.08	8.51
28	0.74	0.08	8.87
29	0.67	0.09	7.49
30	0.76	0.09	8.25
31	0.71	0.09	7.78
32	0.80	0.09	8.92
33	0.57	0.09	6.08
34	0.72	0.09	8.28
35	0.78	0.08	9.23
36	0.62	0.09	6.78
37	0.48	0.10	4.84
38	0.69	0.09	7.52
39	0.54	0.10	5.53
40	0.69	0.09	7.78
41	0.67	0.09	7.51
42	0.59	0.09	6.55
43	0.82	0.09	9.65
44	0.73	0.09	8.30
45	0.45	0.10	4.46
46	0.43	0.10	4.28
47	0.40	0.10	4.10
48	0.50	0.10	5.20

## 2. Cyberloafing



No. Item	Faktor Loading	Error	t-value
1	0.56	0.10	5.69
2	0.62	0.09	6.61
3	0.63	0.10	6.56
4	0.71	0.10	7.49
5	0.74	0.09	7.97
6	0.74	0.09	8.00
7	0.77	0.09	8.45
8	0.56	0.10	5.70
9	0.73	0.09	7.84
10	0.72	0.09	7.65
11	0.72	0.09	7.74
12	0.74	0.09	8.00
13	0.67	0.10	6.95
14	0.63	0.10	6.33
15	0.68	0.09	7.39
16	0.60	0.10	6.16
17	0.61	0.10	6.06
18	0.76	0.09	8.39
19	0.90	0.09	10.37
20	0.87	0.09	10.11
21	0.76	0.09	8.33
22	0.69	0.09	7.30
23	0.68	0.10	7.12
24	0.64	0.10	6.65



**LAMPIRAN 5**  
**HASIL UJI ASUMSI**

## 1. Uji Normalitas

### - Cyberloafing

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
TOTALCYLO	,041	418	,094	,995	418	,177

a. Lilliefors Significance Correction

### - Self Regulated Learning

**Tests of Normality**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
TOTALSRL	,029	418	,200*	,996	418	,463

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

a. Lilliefors Significance Correction

## 2. Uji Linearitas

**ANOVA Table**

				Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)				40987,190	89	460,530	1,731	,000
TOTALCYLO * TOTALSRL	Between Groups	Linearity		7927,790	1	7927,790	29,802	,000
		Deviation from Linearity		33059,400	88	375,675	1,412	,017
	Within Groups			87252,360	328	266,013		
Total				128239,550	417			



**LAMPIRAN 6**  
**HASIL UJI HIPOTESIS**

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,249 <sup>a</sup>	,062	,060	17,006

a. Predictors: (Constant), TOTALSRL

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	7927,790	1	7927,790	27,412	,000 <sup>b</sup>
	Residual	120311,761	416	289,211		
	Total	128239,550	417			

a. Dependent Variable: TOTALCYLO

b. Predictors: (Constant), TOTALSRL

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	39,702	6,239		6,363	,000
	TOTALSRL	,216	,041	,249	5,236	,000

a. Dependent Variable: TOTALCYLO