



**PENGARUH *SELF-CONTROL* TERHADAP PERILAKU
CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI SUKU DINAS
PENANGGULANGAN KEBAKARAN DAN PENYELAMATAN
KECAMATAN GAMBIR JAKARTA PUSAT**



SKRIPSI

**UNIVERSITAS
MUHAMMAD RIZQY OCTAVIAN
MERCU BUANA
46120010056**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2024



**PENGARUH *SELF-CONTROL* TERHADAP PERILAKU
CYBERLOAFING PADA KARYAWAN DI SUKU DINAS
PENANGGULANGAN KEBAKARAN DAN PENYELAMATAN
KECAMATAN GAMBIR JAKARTA PUSAT**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana (S1) pada Program Studi Psikologi**

MUHAMMAD RIZQY OCTAVIAN

46120010056

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2024

LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Rizqy Octavian
NIM : 46120010056
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Control* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Karyawan Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan di Kecamatan Gambir Jakarta Pusat

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam laporan skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 30 Agustus 2024



Muhammad Rizqy Octavian

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Muhammad Rizqy Octavian
NIM : 46120010056
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Cyberloafing pada Karyawan di Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Kecamatan Gambir Jakarta Pusat

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Amy Mardhatillah, Ph.D
NIDN : 0308088403

()

Ketua Penguji : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.
NIDN : 0308018301

()

Penguji I : Masyhar, MA.
NIDN : 0317117703

()

Jakarta, 26 Agustus 2024

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi



Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT yang maha Esa telah memberikan rahmat dan anugerah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Self Control* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Karyawan di Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Kecamatan Gambir Jakarta Pusat”.

Dalam menyusun skripsi ini, penulis sadar bahwa apa yang diperoleh penulis tidak semata-mata hasil dan jerih payah penulis sendiri tentu tak lepas dari pengarahan dan bimbingan dari berbagai pihak yang terkait. Maka penulis menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. Andi Andriansyah, M.Eng selaku rektor Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Ibu Kharisma Riskinanti, M.Psi., P.Si selaku Ketua Program Universitas Mercu Buana.
5. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi, M.Sc. selaku Sekretaris Program Studi 1 Fakultas Psikologi.
6. Ibu Amy Mardhatillah, M. Sc, Ph.D selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, dukungan, serta bimbingan selama proses penyusunan skripsi.
7. Segenap dosen dan staff Fakultas Psikologi yang saya hormati dan telah mendidik dan memberikan ilmu selama perkuliahan di Universitas Mercu Buana.
8. Allah SWT yang selalu menguatkan dan memudahkan proses pendidikan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

9. Kedua orang tua, adik tercinta dan keluarga besar, terima kasih atas seluruh doa, dukungan dan motivasi yang sangat tulus kepada saya dan menjadi penyemangat saya sampai saat ini sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
10. Sahabat-sahabat Shapimooo yang selalu memberikan dukungan dan kebahagiaan untuk saya selama ini.
11. Sahabat-sahabat saya, Diana dan Luthfia yang juga selalu mendukung perjalanan saya dalam menyusun skripsi.
12. Teman seperjuangan saya, Bagus Putra Indraatmoko yang selalu mendukung selama perkuliahan hingga skripsi selesai.
13. Serta semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu, yang selalu memberikan semangat, dukungan, motivasi, dan berbagi ilmu pengetahuan dan saran dalam proses penelitian ini hingga selesai.

Penulis menyadari dalam penelitian ini terdapat berbagai banyak kesalahan dan kekurangan oleh sebab itu penulis memohon maaf yang sebesar-besarnya. Penulis berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk kita semua. Akhir kata dari penulis, semoga Allah senantiasa membalas segala kebaikan bapak/ibu, keluarga, dan teman-teman semuanya yang telah mendukung dan membantu dalam penelitian ini.

Jakarta, 26 Agustus 2024



Muhammad Rizqy Octavian

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Rizqy Octavian
NIM : 46120010056
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Control* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Karyawan Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan di Kecamatan Gambir Jakarta Pusat

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan Laporan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 30 Agustus 2024



Muhammad Rizqy Octavian

ABSTRAK

Nama : Muhammad Rizqy Octavian
NIM : 46120010056
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Control* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Karyawan Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan di Kecamatan Gambir Jakarta Pusat
Dosen Pembimbing : Amy Mardhatillah, M.Sc., Ph.D

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *self control* terhadap perilaku *cyberloafing* pada karyawan Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan di Kecamatan Gambir Jakarta Pusat. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan analisis regresi linier sederhana menggunakan *software* SPSS versi 20. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Proportional Simple Random Sampling* dan memperoleh sampel sebanyak 131 responden. Pengukuran *self control* menggunakan *Brief Self-Control Scale* yang diadaptasi dari Tangney dkk (2004) dan perilaku *cyberloafing* menggunakan alat ukur perilaku *cyberloafing* yang dimodifikasi dari Lim & Teo (2005). Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *self control* terhadap perilaku *cyberloafing* dengan nilai koefisien determinasi sebesar 0,084 atau 8,4%.

Kata kunci: *Self Control*, Perilaku *Cyberloafing*, Karyawan

ABSTRACT

Name : Muhammad Rizqy Octavian
NIM : 46120010056
Study Program : Psychology
Thesis Title : *The Effect of Self Control on Cyberloafing Behavior in Employees of Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan in Gambir District, Central Jakarta*
Advisor : Amy Mardhatillah, M.Sc., Ph.D

This study aims to examine the effect of self-control on cyberloafing behavior in employees of Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan in Gambir District, Central Jakarta. The research method used is quantitative with simple linear regression analysis using SPSS software version 20. Sampling was carried out using Proportional Simple Random Sampling technique and obtained a sample of 131 respondents. Self-control measurement uses the Brief Self-Control Scale adapted from Tangney et al (2004) and cyberloafing behavior using a modified cyberloafing behavior measuring instrument from Lim & Teo (2005). The results prove that there is a significant negative influence between self control on cyberloafing behavior with a coefficient of determination of 0.084 or 8.4%.

Keywords: *Self Control, Cyberloafing Behaviour, Employee*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERNYATAAN KARYA SENDIRI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoretis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Perilaku <i>Cyberloafing</i>	9
2.1.1 Pengertian Perilaku <i>Cyberloafing</i>	9
2.1.2 Dimensi Perilaku <i>Cyberloafing</i>	9
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku <i>Cyberloafing</i>	10
2.2 <i>Self control</i> (Kontrol Diri).....	15
2.2.1 Pengertian <i>Self control</i> (Kontrol Diri).....	15

2.2.2	Dimensi <i>Self Control</i> (Kontrol Diri)	17
2.2.3	Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Self Control</i> (Kontrol Diri)	17
2.3	Penelitian Terdahulu.....	18
2.4	Dinamika Variabel Penelitian.....	24
2.5	Kerangka Berpikir	27
2.6	Hipotesis Penelitian.....	27
BAB III METODE PENELITIAN		28
3.1	Desain Penelitian.....	28
3.1.1	Pendekatan	28
3.1.2	Metode.....	28
3.1.3	Identifikasi Variabel.....	28
3.2	Subjek Penelitian.....	28
3.2.1	Populasi.....	29
3.2.2	Sampel.....	29
3.2.3	Metode Pengumpulan Data.....	31
3.3	Definisi Operasional.....	32
3.3.1	<i>Self-control</i>	32
3.3.2	Perilaku <i>Cyberloafing</i>	32
3.4	Instrumen Penelitian.....	32
3.4.1	Skala <i>Self-Control</i>	33
3.4.2	Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	34
3.5	Uji Validitas & Reliabilitas	36
3.5.1	Uji Validitas	36
3.5.2	Uji Reliabilitas & Analisis Butir Pernyataan	39
3.6	Teknik Analisis Data	40
3.6.1	Analisis Deskriptif	40

3.6.2	Analisis Inferensial.....	40
3.6.2.1	Uji Asumsi Klasik	41
3.6.2.2	Uji Hipotesis.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		43
4.1	Hasil Deskripsi Umum Partisipan	43
4.2	Gambaran Umum Subjek Penelitian	43
4.3	Hasil.....	48
4.3.1	Analisis Deskriptif dan Kategorisasi.....	48
4.3.2	Uji Asumsi Klasik	50
4.3.3	Uji Hipotesis.....	52
4.3.4	Analisis Tambahan.....	53
4.4	Pembahasan Penelitian	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		63
5.1	Kesimpulan.....	63
5.2	Keterbatasan Penelitian	64
5.3	Keunikan Penelitian.....	64
5.4	Saran.....	65
5.4.1	Saran Teoretis.....	65
5.4.2	Saran Praktis.....	65
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN.....		72

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	18
Tabel 3.1 Perhitungan <i>Proportional Simple Random Sampling</i> berdasarkan Divisi	31
Tabel 3.2 Perhitungan <i>Proportional Simple Random Sampling</i> berdasarkan Status Karyawan	31
Tabel 3.3 Skor butir pernyataan <i>favourable</i> dan <i>unfavourable</i>	33
Tabel 3.4 Blue Print Skala <i>Self Control</i>	33
Tabel 3.5 Blue Print Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	34
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas <i>Self Control</i> dengan <i>Product Moment</i>	37
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas Perilaku <i>Cyberloafing</i> dengan <i>Product Moment</i>	37
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Control</i>	39
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Perilaku <i>Cyberloafing</i>	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	43
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Usia.....	44
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir	45
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Status Pegawai.....	45
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Divisi	46
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Masa Kerja.....	47
Tabel 4.7 Hasil Analisis Deskriptif.....	48
Tabel 4.8 Kriteria Kategorisasi Skala Alat Ukur	48
Tabel 4.9 Kategorisasi Perilaku <i>Cyberloafing</i>	49
Tabel 4.10 Kategorisasi <i>Self-Control</i>	49
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 4.12 Hasil Uji Linearitas	51
Tabel 4.13 Hasil Uji Heteroskedastisitas	52
Tabel 4.14 <i>Model Summary</i>	52
Tabel 4.15 <i>Coefficients</i>	53
Tabel 4.16 Matriks Korelasi Antar Dimensi	54
Tabel 4.17 Hasil Uji Anova pada Jenis Kelamin	55
Tabel 4.18 Hasil Uji Anova pada Usia.....	55

Tabel 4.19 Hasil Uji Anova pada Tingkat Pendidikan	56
Tabel 4.20 Hasil Uji Anova pada Status Pegawai.....	57
Tabel 4.21 Hasil Uji Anova pada Divisi	58
Tabel 4.22 Hasil Uji Anova pada Masa Kerja	58



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	27
-----------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Expert Judgement</i>	72
Lampiran 2 Kuesioner Penelitian.....	84
Lampiran 3 Hasil Uji SPSS.....	90
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	101
Lampiran 5 Hasil Uji Plagiasi <i>Turnitin</i>	103

