

**HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DENGAN PERILAKU CYBER LOAFING PADA  
PEGAWAI DINAS X KOTA SAMARINDA**

*The Relationship Between Self Control With Cyber Loafing Behavior in Service Employees X  
Samarinda*

Vera Widya. A<sup>(1)</sup>, Meyritha Trifina Sari<sup>(2)</sup>, Diana Imawati<sup>(3)</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda<sup>(1,2,3)</sup>

Email: verawidya97@gmail.com

**Abstrak:** *Internet* dapat membantu dan memudahkan aktifitas pekerjaan. Namun terdapat dampak negatif dari adanya internet di tempat kerja yaitu pekerja dapat melakukan kelalaian berupa mengakses *internet* pada waktu jam kerja tanpa ada sangkut paut dengan pekerjaan, hal tersebut dinamakan *cyberloafing*. Terdapat faktor individual dalam diri seseorang untuk melakukan *cyberloafing*, salah satunya adalah *self control*. *Self control* memiliki pengaruh terhadap niat individu untuk melakukan berbagai perilaku yang kurang tepat saat bekerja. Hasil analisa data yang telah dilakukan dengan menggunakan analisa *product moment*, diperoleh nilai koefisien (r) sebesar -0,973 dengan nilai signifikansi (p) sebesar  $0,00 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing*. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *self control* yang dimiliki, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dilakukannya.

**Kata Kunci:** *Cyber Loafing, Self Control*

**Abstract:** *The internet can help and facilitate work activities. However, there is a negative impact from the internet in the workplace, that is workers can make negligence in the form of accessing the internet during working without having anything to do with work, this is called cyberloafing. One of the individual factors in a person to do cyberloafing is self control. Self control has an influence on individual intentions to perform various inappropriate behaviors at work. The results of data analysis that has been done using product moment analysis, obtained a coefficient value (r) of -0.973 with a significance value (p) of  $0.00 < 0.05$ . This shows that there is a negative relationship between self control and cyberloafing. Therefore, it can be said that the higher the self-control, the lower the cyberloafing behavior.*

**Keywords:** *Cyber Loafing, Self Control*

## PENDAHULUAN

Penggunaan *internet* pada perusahaan dan organisasi menjadi sebuah kebutuhan utama bagi suatu perusahaan dan organisasi di zaman modern ini. *Internet* dapat membantu dan memudahkan aktifitas pekerjaan, seperti penyampaian dan penerimaan informasi yang lebih cepat hingga meminimalisir waktu kerja dan membuat pekerjaan lebih mudah untuk diselesaikan. Dengan adanya *internet*, perusahaan dan organisasi dapat mengurangi beban pekerjaan dan mempermudah aktifitas pekerjaan.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 Juli 2020 pukul 10.00 WITA di salah satu kantor dinas di Samarinda dapat digambarkan bahwa selain dampak positif yang diperoleh dari adanya teknologi *internet* pada perusahaan dan organisasi seperti mempermudah pekerjaan tersebut, terdapat juga dampak negatif yaitu pekerja dapat melakukan kelalaian berupa perilaku penyimpangan dalam melaksanakan pekerjaannya seperti mengakses *internet* pada waktu jam kerja tanpa ada sangkut paut dengan pekerjaan dan bertujuan untuk menghilangkan kejenuhan maupun mendapatkan hiburan dari teknologi *internet*. Perilaku tersebut adalah *cyberloafing*.

Perilaku *cyberloafing* membuat pekerja menjadi tidak fokus dalam melakukan pekerjaannya. Perilaku tersebut bahkan menyebabkan kerugian dalam perusahaan dan organisasi karena pekerja yang melakukan *cyberloafing* cenderung dalam kurun waktu yang cukup lama sehingga dapat menurunkan produktifitas kerja. Oleh karena itu pekerjaan menjadi terabaikan karena hanya ingin mencari hiburan melalui *internet* yang seharusnya menjadi fasilitas untuk mempermudah pekerjaan.

Hasil riset yang dimuat dalam berita *online satukanal.com* pada tahun 2020 yang di akses oleh peneliti pada tanggal 23 Agustus 2020 dikatakan bahwa pekerja mengambil beberapa menit setiap satu jam atau dua jam untuk menjelajahi web, melihat berita online, bahkan membuka laman Facebook. Selain itu 6 dari 10 orang mengakui bahwa mereka tidak dapat melewati hari kerja tanpa sosial media mereka. Sementara yang lain mengatakan

bahwa Facebook adalah salah satu halaman yang paling banyak dibuka saat mengambil jeda dari pekerjaan di kantor.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thaybatan dan Santoso (2019) menunjukkan bahwa dari 100 orang sampel pekerja ditemukan bahwa 63 orang atau 63% melakukan perilaku *cyberloafing* pada saat jam kerja tengah berlangsung, dan ini perlu di waspadei oleh berbagai instansi dan pemilik perusahaan dan organisasi untuk mulai mempertimbangkan dampak dari penggunaan *internet* dalam pekerjaan, karena tidak selamanya *internet* memberikan manfaat dalam sebuah pekerjaan tetapi juga memiliki sisi negatif bila tidak di awasi dalam penggunaannya dan akan berdampak pada kinerja pekerja serta instansi atau perusahaan dan organisasi itu sendiri.

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan munculnya *cyberloafing* pada pekerja, yaitu faktor organisasi, faktor situasional, dan faktor individual (Ozler & Polat, 2012). Faktor organisasi adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam perusahaan dan organisasi yaitu tempat di mana pegawai tersebut bekerja. Faktor ini meliputi peraturan instansi mengenai penggunaan *internet*, konsekuensi tertentu dari instansi jika terjadi *cyberloafing*, norma sosial dalam instansi, dukungan manajerial (memberitahu pegawai mengenai penggunaan *internet* di tempat kerja), dan karakteristik pekerjaan yang dimiliki oleh pegawai. Faktor situasional juga akan mempengaruhi munculnya *cyberloafing*.

Perilaku *cyberloafing* biasanya terjadi apabila individu memiliki akses *internet* di tempat kerja, hal inilah yang memediasi munculnya perilaku tersebut (Weatherbee, 2010). Salah satu faktor situasional adalah kedekatan jarak (seperti jarak ruangan pegawai) dengan atasan. Kedekatan jarak dengan atasan di kantor secara tidak langsung akan mempengaruhi *cyberloafing*. Hal ini tergantung pada persepsi pegawai mengenai kontrol instansi terhadap perilakunya, termasuk ada atau tidaknya sanksi dan peraturan perusahaan dan organisasi (Ozler & Polat, 2012).

*Cyberloafing* oleh karyawan dapat terjadi berdasarkan berbagai penyebab. Ozler dan Polat (2012) mengungkapkan bahwa

*cyberloafing* dapat terjadi disebabkan oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal digolongkan menjadi dua, yaitu faktor organisasi dan faktor situasional. Sedangkan faktor internal merupakan faktor yang terdapat dalam diri individu. Salah satu faktor individu yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberloafing* yaitu control diri atau *self control*.

Jika dilihat melalui *self control*, pegawai yang memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam perilaku menyimpang di tempat kerja adalah pegawai yang memiliki *self control* rendah (Restubog dkk, 2011). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nagin & Paternoster, *self control* memiliki pengaruh terhadap niat individu untuk melakukan berbagai perilaku terlarang saat bekerja.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 12 Juli 2020 pukul 14.04 WITA pada ruang administrasi pada salah satu perusahaan swasta di Samarinda digambarkan bahwa larangan tertulis dan peletakan CCTV efektif untuk meminimalisir perilaku *cyberloafing*. Hal tersebut membuat pekerja mempertimbangkan perilakunya untuk melakukan perilaku *cyberloafing*, karena jika pekerja tertangkap sedang melakukan *cyberloafing* maka pekerja tersebut akan diberikan teguran dan sanksi yang di tentukan oleh atasan pekerja. Peraturan dan ketentuan perusahaan dan organisasi tersebut adalah *self control*, yakni menekan perilaku pekerja sehingga pekerja tidak berperilaku menyimpang ditempat kerja.

Penelitian yang dilakukan oleh Ardilasari dan Firmanto (2017) pada 90 subjek pegawai negeri sipil bagian administrasi di Dinas Pertanian, Dinas Pendidikan, Dinas Kesehatan Dinas Perhubungan dan Dinas Kepemudaan dan Olahraga di Kota Malang dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self control* yang dimiliki pegawai negeri sipil maka semakin rendah pula perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Surata dan Hurriyati (2018) pada 144 pegawai administrasi rumah sakit Palembang terdapat 65 pegawai administrasi yang memiliki perilaku *cyberloafing* rendah. Dapat

disimpulkan bahwa rata-rata pegawai administrasi rumah sakit memiliki perilaku *cyberloafing* rendah karena memiliki *self control* yang tinggi sesuai dengan fenomena yang ditemukan oleh peneliti di lapangan. Sedangkan individu yang memiliki *self control* yang rendah cenderung lebih besar untuk melakukan perilaku *cyberloafing* yang tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan dan Pratama (2020) pada 52 pegawai rumah sakit di Kota Bukittinggi dapat disimpulkan bahwa secara umum *self control* dari pegawai rumah sakit di Kota Bukittinggi berada pada kategori tinggi sehingga kecenderungan perilaku *cyberloafing* dari pegawai rumah sakit di Kota Bukittinggi berada pada kategori rendah. Penelitian ini memperlihatkan bahwa terdapat kontribusi *self control* terhadap kecenderungan perilaku *cyberloafing*.

Berdasarkan uraian masalah di atas dan penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing* pada pegawai Dinas X Kota Samarinda dikarenakan terdapat banyak fenomena yang menunjukkan pekerja atau pekerja yang melakukan penyalahgunaan fasilitas kantor berupa komputer dan *internet* di tempat kerja. Dan dalam hal ini peneliti ingin mengetahui apakah *self control* berhubungan dengan perilaku tersebut. Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dari penelitian-penelitian sebelumnya adalah terletak pada subjek penelitian.

## METODE

Penelitian ini termasuk dalam tipe penelitian kuantitatif yang menggunakan penelitian korelasi. Penelitian korelasi adalah hubungan antara dua atau lebih fenomena yang melibatkan ukuran statistik tingkat atau derajat hubungan (Syamsudin & Damiyanti: 2011). Peneliti mencari hubungan antara variabel X yaitu *self control*, dengan variabel Y yaitu *cyberloafing*.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya

(Sugiyono, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah pegawai Dinas X Kota Samarinda dengan jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 126 pegawai.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2011). Peneliti menggunakan teknik pengambilan *Purposive Sampling* yaitu teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh lebih representatif (Sugiyono, 2010). Sampel dalam penelitian ini adalah pegawai Dinas X Kota Samarinda dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Bekerja selama minimal dua tahun
- b. Bekerja dengan fasilitas komputer dan *internet*.
- c. Berjenis kelamin yaitu laki-laki dan/atau perempuan.
- d. Bekerja *in-office* dan/atau tidak *work from home*

Dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* didapatkan sample sebanyak 108 pegawai.

## HASIL

Pada penelitian ini didapatkan sampel sebanyak 108 responden di Kota Samarinda. Responden tersebut dinyatakan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti. Berdasarkan kuesioner yang telah dikumpulkan, responden terbanyak yang mengisi kuesioner seberjenis kelamin laki-laki sebanyak 63 responden dan perempuan sebanyak 45 responden.

Diketahui bahwa nilai variable *cyberloafing* diperoleh mean 49,21 dan standar deviasi 9,36. Berdasarkan sebaran *cyberloafing* dapat disimpulkan bahwa tingkat *cyberloafing* pada pegawai Dinas X Kota Samarinda berada pada kategori tinggi dengan persentase 60%. Adapun untuk variable *self control* diperoleh mean 58,87 dan standar deviasi 5,39. Berdasarkan sebaran *self control* diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat *self control* pada pegawai Dinas X Kota Samarinda berada pada kategori rendah dengan persentase 50%.

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,258 ( $p > 0,05$ ). Maka hal ini menunjukkan

bahwa data dari dua variable berdistribusi normal. Adapun untuk uji multikolinearitas yang telah dilakukan diperoleh nilai Tolerance sebesar  $1 > 0,10$ . Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas pada variable *cyberloafing* dan *self control*.

Dapat diketahui bahwa nilai signifiansi sebesar  $0,000 < 0,05$  dan nilai *Pearson Correlation*  $-0,973 < 0,195$  (r tabel). Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing* pada pegawai tetap Dinas X Kota Samarinda”.

## PEMBAHASAN

Hasil analisa data yang telah dilakukan dengan menggunakan analisa *product moment*, diperoleh nilai koefisien (r) sebesar -0,973 dengan nilai signifikansi (p) sebesar  $0,00 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing* pada pegawai Dinas X Samarinda. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *self control* yang dimiliki pegawai Dinas X Samarinda, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dilakukannya. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *self control* yang dimiliki pegawai Dinas X Samarinda, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Ardilasari (2016) bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing* pada pegawai negeri sipil. Maka dapat dikatakan, semakin tinggi *self control* yang dimiliki pegawai negeri sipil, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dilakukannya. Begitupula sebaliknya semakin rendah *self control* yang dimiliki pegawai negeri sipil, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan.

Hasil analisa uji deskriptif, *self control* memiliki persentase rendah sebesar 25,9% terhadap perilaku *cyberloafing* dengan persentase tinggi mencapai 55,6%. Hal ini menunjukkan bahwa pegawai menggunakan *internet* untuk mencari hiburan pada saat jam kerja. Seperti mengakses situs jejaring sosial, mengunjungi situs-situs berita dan olahraga,

serta mengirim dan membuka email pribadi. Tipe pegawai yang terlibat dalam perilaku *cyberloafing* ini menggunakan *internet* yang tidak berkaitan dengan pekerjaan (Blanchard & Henle, 2009).

Tingkat *self control* pada individu juga menunjukkan kemampuannya dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya ke arah konsekuensi yang positif. Sedangkan individu yang mempunyai tingkat *self control* yang rendah cenderung lebih besar untuk melakukan perilaku *cyberloafing* (Ozler & Polat, 2012). *Self control* antara satu individu dengan individu yang lain berbeda-beda. Terdapat perbedaan tingkat *self control* pada laki-laki dan/atau perempuan. Laki-laki cenderung memiliki *cyberloafing* lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hasil data penelitian menunjukkan bahwa pegawai dengan jenis kelamin laki-laki cenderung untuk menghabiskan waktu dengan bermain game online, streaming chanel olahraga, hingga melihat berita online. Hal ini menunjukkan bahwa *self control* yang dimiliki pegawai laki-laki lebih rendah dibandingkan dengan perempuan, dan ini merupakan kelemahan penelitian karena jumlah responden laki-laki dan responden perempuan tidak berjumlah sama.

Apabila individu mempunyai *self control* yang tinggi mereka lebih jarang terlibat dalam perilaku yang kurang tepat di tempat kerja. Oleh karena itu *self control* berhubungan dalam menentukan perilaku yang dilakukan individu saat bekerja, apakah perilaku yang bersifat produktif atau sebaliknya. Menurut data penelitian, mayoritas pegawai yang memiliki *self control* rendah terdapat pada usia dewasa awal dengan rentang usia 18 – 25 tahun (Arnett dalam Santrock, 2011), usia tersebut merupakan usia dengan intensitas penggunaan internet yang tinggi sehingga perhatiannya hanya akan tertuju pada apa yang dibuka menggunakan internet, misalnya media sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Mawardah (2019) dengan penelitian kualitatif pada lima orang dengan usia dewasa awal disimpulkan bahwa kelima subjek menyatakan mengalami adiksi internet. Penggunaan internet yang berlebihan tidak hanya disebabkan oleh media sosial dan game online, namun juga disebabkan oleh faktor

berupa aplikasi lain yang berbasis internet seperti youtube, google, dan viu.

Penelitian ini menunjukkan bahwa ketika perusahaan/dan atau organisasi tidak membatasi hak penggunaan *internet* pada pekerja maka faktor-faktor *cyberloafing* akan muncul, salah satunya adalah faktor individual. Faktor-faktor individual yang dimaksud adalah sifat pekerja salah satunya adalah sifat *self control*. *Self control* ini memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam perilaku yang kurang tepat di tempat kerja.

Perbedaan penelitian dengan penelitian terdahulu terletak pada situasi pandemi *Covid-19*. Tidak dapat dipungkiri, penggunaan internet semakin meningkat pasca pandemi dikarenakan bergesernya hubungan dan komunikasi dari realitas sosial di dunia nyata menjadi di dunia maya. Namun, pada situasi yang serba menggunakan internet ini tidak membuat pekerja mengurungkan niat untuk tidak mengakses internet pada jam kerja agar lebih memfokuskan diri untuk lebih menyelesaikan pekerjaannya. Dikarenakan hasil yang didapat dalam penelitian ini adalah hasil yang kurang baik, maka peneliti memutuskan untuk tidak menuliskan tempat penelitian secara spesifik agar menghindari citra yang tidak baik untuk instansi terkait.

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 108 pegawai Dinas X Samarinda dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima dan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara *self control* dengan perilaku *cyberloafing*. Semakin tinggi *self control* yang dimiliki oleh pekerja maka semakin rendah pula perilaku *cyberloafing* yang dilakukan, sebaliknya semakin rendah *self control* yang dimiliki pekerja, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dilakukan. Pekerja yang mempunyai karakter *self control* dan integritas yang tinggi di tempat kerja akan lebih jarang terlibat perilaku yang kurang tepat di tempat kerja seperti perilaku *cyberloafing*.

Pegawai Dinas X Samarinda cenderung menggunakan fasilitas internet kantor diluar kepentingan pekerjaan, seperti

membuka sosial media untuk jangka waktu yang cukup lama. Hal ini dikarenakan kurangnya *self control* yang dimiliki oleh pekerja. Pekerja kurang mengendalikan diri, kurang berkomitmen dalam menyelesaikan pekerjaan, dan kurang mampu untuk memutuskan memilah perilaku-perilaku yang tidak sesuai untuk dilakukan di tempat kerja, yaitu untuk tidak membuka media sosial untuk waktu yang lama pada jam kerja.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anugrah, A. P., & Margaretha, M. (2013). Regulasi Diri Mempengaruhi Perilaku Cyberloafing yang Dimoderasi oleh berbagai Karakteristik Individual Mahasiswa Universitas Kristen Maranatha. *Seminar Nasional dan Call for Paper ISSN: 978-979-19940-2-6*, 28.
- Ardilasari, N., & Firmanto, A. (2017). Hubungan Self Control dan Perilaku Cyberloafing pada Pegawai Negeri Sipil. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol.05 No.01 ISSN: 2301-8267*.
- Astuti, K., & Rezkisari, I. (2017, Agustus 21). *Mewaspada Cyberloafing di Tempat Kerja*. Diakses pada [republika.co.id](http://republika.co.id): <https://republika.co.id/berita/gayahidup/trend/17/08/21/ov06ed328mewaspada-cyberloafing-di-tempat-kerja>
- Chita, R. C., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan antara Self Control dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011. *Jurnal e-Biomedik Vol.3 No.1*.
- Fuadiah, L., Heryati, H., & Erlyani, N. Peranan Conscientiousness terhadap perilaku Cyberloafing pada Mahasiswa. *Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat*.
- Juwita, S. (2017). Hubungan Kontrol Diri dengan Cyberloafing pada Karyawan PT. Cogindo Daya bersama Unit Pangkalan Susu. *Universitas Medan Area*.
- Lim, V. K., & Chein, D. J. (2009). Browsing and Emailing: Impact of Cyberloafing on Work Attitude. *ANZAM*, 1-18.
- Masitah, & Minauli, I. Hubungan Kontrol Diri dan Iklim Sekolah dengan Perilaku Bullying. *Universitas Medan Area*.
- Ningtyas, S. D. (2012). Hubungan antara Self Control dengan Internet Addiction pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal 1(1) ISSN: 2252634X*.
- Nisa, A. N., & N Ratri. (2020, Februari 11). *Cyberloafing: Garis Tipis antara Penyegaran Pikiran dan Pemborosan Waktu*. Diakses pada [satukanal.com](http://satukanal.com): <https://www.satukanal.com/cyberloafing-garistipisantara-penyegaran-pikiran-dan-pemborosan-waktu/>
- Priatna, M. A. (2008). Intrumen Penelitian. *Jurnal Pendidikan Matematika*.
- Sawitri, H. S. (2012). Interaksi Tekanan Pekerjaan dan Komitmen pada Perilaku Cyberloafing Karyawan. *Media Riset Bisnis & Manajemen, Vol.12 No.2*, 91-107.
- Setiawan, W., & Pratama, M. (Oktober 2020). Kontribusi Self Control Terhadap Kecenderungan Perilaku Cyberloafing Pada Pegawai RS di Kota Bukittinggi. *Jurnal Halaqah Vol. 2 No. 4 ISSN: 2685-6379*, 475-485.
- Shintia, D. (2017, September 01). *Browsing Kepentingan Pribadi pada Jam Kerja? Berarti Anda Cyberloafing*. Diakses pada [jawapos.com](http://jawapos.com): <https://www.jawapos.com/oto-dan-teknoteknologi/01/09/2017/browsing-kepentingan-pribadi-padajamkerja-berarti-anda-cyberloafing/>
- Sitorus, R. R., Nugrahaningsih, H., Yani, A. S., & Gunawan, G. U. (2019). Pengaruh Komitmen Organisasi dan Cyberloafing Terhadap Kinerja Karyawan yang Dimoderasi oleh Prosedur Kerja (SOP) . *Jurnal Online Internasional & Nasional Media Manajemen Jasa Vol.7 No.2 ISSN: 2356-0304*.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif DAN R&D (cetakan ke-14)*. Bandung: Alfabeta

Suranta, J., & Hurriyati, D. (2018). Perilaku Cyberloafing Terhadap Kontrol Diri Pada Pegawai. *Jurnal Ilmiah PSYCHE Vol.12 No.2*, 81 - 90.

Suryabrata, S. (2005). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Yogyakarta: Andi Offset.

Thaybatan AR, M., & Santoso, H. (2019). Internet dan Perilaku Cyberloafing pada Karyawan. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi Volume 4 Nomor 1 ISSN: 2548-4044*.

Tony. (2009, Desember 31). *Mengukur Reliability*. Diakses pada [tonyteaching.wordpress.com](https://tonyteaching.wordpress.com/2009/12/31/mengukur-reliability/):  
<https://tonyteaching.wordpress.com/2009/12/31/mengukur-reliability/>

Wahyuni, N. (2014, November 01). *Uji Validitas dan Reliabilitas*. Retrieved from Binus University Quality Management Center: <https://qmc.binus.ac.id/2014/11/01/u-j-i-v-a-l-i-d-i-t-a-s-d-a-n-u-j-i-r-e-li-a-b-i-l-i-t-a-s/>