

**PENGARUH PERILAKU *CYBERLOAFING* TERHADAP
PROKRASTINASI KERJA PADA GURU
DI SMAN 11 BANDA ACEH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian
Syarat Memperoleh Gelar Derajat
Sarjana S-1 Psikologi



Oleh:

NONITA SUGI YANTI

2109110004

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
BANDA ACEH
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

05 AUG 2025

MENGESAHKAN
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Aceh



Dekan,

(Hanna Amalia., M.Psi., Psikolog)

Dewan Penguji

1. Imam Abdillah Lukman, M. Si
2. Rizka Dara Vonna, M. Psi., Psikolog
3. Sukri Karim, M. Si
4. Nur Hasmalawati, M. Si

Tanda Tangan






PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nonita Sugi Yanti

NPM : 2109110004

Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul **“Pengaruh Perilaku Cyberloafing Terhadap Prokrastinasi Kerja Pada Guru di SMAN 11 Banda Aceh”** ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan peraturan dan undang-undang yang berlaku.

Banda Aceh, 24 Oktober 2025

Yang Menyatakan,



Nonita Sugi Yanti

2109110004

MOTTO

***“ALLAH Tidak Akan Menguji Ummatnya Diluar Batas Kemampuannya Dan
Dibalik Kesulitan Pasti Ada Kemudahan”***

-Noni-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Yang paling utama dari segalanya adalah puji syukur kepada ALLAH SWT. Dengan semua rahmat, cinta, dan kasih sayangMU yang telah memberikan kesihatan, kesempatan, kemudahan dan semua kebaikan serta kekuatan untuk terus melangkah. TERIMA KASIH YA ALLAH UNTUK SEMUANYA.

Salawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Baginda Rasulullah SAW yang melalui ajaran sucinya telah meninggikan derajat kaum perempuan sehingga bisa berada di titik ini untuk terus belajar dan bermimpi.

Kupersembahkan skripsi ini kepada

Ayahanda tercinta Bapak Ican Sani, walaupun pelukan untuk anak kecil itu tidak pernah terasa, tapi cinta itu pasti lebih nyata dan Ibunda tercinta Mama Miyatih yang selalu memberikan pelukan hangat, yang selalu mengusahakan apapun untuk saya, yang selalu mendukung dan mendoakan saya. Terimakasih sudah menjadi orang tua yang selalu memberi kekuatan untuk saya hingga sampai di titik ini. Serta terimakasih kepada Abangku Suadi S. Psi yang selalu menjaga dan mendukung setiap langkah saya dan juga terimakasih kepada adik adik saya Junita dan Annisa yang menjadi penyemangat saya.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Keaslian Penelitian	7
D. Tujuan Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Perilaku <i>Cyberloafing</i>	13
1. Pengertian <i>Cyberloafing</i>	13
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberloafing</i>	14
3. Aspek-aspek <i>Cyberloafing</i>	16
B. Prokrastinasi	19
1. Pengertian Prokrastinasi	19
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi	20
3. Aspek-aspek Prokrastinasi	25
4. Indikator-indikator Prokrastinasi	30
C. Pengaruh Perilaku <i>Cyberloafing</i> dengan Prokrastinasi	33
D. Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Identifikasi Variabel Penelitian	36
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	36
1. Perilaku <i>Cyberloafing</i>	36
2. Prokrastinasi	37
C. Populasi dan Sampel	37
1. Populasi	37
2. Sampel	37
D. Metode Pengumpulan Data	38
E. Validitas dan Reliabilitas	41
1. Validitas	41
2. Reliabilitas	41
F. Teknik Analisis Data	42

1. Uji Asumsi	42
2. Uji Hipotesis	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
A. Orientasi Kanchah	44
1. Profil SMA N 11 Banda Aceh	44
B. Persiapan Penelitian	45
1. Pengurusan Surat Izin Penelitian	46
2. Penyusunan Alat Ukur	46
C. Pelaksanaan Penelitian	47
D. Hasil Penelitian	47
1. Uji Instrumen	47
2. Deskripsi Subjek dan Data Penelitian	52
3. Uji Asumsi	54
4. Uji Hipotesis	56
E. Pembahasan	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Bobot Penilaian Pernyataan <i>Favorable dan Unfavorable</i>	39
Tabel 2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Cyberloafing</i>	39
Tabel 3. <i>Blue Print</i> Skala Prokrastinasi	40
Tabel 4. Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Sebelum item Tidak Valid Dibuang	48
Tabel 5. Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Item Valid	49
Tabel 6. Hasil Analisis Diskriminasi item Skala Perilaku Prokrastinasi Sebelum Item Tidak Valid Dibuang	50
Tabel 7. Hasil Analisis Diskriminasi Item Skala Perilaku Prokrastinasi Valid	50
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid Dibuang	51
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Sesudah Item Tidak Valid Dibuang	51
Tabel 10. Jumlah Sampel	52
Tabel 11. Nilai Mean Dan Standar Deviasi	52
Tabel 12. Norma Pengkategorisasian	53
Tabel 13. Kategori Data Penelitian	54
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 15. Hasil Uji Linearitas.	55
Tabel 16. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Sebelum Item Tidak Valid dibuang .	66
Lampiran 2. Tabulasi Perilaku <i>Cyberloafing</i> Sebelum Item Tidak Valid Dibuang.....	68
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i>	69
Lampiran 4. Skala Prokrastinasi Kerja Sebelum Item Tidak Valid dibuang	71
Lampiran 5. Tabulasi Prokrastinasi Kerja Sebelum Item Tidak Valid dibuang .	73
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Dan Reabilitas Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja.....	74
Lampiran 7. Skala Perilaku <i>Cyberloafing</i> Setelah Item Tidak Valid dibuang...	77
Lampiran 8. Tabulasi Perilaku <i>Cyberloafing</i> Setelah Item Tidak Valid Dibuang.....	79
Lampiran 9. Skala Prokrastinasi Kerja Sesudah Item Tidak Valid dibuang.....	80
Lampiran 10. Tabulasi Prokrastinasi Kerja Setelah Item Tidak Valid dibuang .	81
Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas Perilaku <i>Cyberloafing</i> dan Prokrastinasi....	82
Lampiran 12. Hasil Uji Lenearitas	83
Lampiran 13. Kategori Data Penelitian Perilaku <i>Cyberloafing</i>	84
Lampiran 14. Kategori Data Penelitian Prokrastinasi	85
Lampiran 15. Uji Regresi	86
Lampiran 16. Surat Perizinan	87
Lampiran 17. Biodata	92

PENGARUH PERILAKU *CYBERLOAFING* TERHADAP PROKRASTINASI KERJA PADA GURU DI SMAN 11 BANDA ACEH

Nonita Sugi Yanti

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh
Jl. Muhammadiyah No. 91, Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh
Nonitasugiyanti1412@gmail.com

ABSTRAK

Meningkat kemudahan akses internet dan menimbulkan gangguan produktivitas dalam bekerja seperti kebiasaan menunda pekerjaan atau prokrastinasi. penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokrastinasi kerja pada guru. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode survei menggunakan skala *Likert*. Subjek penelitian berjumlah 57 guru yang dipilih dengan teknik sampel jenuh. Data dikumpulkan melalui angket skala *cyberloafing* dan skala prokrastinasi, kemudian dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS versi 25. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMA Negeri 11 Banda Aceh. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja ($p < 0,05$) dengan nilai R Square sebesar 0,796. Artinya, perilaku *cyberloafing* memberikan kontribusi sebesar 79,6% terhadap prokrastinasi kerja, sedangkan 20,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti ini dapat membuktikan bahwa adanya pengaruh Perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh.

Kata Kunci: *Cyberloafing*, Guru, Prokrastinasi Kerja.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era yang sudah semakin berkembang ini, tuntutan terhadap kualitas sumber daya manusia dalam dunia kerja telah semakin meningkat. Sumber daya manusia menjadi suatu unsur yang sangat penting dalam suatu perusahaan atau organisasi. Individu diuntut untuk selalu produktif dalam bekerja. Dalam dunia kerja, efektivitas dan produktivitas karyawan menjadi faktor yang sangat penting dalam mencapai target perusahaan.

Hal ini menyebabkan meningkatnya tuntutan pekerjaan, fleksibilitas waktu kerja, serta distraksi dari lingkungan, terutama dengan kemajuan teknologi dan media sosial yang juga harus mampu diimbangi. Dalam dunia pendidikan, peran guru sangat krusial dalam proses pembelajaran dan pencapaian tujuan pendidikan. Guru tidak hanya dianggap pengajar, tetapi juga sebagai pembimbing, motivator, dan inspirator bagi siswa. Oleh karena itu, kualitas kinerja guru sangat mempengaruhi keberhasilan pendidikan di sekolah.

Guru memainkan peran yang begitu krusial dalam pendidikan, hal ini tertuang dalam Undang-undang RI Nomor 14 Tahun 2005 Bab 1 Pasal 1 Tentang Guru dan Dosen, bahwa tanggungjawab utama guru adalah mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.

Dalam sepuluh tahun terakhir, banyak penelitian yang menyoroti berbagai faktor yang mempengaruhi kinerja guru salah satunya adalah penelitian milik Suryawan dari Universitas Teknologi Indonesia. Dalam penelitiannya menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kinerja yaitu, *self efficacy* (keyakinan diri), komitmen organisasi, dan prokrastinasi kerja termasuk kemampuan kerja (*work ability*), disiplin kerja (*work discipline*), upah/gaji, keamanan kerja, kondisi kerja, prestasi kerja, pelatihan, pengalaman kerja, kepemimpinan, lingkungan kerja, budaya organisasi.

Prokrastinasi menjadi salah satu hal penting yang mempengaruhi produktivitas individu. Oleh karena itu, perilaku yang tidak efisien dalam menggunakan waktu dan adanya kecenderungan untuk tidak segera memulai suatu pekerjaan ketika menghadapi suatu tugas disebut dengan prokrastinasi (Ghufron & Rini, 2010). Studi menunjukkan bahwa banyak pekerja menunda pekerjaan bukan karena kurangnya kemampuan, melainkan karena berbagai faktor psikologis seperti kecemasan, ketidakpercayaan diri, atau kurangnya motivasi. lingkungan kerja juga dapat menjadi faktor penuh distraksi, kurangnya manajemen waktu yang baik, serta tekanan berlebih juga berkontribusi terhadap perilaku ini.

Berdasarkan hasil penelitian milik Ayub, Zia, Ahmad, dan Hussain. (2025) di tingkat individu, prokrastinasi dapat berdampak pada peningkatan stres, perasaan bersalah, dan penurunan kualitas hasil kerja. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memengaruhi kepuasan kerja, bahkan meningkatkan

risiko kelelahan mental (*burnout*). Sementara itu, bagi organisasi, kebiasaan menunda pekerjaan dapat menyebabkan keterlambatan proyek, penurunan kualitas layanan, serta menurunkan daya saing di industri.

Saat ini, bahkan di dunia pendidikan pun tidak seperti dulu lagi. Banyak guru yang mulai memanfaatkan teknologi, termasuk media sosial guna untuk mendekati diri kepada siswa. Namun, hal tersebut ternyata dapat menimbulkan dampak negatif seperti kelalaian atau perilaku prokrastinasi. Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan saat ini banyak guru yang menyalagunakan kemajuan teknologi seperti menggunakan media sosial untuk *live* ketika mengajar, membuat konten dengan siswa siswinya, bahkan menjadikan siswa siswinya sebagai bahan konten yang di *upload* ke media sosial.

Menurut berita yang dimuat oleh [kompas.com](https://www.kompas.com) (2025) salah satu sekolah di daerah Mempawah Kalimantan Barat yaitu SMAN 1 Mempawah terancam seluruh siswa siswinya tidak bisa mengikuti tes Seleksi Nasional Berdasarkan Prestasi (SNBP) akibat kelalaian guru yang terus menunda nunda Pengisian Pangkalan Data Sekolah dan Siswa (PPDS). Selain berita di atas masih banyak lagi kelalaian kelalaian yang dilakukan oleh beberapa guru yang menyebabkan kerugian bagi siswa dan siswi.

Dari kasus di atas dapat dikaitkan langsung dengan perilaku prokrastinasi, yaitu kecenderungan untuk menunda-nunda pekerjaan atau tanggung jawab yang seharusnya segera diselesaikan. Dalam hal ini, guru atau pihak yang bertanggung jawab menunda pengisian Pangkalan Data

Sekolah dan Siswa (PPDS), padahal proses tersebut sangat krusial dalam menentukan kelayakan siswa mengikuti Seleksi Nasional Berdasarkan Prestasi (SNBP).

Masalah di atas juga sejalan dengan tempat peneliti melakukan penelitian. Ada beberapa perilaku yang serupa muncul di tempat penelitian diantaranya bermain *smartphone* saat mengajar, menunda masuk kelas, keterlambatan memulai ujian, menunda mengecek tugas siswa, dan menonton saat bekerja.

Hal ini di dukung oleh bukti wawancara awal dengan salah satu siswa di sekolah berinisial P pada tanggal 15 April 2025 di SMAN 11 Banda Aceh.

“guru di sini tuh ada beberapa yang suka telat telat masuk nya, misalnya kan kak udah bel tapi gak masuk masuk, suka ditelatin. Kadang kami juga kalo lagi di kantin walaupun bel kami gak langsung masuk karena kami udah tau guru ini yang masuk, selain itu kan kak ada juga beberapa guru yang suka main hp pas masuk kak, ntah tiba tiba telpon, nonton, scroll tiktok sama main ig. Jadi suka ke terganggu waktu belajar”

Selain itu peneliti juga mewawancarai salah satu guru yang berinisial L di SMAN 11 Banda Aceh pada tanggal 15 April 2025 beliau menyampaikan:

“Kalau bicarain tugas tu kadang orang sering mikir kalo siswa aja yang sering nunda nunda kerjain pr, padahal kita kadang juga apalagi kalo hp udah di tangan,, yang tadi niatnya cuma mau lihat berita atau sekedar cari hiburan pas bosan ee malah keterusan. Pada perkara kecil kebiasaan buka media sosial tapi kalo keseringan jadi nanti nanti deh tugasnya. Teknologi itu alat, nah jadi kita harus pintar pintar gunainnya, kalo gak pintar ya numpuk itu kerjanya, walaupun kadang butuh hiburan kalo lagi banyak tekanan, tapi bahaya jugaa kalo keterusan”

Berdasarkan hasil wawancara dengan siswa dan guru di sekolah SMAN 11 Banda Aceh, perilaku prokrastinasi pada guru dipicu oleh kebiasaan *cyberloafing*, yaitu menggunakan ponsel untuk membuka media sosial atau hiburan yang tidak relevan selama jam kerja. Godaan ini menyebabkan penundaan tugas penting seperti mengoreksi pekerjaan siswa, terlambat masuk kelas dan lain lain. Dikuatkan dengan penelitian dari Ayu Dwi Nindyati dan Seta Wicaksana (2021) menunjukkan bahwa perilaku *cyberloafing* berpengaruh signifikan terhadap prokrastinasi kerja yang mendukung temuan bahwa kebiasaan ini dapat menyebabkan penundaan pekerjaan di lingkungan kerja profesional.

Menurut teori teknologi dan perilaku organisasi digital (*digital organizational behavior theory*) oleh Ozler dan Polat tahun 2012, akses internet yang luas, kurangnya pengawasan langsung, dan tekanan kerja yang tinggi adalah faktor utama yang menyebabkan munculnya perilaku *cyberloafing* di lingkungan kerja, termasuk sektor pendidikan.

Sejalan dengan hal di atas Lee, Topping, dan Lakin (2023), dalam hasil penelitiannya menunjukkan penggunaan internet oleh guru dapat berdampak buruk pada kualitas pendidikan, termasuk mengurangi fokus dalam memberikan materi, menurunkan kualitas interaksi dengan siswa, dan menurunkan efisiensi pengelolaan waktu. Tingkat stres kerja, kebosanan dengan tugas rutin, dan kekurangan dukungan teknologi yang baik adalah beberapa faktor yang memengaruhi perilaku ini.

Selain itu, Henle & Kedharnath (2012) juga mengatakan *cyberloafing* adalah penggunaan Internet yang disengaja oleh pegawai selama jam kerja untuk tujuan pribadi, ini dapat termasuk berselancar di situs internet yang tidak terkait dengan pekerjaan, mengirim email pribadi, *game online*. Penggunaan internet secara berlebihan untuk keperluan pribadi seperti membuka media sosial atau sekedar menonton *youtube* dapat mempengaruhi pekerjaan sehingga mengurangi efisiensi target prestasi yang ingin di capai. Guru yang terlalu sering menggunakan internet untuk keperluan pribadi saat bekerja cenderung akan mengabaikan pekerjaannya atau menunda pengerjaannya. *Cyberloafing* adalah penggunaan internet instansi selama jam kerja yang sedang berlangsung tidak berhubungan dengan tugas dari pegawai tersebut (Robbins dan Judge, 2008).

Menurut Henle dan Blanchard (2008), *cyberloafing* adalah tindakan berbagi informasi jaringan itu sendiri meliputi berbagi informasi jaringan yang serius dan berbagi informasi jaringan kecil. Sering kali orang tidak menyadari bahwa *cyberloafing* adalah cara untuk menghilangkan tekanan kerja dan kebosanan jika dilakukan terlalu banyak, hal ini dapat berdampak pada efisiensi kerja setiap orang dan kinerja organisasi secara keseluruhan.

Sementara itu Cahyaningrum & Yulianti (2022) mengatakan bahwa perilaku *cyberloafing* adalah segala kegiatan yang berkaitan dengan pemakaian internet dengan sengaja selama jam kerja masih berlangsung dan termasuk penyalahgunaan internet karena hanya untuk tujuan pribadi. di sisi lain, mencakup tindakan ringan seperti menjelajah media sosial, mengirim

pesan pribadi, atau membaca berita yang tidak relevan dengan pekerjaan. Meskipun sepele, aktivitas ini dapat mengurangi fokus dan dalam pekerjaan.

Berdasarkan fenomena masalah di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* terhadap Prokratinasi Kerja pada Guru di SMAN 11 Banda Aceh”**

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah ada pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokratinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh ?

C. Keaslian Penelitian

Berikut adalah penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan dan terkait dengan pengaruh perilaku *cyberloafing* dengan prokratinasi kerja pada guru SMAN 11 Banda Aceh.

1. Santoso (2022) dengan judul “Hubungan Antara *Cyberloafing* Dan Prokratinasi Kerja Pada Karyawan PT. X Di Jakarta.” Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi sebesar 0,586($p < 0,001$). Maka dapat dikatakan bahwasannya semakin tinggi pegawai melakukan *cyberloafing* maka semakin tinggi perilaku Prokratinasi kerja yang dilakukan pegawai. Sebaliknya, semakin rendah perilaku *cyberloafing* maka semakin rendah pulak perilaku Prokratinasi kerja pada pegawai. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi para perusahaan untuk dapat menyadarkan tanggung jawab yang harus dilakukan sebagai staf dan penggunaan internet selama

jam kerja, sehingga Prokrastinasi kerja juga dapat menurun sebab karyawan dapat bekerja secara efektif dan efisien untuk keberlangsungan suatu perusahaan atau organisasi.

2. Nadia Edelwais Filasufiah, (2022) dengan judul “Hubungan *Cyberloafing* Dengan Prokrastinasi kerja Pada Pegawai Dinas Kependudukan Dan Pencatatan Sipil” Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antar *cyberloafing* dengan Prokrastinasi kerja Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil (DISDUKCAPIL) Kota. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji statistik korelasi yang diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,923, dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,001$). Maka dapat dikatakan bahwasannya semakin tinggi pegawai melakukan *cyberloafing* maka semakin tinggi perilaku Prokrastinasi kerja yang dilakukan pegawai. Sebaliknya, semakin rendah perilaku *cyberloafing* maka semakin rendah pulak perilaku Prokrastinasi kerja pada pegawai.
3. Janusi waliamin dan Okka Adittio Putra, (2024), dengan judul “ Hubungan *Cyberloafing* Dengan Prokrastinasi Kerja Pada Pegawai Kantor Dinas Kependudukan Dan Catatan Sipil(DUKCAPIL) Kabupaten Rejang Lebong”. Hasil uji regresi menunjukkan tingkat signifikansi sebesar 0,45, atau t hitung $< 0,05$. Temuan ini mengonfirmasi bahwa hipotesis dapat diterima, mengindikasikan adanya hubungan yang sangat signifikan antara *cyberloafing* dan Prokrastinasi kerja pada pegawai Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Rejang Lebong. Dinamika hubungan antara *cyberloafing* dan prokrastinasi sesuai dengan teori yang menyatakan

bahwa faktor yang mempengaruhi prokrastinasi termasuk penyalahgunaan internet yang tidak terkait dengan pekerjaan (Filasufiah, 2022).

Berdasarkan 3 penelitian di atas terdapat perbedaan baik dari judul, hasil penelitian, lokasi penelitian hingga subjek dan responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah adanya pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pemahaman dan sudut pandang baru terkait perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi kerja pada karyawan maupun guru. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya, serta memberikan manfaat dalam bidang kajian Psikologi Organisasi dan Industri (PIO).

2. Manfaat praktis

Secara praktis manfaat hasil penelitian ini antara lain:

a. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya dalam mengatasi perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi pada dunia kerja.

b. Bagi tempat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi pihak sekolah merancang kegiatan guna untuk mengurangi perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi serta menambah kesadaran guru akan tugas dan tanggungjawab dalam mengajar.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku *Cyberloafing*

1. Definisi Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Henle dan Blanchard (2008) *cyberloafing* sebagai perilaku karyawan yang menggunakan akses internet dengan berbagai media (seperti komputer, *cellphone*, Laptop) saat bekerja untuk aktivitas *non-destruktif*, dimana atasan karyawan menganggap perilaku itu tidak ada hubungannya dengan pekerjaan seperti hiburan, *online shopping*, *internet messaging*, memposting *newsgroup* dan mengunduh *file* (berkas). Menurut Van Doorn (2011), *cyberloafing* adalah penggunaan internet untuk tujuan non-pekerjaan secara sukarela selama berapa jam.

Cyberloafing adalah ketika seseorang karyawan membuang-buang waktu dikomputer selama berjam-jam (Moody, 2011). *Cyberloafing* adalah perilaku menyimpang seorang karyawan yang menggunakan status karyawannya untuk mengakses internet dan *email* selama jam kerja dengan tujuan yang tidak berhubungan dengan pekerjaan (Lim, 2002). Menurut Askew (2012) *cyberloafing* adalah perilaku yang muncul ketika karyawan non-telekomunikasi menggunakan komputer dengan jenis- jenis apa saja di tempat kerja untuk aktivitas non-destruktif namun juga tidak dinilai berhubungan dengan pekerjaan yang diberikan oleh atasannya.

Henle dan Kedharnth (2012) mengungkapkan bahwa *cyberloafing* adalah penggunaan teknologi internet selama jam kerja berlangsung untuk kepentingan pribadi. Teknologi yang digunakan untuk melakukan *cyberloafing* dapat dilakukan dengan menggunakan teknologi pribadi yang bukan hanya teknologi milik instansi saja. Fleksibilitas dan ketersediaan perangkat digital di era modern semakin memudahkan individu untuk terhubung ke internet, baik melalui perangkat milik pribadi maupun milik instansi. Hal ini meningkatkan aksesibilitas sehingga aktivitas *cyberloafing* dapat terjadi kapan saja dan di mana saja selama jam kerja

Berdasarkan definisi yang disebutkan diatas, dapat disimpulkan bahwa *cyberloafing* adalah perilaku karyawan yang menggunakan akses internet untuk keperluan pribadi selama jam kerja, baik menggunakan perangkat kantor maupun perangkat pribadi. Perilaku ini meliputi aktivitas seperti hiburan, belanja daring, pesan instan, memposting di *news group*, hingga mengunduh file, yang umumnya dianggap tidak berhubungan dengan pekerjaan.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Cyberloafing*

Terdapat tiga faktor munculnya perilaku *cyberloafing* menurut Ozler & Polat (2021), yaitu:

a. Faktor individual

Berbagai atribut yang ada pada diri individu antara lain persepsi dan sikap, sifat pribadi yang meliputi *isolation*, *self-control*, *loneliness*, *shyness*, harga diri dan *locus of control*, kebiasaan dan adiksi internet, keinginan untuk terlibat, norma sosial, faktor demografis, dan kode etik personal.

b. Faktor organisasi

Faktor organisasi ini juga berpengaruh dalam menentukan kecenderungan karyawan untuk melakukan *cyberloafing* yaitu mengenai pembatasan penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan manajerial, pandangan rekan kerja tentang norma *cyberloafing*, sikap kerja karyawan dan karakteristik pekerjaan yang karyawan lakukan.

c. Faktor situasional

Kondisi yang mendukung merupakan faktor penting dalam intensi melakukan aktivitas *cyberloafing*. Adapun situasi yang dimaksud adalah kehadiran atasan, peluang akses internet, kemampuan membeli sesuatu, kenyamanan, kemudahan, pelarian, rasa malu, penerimaan sosial, masa kerja yang lebih lama di tempat kerja serta kebijakan formal dan sanksi organisasi.

Menurut Henle dan Blanchard (2008) ada 2 jenis *cyberloafing* yang dilihat dari 2 faktor faktor yaitu:

a. Minor *cyberloafing*

Minor *cyberloafing* ini adalah tipe karyawan yang terlibat dalam berbagai bentuk perilaku penggunaan akses internet secara umum yang tidak berkaitan dengan pekerjaan. Contoh aktivitasnya seperti menerima dan mengirim pesan elektronik, mengunjungi situs *online*, memperbaharui status di media sosial, bermain *game online* dan *shopping online*.

b. *Serious cyberloafing*

Serious cyberloafing ini adalah tipe karyawan yang melakukan aktifitas *cyberloafing* yang lebih jarang terjadi. *Serious cyberloafing* umumnya bersangkutan dengan penggunaan internet yang berpotensi memunculkan permasalahan legal. Contoh aktivitas *serious cyberloafing* misalnya, judi *online*, mengelola situs pribadi, mengunduh lagu atau film, serta mengunjungi situs-situs dewasa.

O'Neill, Hambley dan Chatellier (2014), perilaku *cyberloafing* dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu:

a. Faktor sikap

Mahasiswa yang menunjukkan sikap mendukung terhadap *cyberloafing* akan mempengaruhi *cyberloafing* dikalangan mahasiswa. Mahasiswa dengan sikap positif terhadap *cyberloafing* akan ingin menggunakan internet kampus untuk keperluan pribadi selama kuliah dan tidak akan terlibat perilaku ini sebagai penyimpangan.

b. Faktor emosi

Emosi adalah salah satu karakteristik psikologis mahasiswa, dan perilaku mahasiswa yang memakai internet mencerminkan motivasi psikologis yang disarankan oleh mahasiswa.

3. Aspek-aspek *Cyberloafing*

Menurut Doorn (2011) terdapat dua aspek perilaku *cyberloafing* di antaranya adalah:

a. Aktivitas *cyberloafing*

Aktivitas *cyberloafing* ialah aktivitas yang berfokus pada jenis-jenis aktivitas yang dilakukan karyawan saat menggunakan internet untuk tujuan non-pekerjaan. Terdapat 3 aspek aktivitas yaitu:

- 1) Aktivitas sosial, yaitu aktivitas yang melibatkan interaksi sosial atau ekspresi diri melalui platform daring seperti media sosial (mengirim twitter, facebook dan lain lain).
- 2) Aktivitas informasi, yaitu aktivitas yang berkaitan dengan pencarian atau konsumsi informasi non-pekerjaan, seperti membaca artikel atau berita.
- 3) Aktivitas hiburan, yaitu aktivitas yang bertujuan untuk hiburan atau kesenangan pribadi, seperti menonton video atau bermain *game online*.

b. Perilaku *cyberloafing*

Perilaku *cyberloafing* ialah perilaku yang berfokus pada motivasi atau perilaku yang mendorong karyawan melakukan *cyberloafing*. Berdasarkan teori milik Van Doorn (2011) perilaku *cyberloafing* terbagi lagi menjadi empat jenis yaitu:

- 1) Perilaku pengembangan (*Development*), yaitu bertujuan untuk pembelajaran atau pengembangan keterampilan, yang bermanfaat. Misalnya menonton edukasi.
- 2) Perilaku pemulihan (*Recovery*), yaitu perilaku yang dilakukan untuk mengurangi stres atau kelelahan kerja, berfungsi sebagai istirahat singkat.

- 3) Perilaku penyimpangan (*Deviant*), yaitu perilaku yang melanggar norma misalnya membuka situs judi *online* atau film porno.
- 4) Perilaku kecanduan (*Addiction*), yaitu perilaku yang dilakukan secara kompulsif, yang di akibatkan oleh ketergantungan internet sehingga memperlambat atau bahkan mengganggu kinerja pekerjaan.

Lim (2002) membagi *cyberloafing* kedalam dua aspek berdasarkan aktivitas yang dilakukan, yaitu:

a. *Browsing activity*

Browsing activity ini mencakup semua aktivitas yang berkaitan dengan seberapa sering individu menggunakan internet selama jam kerja untuk menjelajahi berbagai situs web yang tidak berkaitan dengan pekerjaan selama jam kerja. Seperti, situs web hiburan, belanja *online* barang pribadi.

b. *Emailing activity*

Emailing activity ini mencakup aktivitas yang berhubungan dengan memeriksa, menerima dan mengirim email pribadi yang tidak berkaitan dengan pekerjaan pada saat jam kerja.

Sementara itu, Henle dan Blanchard (2008) mengemukakan 2 jenis dari *cyberloafing*, yaitu:

a. *Minor cyberloafing*

Minor cyberloafing meliputi penggunaan email dan internet pada saat kerja. Contohnya mengirim dan menerima pesan pribadi atau mengunjungi situs berita, keuangan dan olahraga.

b. Serious cyberloafing

Serious cyberloafing merupakan bentuk *cyberloafing* lain yang terdiri dari bentuk-bentuk *cyberloafing* yang lebih serius. Perilaku ini kasar dan berpotensi melakukan hal-hal yang tidak sah seperti perjudian *online*, mengunduh lagu dan membuka situs-situs dewasa.

B. Prokrastinasi

1. Pengertian Prokrastinasi

Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda atau tidak segera memulai pekerjaan, ketika menghadapi suatu pekerjaan dan pekerjaan disebut prokrastinator. Tidak peduli apakah penundaan tersebut mempunyai alasan atau tidak. Setiap penundaan dalam menghadapi suatu pekerjaan disebut prokrastinasi (Gufron & Risnawati, 2010). Menurut Pratama (2022) Prokrastinasi kerja adalah suatu penundaan pekerjaan secara sengaja dengan melakukan aktivitas atau kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan lebih diprioritaskan sehingga menyebabkan terjadinya kegagalan dalam mencapai tujuan.

Timothy A. Pychyl (2013), menyatakan bahwa prokrastinasi adalah bentuk kegagalan regulasi diri (*self-regulation failure*) bukan semata soal waktu, tetapi soal pengelolaan emosi. Steel (2007) mengemukakan prokrastinasi adalah bentuk kegagalan pengaturan diri, seseorang dengan sengaja menunda suatu pekerjaan yang ditunda yang akan menjadi buruk karena penundaan itu. Prokrastinasi, tidak hanya tindakan penghindaran pekerjaan, yang mungkin dalam keadaan tertentu menjadi keputusan yang sangat logis.

Individu yang menunda-nunda tidak bermaksud untuk mengabaikan atau menghindari pekerjaan yang mereka tunda dan dampak lainnya, mereka dengan mudah melupakan pekerjaan dari waktu optimal yang seharusnya dimulai menjamin kemungkinan maksimal keberhasilan penyelesaiannya (Ferrari 1995).

Prokrastinasi adalah keterlambatan memulai atau kegagalan menyelesaikan suatu aktivitas karena kecenderungan irrasional dan sukarela untuk menunda aktivitas. Dalam pandangannya, pelaku prokrastinasi (*procrastinator*) tidak dapat menyelesaikan pekerjaan-pekerjaannya. Hal ini disebabkan seseorang tersebut tidak memiliki waktu yang cukup yang sesuai dengan kapasitas kemampuan dirinya (Suriyah & Tjundjing, 2007). Burka dan Yuen (2008), kata prokrastinasi yang ditulis dalam *american college dictionary*, memiliki arti menangguhkan tindakan untuk melaksanakan pekerjaan dan dilaksanakan pada lain waktu.

2. Faktor-faktor yang memengaruhi Prokrastinasi kerja

Faktor yang memengaruhi prokrastinasi kerja menurut Ferrari (1995) dibagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal:

a. Faktor internal

Faktor-faktor yang terdapat dalam diri individu yang dapat memengaruhi prokrastinasi kerja. Faktor-faktor itu meliputi kondisi fisik dan psikologis individu, yakni:

- 1) Kondisi fisik individu yang memengaruhi munculnya prokrastinasi berupa keadaan fisik. Individu yang kurang sehat atau kekurangan asupan gizi dan nutrisi daya tangkap dan daya pikirnya akan berbeda

dibandingkan seseorang yang sehat. Individu yang memiliki kondisi fisik tidak sehat ketika mendapatkan pekerjaan akan tidak mampu mengerjakan pekerjaan secara maksimal, sehingga pekerjaannya pun tidak dapat selesai tepat waktu. Misalnya fatigue, seseorang yang mengalami fatigue akan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk melakukan Prokrastinasi kerja daripada yang tidak. Tingkat inteligensi seseorang tidak memengaruhi perilaku Prokrastinasi kerja.

- 2) Kondisi psikologis individu, menurut millgram dkk (dalam Ghufron & Risnawita, 2010), kepribadian individu yang turut memengaruhi munculnya perilaku penundaan, misalnya kemampuan sosial yang tercermin dalam *Self regulation* dan tingkat kecemasan dalam berhubungan sosial yang dimiliki individu.

b. Faktor eksternal

Faktor-faktor yang terdapat dari luar diri individu yang memengaruhi prokrastinasi kerja. Diantaranya pengasuhan orangtua dan lingkungan yang kondusif. Prokrastinasi kerja lebih banyak terjadi pada lingkungan yang rendah pengawasan daripada lingkungan yang penuh pengawasan. Seseorang yang cenderung rajin mengerjakan pekerjaannya apabila ada yang mengawasi dirinya. Sebaliknya ketika tidak ada yang mengawasi, mereka merasa lebih bebas mau mengerjakan pekerjaan tersebut sekarang atau nanti. Selain itu, faktor teman bergaul dan masyarakat juga dapat memengaruhi prokrastinasi kerja pada individu.

Orang-orang disekitar prokrastinator yang terkadang menjadi pemicu mereka untuk tidak mengerjakan pekerjaannya, melainkan mengerjakan hal lain di luar pekerjaannya

Burka dan Yuen (2008), terbentuknya tingkah laku prokrastinasi kerja dipengaruhi oleh faktor-faktor antara lain:

- a. Konsep diri
- b. Tanggung jawab
- c. Keyakinan diri dan kecemasan terhadap evaluasi yang akan diberikan
- d. Kesulitan dalam mengambil keputusan
- e. Pemberontakan terhadap kontrol dari figur otoritas
- f. Kurangnya tuntutan dari pekerjaan, standar yang terlalu tinggi mengenai kemampuan individu.

Bernard (2009), menjelaskan secara lebih rinci yang melingkupi faktor internal dan eksternal bahwa terdapat sepuluh wilayah magnetis yang menjadi faktor-faktor dilakukannya prokrastinasi, yaitu:

- a. *Anxiety* dapat diartikan sebagai kecemasan. Kecemasan pada akhirnya menjadi kekuatan magnetik yang berlawanan dimana pekerjaan-pekerjaan yang diharapkan dapat diselesaikan berinteraksi dengan kecemasan yang tinggi, sehingga seseorang cenderung menunda pekerjaan tersebut.
- b. *Self-depreciation* dapat diartikan sebagai pencelaan terhadap diri sendiri. Seseorang memiliki penghargaan yang rendah atas dirinya sendiri dan selalu siap untuk menyalahkan diri sendiri ketika terjadi kesalahan dan juga merasa tidak percaya diri untuk mendapat masa depan yang cerah.

- c. *Low discomfort tolerance* dapat diartikan sebagai rendahnya toleransi terhadap ketidaknyamanan. Adanya kesulitan pada pekerjaan yang dikerjakan membuat seseorang mengalami kesulitan untuk menoleransi rasa frustrasi dan kecemasan, sehingga mereka mengalihkan diri sendiri kepada pekerjaan-pekerjaan yang mengurangi ketidaknyamanan dalam diri mereka.
- d. *Pleasure-seeking* dapat diartikan sebagai pencari kesenangan. Seseorang yang mencari kenyamanan cenderung tidak mau melepaskan situasi yang membuat nyaman tersebut. Jika seseorang memiliki kecenderungan tinggi dalam mencari situasi yang nyaman, maka orang tersebut akan memiliki hasrat kuat untuk bersenang-senang dan memiliki kontrol impuls yang rendah.
- e. *Marital status* dapat diartikan sebagai status pernikahan terdiri dari wanita yang belum menikah dan sudah menikah. Perkara ingin meniti karir hingga kepuncaknya atau sesuai dengan apa yang ia inginkan menjadi sebab sebagian wanita memasuki usia sulit untuk menikah, mereka sibuk dengan studinya, kemudian karirnya mereka berpandangan dengan menikah akan terhambat karirnya. Mereka tidak sadar bahwa pekerjaan seorang wanita adalah menjadi ibu rumah tangga.
- f. *Environmental disorganisation* dapat diartikan sebagai berantakan atau tidak teraturnya lingkungan. Salah satu faktor prokrastinasi adalah kenyataan bahwa lingkungan disekitarnya berantakan atau tidak teratur dengan baik, hal itu terjadi kemungkinan karena kesalahan individu

tersebut. Tidak teraturnya lingkungan bias dalam bentuk interupsi dari orang lain, kurangnya privasi, kertas yang bertebaran dimana-mana, dan alat-alat yang dibutuhkan dalam pekerjaan tersebut tidak tersedia. Adanya begitu banyak gangguan pada area wilayah pekerjaan menyulitkan seseorang untuk berkonsentrasi sehingga pekerjaan tersebut tidak bisa selesai tepat pada waktunya.

- g. *Poor task approach* dapat diartikan sebagai pendekatan yang lemah terhadap pekerjaan. Jika akhirnya seseorang merasa siap untuk bekerja, kemungkinan dia akan meletakkan kembali pekerjaan tersebut karena tidak tahu darimana harus memulai sehingga cenderung menjadi tertahan oleh ketidaktahuan tentang bagaimana harus memulai dan menyelesaikan pekerjaan tersebut.
- h. *Lack of Assertion* dapat diartikan sebagai kurangnya memberikan pernyataan yang tegas. Contohnya adalah seseorang yang mengalami kesulitan untuk berkata tidak terhadap permintaan yang ditujukan kepadanya sedangkan banyak hal yang harus dikerjakan karena telah dijadwalkan terlebih dulu. Hal ini bisa terjadi karena mereka kurang memberikan kehormatan atas semua komitmen dan tanggung jawab yang dimiliki.
- i. *Hostility with others* dapat diartikan sebagai permusuhan terhadap orang lain. Kemarahan yang terus menerus bisa menimbulkan dendam dan sikap bermusuhan sehingga bisa menuju sikap menolak atau menentang apapun yang dikatakan oleh orang tersebut.

- j. *Stress and fatigue* dapat diartikan sebagai perasaan tertekan dan kelelahan. Stres adalah hasil dari sejumlah intensitas tuntutan negatif dalam hidup yang digabung dengan gaya hidup dan kemampuan mengatasi masalah pada diri individu. Semakin banyak tuntutan dan semakin lemah sikap seseorang dalam memecahkan masalah, dan gaya hidup yang kurang baik, semakin tinggi stres seseorang.

3. Aspek-aspek Prokrastinasi

Literatur seperti Pychyl (2013), Steel (2007), dan Rozental & Carlbring (2014) mengidentifikasi lima aspek utama prokrastinasi yaitu:

- a. Afektif (emosional) yaitu, tugas memicu emosi negatif seperti cemas, marah dan bosan.
- b. Kognitif yaitu, adanya distorsi pikiran “ saya masih ada waktu “, “ saya lebih baik saat mepet”.
- c. Perilaku yaitu, terlihat dalam penundaan nyata, seperti membuka medsos saat tugas menumpuk.
- d. Motivasi yaitu, rendahnya motivasi intrinsik, memilih kepuasan sesaat ketimbang hasil jangka panjang.
- e. Kontekstual/Situasional.
- f. Faktor eksternal yaitu, tekanan sosial lingkungan belajar yang tidak kondusif.

Menurut Pratama (2022) terdapat beberapa aspek prokrastinasi kerja yaitu:

- a. Ketidakpastian merupakan ketidakmampuan untuk memprediksi hasil dari tugas yang diberikan.
- b. Ketidakjelasan merupakan ketidakmampuan untuk memahami tugas yang diberikan.
- c. Ketidakmampuan merupakan ketidakmampuan untuk menyelesaikan tugas yang diberikan.
- d. Ketidaknyamanan merupakan ketidaknyamanan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan.
- e. Ketidakmampuan dalam mengatur waktu merupakan ketidakmampuan untuk mengatur waktu dengan baik dalam menyelesaikan tugas yang diberikan.

Ferarri (1995) mengatakan bahwa sebagai suatu perilaku penundaan, prokrastinasi, dapat termanifestasikan dalam indikator tertentu yang dapat diukur, berupa:

- a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi. Seseorang yang melakukan prokrastinasi tau bahwasannya pekerjaan yang dihadapi harus segera diselesaikan. Akan tetapi, ia menunda-nunda untuk mulai mengerjakannya atau menunda-nunda untuk menyelesaikan sampai tuntas jika ia sudah mulai mengerjakan sebelumnya.
- b. Keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan. Orang yang melakukan prokrastinasi memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang

dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu pekerjaan. Seorang prokrastinastor menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, tanpa memperhitungkan keterbatasan waktu yang dimilikinya. Kadang-kadang tindakan tersebut mengakibatkan seseorang tidak berhasil menyelesaikan pekerjaannya secara memadai. Kelambanan dalam arti lambannya kerja seseorang dalam melakukan suatu pekerjaan dapat menjadi ciri yang utama dalam prokrastinasi.

- c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual. Seorang prokrastinator sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi *deadline* yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang mungkin telah merencanakan mulai mengerjakan pekerjaan pada waktu yang telah ia tentukan sendiri. Akan tetapi, ketika saatnya tiba dia tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan sehingga menyebabkan keterlambatan ataupun kegagalan untuk menyelesaikan pekerjaan secara memadai.
- d. Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dikerjakan. Seorang prokrastinator dengan sengaja tidak segera melakukan pekerjaannya. Akan tetapi, menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktifitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (Koran, majalah, atau buku cerita lainnya) nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan

musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan pekerjaan yang harus diselesaikannya

Menurut Sokolowska (2009), prokrastinasi memiliki 4 aspek yaitu:

a. Perilaku

Perilaku menekankan pada penundaan mengerjakan pekerjaan dengan cara menghindar dan memperlambat penyelesaian pekerjaan. Oleh karena itu, karakteristik perilaku prokrastinasi berkaitan dengan aksi penundaan atau penghindaran. Seorang prokrastinator cenderung mengalami kesulitan untuk melakukan hal-hal yang tidak disenangi dan ketika mungkin untuk melakukan, akan menghindarinya. Ia lebih cenderung untuk melakukan hal – hal yang disenangi.

b. Afektif

Afektif menekankan pada ketidaknyamanan yang dirasakan individu. Secara khusus, dimensi ini berhubungan dengan kecemasan dan kekhawatiran. Beberapa peneliti menginvestigasi penundaan sebagai mekanisme jalan keluar dari tekanan emosional yang diasosiasikan dengan pekerjaan. Orang yang melakukan penundaan juga rentan menderita kekhawatiran dan frustrasi, khususnya sebelum atau sesudah batas waktu yang ditentukan.

c. Kognitif

Kognitif menekankan kepada mengapa individu tetap membuat keputusan untuk menunda meskipun mengetahui konsekuensi negatifnya, pendekatan secara kognitif membahas kesenjangan untuk menunda diawal

atau menyelesaikan suatu pekerjaan. Kognitif dari prokrastinasi melibatkan kesulitan memprioritaskan suatu pekerjaan, dan manajemen waktu yang buruk

d. Motivasi

Prokrastinasi juga dapat dilihat sebagai motivasi untuk tidak menyelesaikan pekerjaan. Termasuk di dalamnya persepsi individu akan pentingnya pekerjaan, manfaat, dan ketertarikan intrinsik yang melekat dalam diri individu. Beberapa penelitian secara umum menunjukkan bahwa siswa yang melihat pekerjaannya sebagai hal yang tidak penting, tidak relevan dengan tujuan utamanya, dan tidak tertarik terhadap pekerjaan tersebut, menunjukkan level prokrastinasi yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menilai pekerjaan sebagai suatu hal yang penting.

Menurut Tuckman (2014) aspek-aspek prokrastinasi adalah sebagai berikut yaitu:

a. Membuang waktu

Seorang *procrastinator* biasanya memiliki kecenderungan untuk membuang- buang waktu hingga pada akhirnya melakukan prokrastinasi.

b. *Task avoidance* (menghindari pekerjaan)

task avoidance merupakan keadaan dimana seseorang cenderung menghindar dalam mengerjakan pekerjaan dikarenakan mengalami kesulitan ketika melakukan hal yang dianggap tidak menyenangkan.

c. *Blaming others* (menyalahkan orang lain)

Kecenderungan menyalahkan kejadian eksternal atau orang lain untuk konsekuensi dari prokrastinasi.

4. Indikator Prokrastinasi kerja

Pratama (2022) menyatakan prokrastinasi kerja diukur dengan empat indikator, yaitu:

a. Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi tahu bahwa pekerjaan yang dihadapinya harus segera diselesaikan dan berguna bagi dirinya, akan tetapi cenderung menunda-nunda untuk memulai mengerjakannya atau menunda nunda untuk menyelesaikannya sampai tuntas jika dia sudah mulai mengerjakannya sebelumnya.

b. Keterlambatan dalam mengerjakan tugas.

Individu yang melakukan prokrastinasi cenderung memerlukan waktu yang lebih lama daripada waktu yang dibutuhkan pada umumnya dalam mengerjakan suatu pekerjaan. Prokrastinasi menghabiskan waktu yang dimilikinya untuk mempersiapkan diri secara berlebihan, maupun melakukan hal-hal yang tidak dibutuhkan dalam penyelesaian pekerjaan tanpa memperhitungkan waktu yang dimilikinya. Tindakan tersebut yang terkadang mengakibatkan individu tidak berhasil menyelesaikan tugasnya secara memadai. Kelambanan berarti individu yang mengerjakan pekerjaan cenderung tidak dapat cepat dalam mengerjakan perkejaannya sehingga perkejaan selesai dengan waktu yang lama.

c. Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual.

Individu prokrastinator mempunyai kesulitan untuk melakukan sesuatu sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan sebelumnya. Individu prokrastinator cenderung sering mengalami keterlambatan dalam memenuhi deadline yang telah ditentukan, baik oleh orang lain maupun rencana-rencana yang telah dia tentukan sendiri. Seseorang biasanya merencanakan waktu untuk mengerjakan sesuatu, akan tetapi pada waktunya tiba mereka tidak juga melakukan pekerjaan yang telah direncanakan sendiri.

d. Melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

Individu prokrastinator cenderung dengan sengaja tidak segera menyelesaikan tugasnya, akan tetapi menggunakan waktu yang dia miliki untuk melakukan aktivitas lain yang dipandang lebih menyenangkan dan mendatangkan hiburan, seperti membaca (koran, majalah, dan lain-lain), nonton, ngobrol, jalan, mendengarkan musik, dan sebagainya sehingga menyita waktu yang dia miliki untuk mengerjakan pekerjaan yang harus diselesaikannya.

Harefa (2020) mengemukakan terdapat beberapa indikator prokrastinasi kerja, yaitu:

- a. Penundaan mengerjakan pekerjaan yaitu sering menunda mengerjakan tugas atau pekerjaan meskipun sudah ada *deadline*, lebih memilih melakukan hal lain yang tidak penting daripada mengerjakan tugas dan menunda pekerjaan sampai detik-detik terakhir.

- b. Menghindari pekerjaan yaitu sering mencari alasan untuk tidak mengerjakan tugas, sering delegasikan tugas kepada orang lain dan sering bolos kerja.
- c. Kesulitan memulai pekerjaan yaitu merasa kesulitan untuk memulai mengerjakan tugas, sering mencari alasan untuk menunda mengerjakan tugas, dan merasa cemas atau takut ketika akan memulai mengerjakan tugas.
- d. Kurang percaya diri yaitu meragukan kemampuan diri sendiri untuk menyelesaikan tugas dengan baik dan merasa tidak mampu mencapai target yang ditetapkan.
- e. Kurang fokus yaitu sering teralihkannya perhatiannya ketika sedang mengerjakan tugas, sulit untuk berkonsentrasi pada pekerjaan dan sering membuat kesalahan dalam pekerjaan.
- f. *Perfeksionisme* yaitu memiliki standar yang terlalu tinggi dalam menyelesaikan pekerjaan, sering mengulang-ulang pekerjaan karena tidak merasa puas dengan hasilnya dan menunda pekerjaan karena takut tidak dapat menyelesaikannya dengan sempurna.

Menurut Steel (dalam Anggawijaya, 2014) terdapat lima indikator prokrastinasi kerja, yaitu:

- a. Menunda memulai tugas

Karyawan tidak memulai mengerjakan tugas meskipun sudah mengetahui *deadline* dan konsekuensinya.

b. Menghindari tugas

Karyawan secara aktif menghindari tugas dengan mencari alasan atau melakukan aktivitas lain.

c. Bekerja dengan lambat

Karyawan bekerja dengan sangat lambat dan tidak efisien, sehingga membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugas.

d. Melakukan tugas lain yang tidak penting

Karyawan memilih untuk mengerjakan tugas lain yang tidak penting atau mendesak daripada menyelesaikan tugas yang tertunda.

e. Merasa cemas atau bersalah ketika menunda tugas

Karyawan merasakan kecemasan, stres, atau rasa bersalah ketika mereka menunda tugas.

Dari pendapat di atas maka peneliti menyimpulkan indikator prokrastinasi kerja mencakup penundaan memulai dan menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam pengerjaan, kesenjangan antara rencana dan kinerja aktual, preferensi terhadap aktivitas yang lebih menyenangkan, penghindaran tugas, kurang percaya diri, kurang fokus, *perfeksionisme*, serta perasaan cemas dan bersalah.

C. Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* terhadap Prokrastinasi Kerja pada Guru di SMAN 11 Banda Aceh

Cyberloafing, atau penggunaan internet untuk keperluan pribadi selama jam kerja, telah menjadi salah satu isu penting dalam dunia kerja modern. Lim (2002) mendefinisikan *cyberloafing* sebagai aktivitas *online* yang dilakukan

karyawan di tempat kerja namun tidak terkait dengan pekerjaan, seperti menjelajahi media sosial, membaca berita, atau berbelanja daring.

Prokrastinasi kerja di sisi lain, adalah perilaku menunda tugas yang seharusnya dilakukan dalam waktu tertentu. Ferrari (1995) menyebut prokrastinasi sebagai tindakan yang sering dilakukan individu untuk menghindari atau menunda pekerjaan yang dianggap sulit, membosankan, atau membutuhkan usaha besar. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Lavoie (2001), prokrastinasi memiliki korelasi dengan faktor-faktor seperti tekanan pekerjaan, stres, dan adanya distraksi, termasuk penggunaan internet yang berlebihan. *Cyberloafing* dapat menjadi salah satu bentuk prokrastinasi, di mana individu menggunakan aktivitas *online* untuk menghindari pekerjaan utama mereka.

Koay dan Soh (2018) menyoroti bahwa *cyberloafing* dan prokrastinasi kerja memiliki hubungan yang signifikan. Semakin sering seseorang terlibat dalam *cyberloafing*, semakin besar kemungkinan mereka untuk menunda pekerjaan. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada kinerja individu tetapi juga memengaruhi efisiensi organisasi secara keseluruhan. Dalam konteks guru, dampaknya bisa lebih besar karena terkait langsung dengan kualitas pengajaran dan hasil belajar siswa.

Guru sering kali memiliki akses luas ke perangkat teknologi, baik untuk kebutuhan mengajar maupun administrasi. Namun, tanpa pengelolaan waktu yang baik, teknologi ini dapat menjadi distraksi. Menurut Lim (2002), salah satu alasan utama individu terlibat dalam *cyberloafing* adalah kurangnya

pengawasan di tempat kerja. Hal ini relevan di lingkungan sekolah, di mana guru sering kali memiliki otonomi tinggi terhadap cara mereka mengelola waktu dan tugas mereka. Studi oleh Henle dan Blanchard (2008) menegaskan bahwa *cyberloafing* sering kali terjadi ketika individu merasa bosan, stres, atau tidak termotivasi. Pada guru, faktor-faktor seperti beban kerja yang tinggi, kurangnya dukungan dari institusi, atau ketidakpuasan kerja dapat memicu perilaku ini.

D. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, maka peneliti mengajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

Ha: Terdapat pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh.

Ho: Tidak terdapat pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y), yaitu:

1. Variabel bebas (X) : Perilaku *Cyberloafing*
2. Variabel terikat (Y) : Prokrastinasi

B. Definisi Operasional

Menurut Utama (2016) operasional ialah pemberian atau penetapan makna bagi suatu variabel dengan spesifikasi kegiatan atau pelaksanaan atau operasi yang dibutuhkan untuk mengukur, mengkategorisasi, atau memanipulasi variabel. Definisi operasional ini mengatakan kepada pembaca laporan penelitian apa yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan atau pengujian hipotesis. Berikut adalah definisi operasional *cyberloafing* dan prokrastinasi:

1. Perilaku *Cyberloafing*

Menurut Van Doorn (2011), *cyberloafing* adalah penggunaan internet untuk tujuan non-pekerjaan secara sukarela selama berapa jam seperti membuka media sosial atau bermain *game online*. Dalam penelitian ini, penulis akan mengukur *cyberloafing* dengan menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Van Doorn (2011) meliputi, aspek aktifitas *cyberloafing* dan perilaku *cyberloafing*.

2. Prokrastinasi

Menurut Pratama (2022) prokrastinasi kerja adalah suatu penundaan pekerjaan dengan sengaja dengan melakukan aktivitas lain yang diprioritaskan sehingga menyebabkan terjadinya kegagalan dalam mencapai tujuan. Prokrastinasi kerja diukur dengan menggunakan indikator yang dikemukakan oleh pratama (2022) yaitu penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, keterlambatan dalam mengerjakan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Berdasarkan hasil survei dan data yang diunggah di situs web milik sekolah, populasi penelitian adalah guru di SMAN 11 Banda Aceh yang berjumlah 57 orang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan dapat diberlakukan untuk populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus benar-benar representatif. Apabila subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya sehingga penelitiannya merupakan penelitian

populasi, selanjutnya jika jumlah subjeknya lebih dari 100 maka diambil antara 10% - 20% atau 20% - 30% atau lebih (Sugiyono, 2019).

Teknik sampling dibagi menjadi dua kelompok yaitu *probability sampling* dan *non probability sampling*. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *non probability sampling*. Menurut Sugiyono (2017) *non probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang yang sama bagi setiap unsur atau populasi untuk dipilih menjadi sampel.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala, subjek diminta untuk merespon sejumlah pernyataan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Tujuannya adalah untuk mengungkap hal-hal yang sedang diteliti. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cyberloafing* dan *prokrastinasi*. Penyekalaan yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban. Skala disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Bobot penilaian untuk *favorable* adalah : SS (Sangat Setuju) = 4, S (Setuju) = 3, TS (Tidak Setuju) = 2, STS (Sangat Tidak Setuju) = 1. Sedangkan untuk *unfavorable* adalah : SS (Sangat Setuju) = 1, S (Setuju) = 2, TS (Tidak Setuju) = 3, STS (Sangat Tidak Setuju) = 4.

Tabel 1
Bobot Penilaian Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable*

No.	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	Sangat Setuju (SS)	4	1
2.	Setuju (S)	3	2
3.	Tidak Setuju (TS)	2	3
4.	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

1. Perilaku *cyberloafing*

Pengukuran skala perilaku *cyberloafing* disusun oleh peneliti dengan mengacu aspek yang dikemukakan oleh Van Doorn (2011) meliputi, aspek aktifitas *cyberloafing* dan perilaku *cyberloafing*. Jumlah item dalam skala ini adalah 32 aitem yang terdiri dari 16 item *favorable* dan 16 item *unfavorable*. Penulis menjabarkannya dalam bentuk *blue print cyberloafing* yang tertera dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2
Blue Print Skala *Cyberloafing*

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah	Bobot
			<i>Favo rable</i>	<i>Unfavo rable</i>		
1	Aktivitas <i>Cyberloafing</i>	Aktivitas Sosial (<i>Social Activity</i>)	2	2	4	12,5 %
		Aktivitas Informasi (<i>Informational Activity</i>)	2	2	4	12,5 %
		Aktivitas Hiburan (<i>Leisure Activity</i>)	2	2	4	12,5 %
		Aktivitas Emosional Virtual (<i>Virtual Emotional Activity</i>)	2	2	4	12,5 %
2	Perilaku <i>cyberloafing</i>	Perilaku pengembangan (<i>Development Behaviour</i>)	2	2	4	12,5 %
		Perilaku pemulihan	2	2	4	12,5 %

		(<i>Recovery Behaviour</i>)				
		Perilaku Penyimpangan (<i>Deviant Behaviour</i>)	2	2	4	12,5 %
		Perilaku kecanduan (<i>Addiction Behaviour</i>)	2	2	4	12,5 %
	Jumlah		16	16	32	100%

2. Prokrastinasi

Pengukuran skala prokrastinasi disusun oleh peneliti dengan mengacu pada aspek yang dikemukakan oleh Pratama (2022) yaitu, penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan tugas, kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual dan melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dikerjakan. Jumlah aitem dalam skala ini adalah 32 item yang terdiri dari 16 item *favorable* dan 16 item *unfavorable*. Penulis menjabarkannya dalam bentuk *blue print* prokrastinasi yang tertera dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3
Blue Print Skala Prokrastinasi

No	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi	4	4	8	25%
2	Keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan	4	4	8	25%
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	4	4	8	25%
4	Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dikerjakan	4	4	8	25%
	Jumlah	16	16	32	100%

E. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Azwar (2017) mengemukakan bahwa validitas adalah sejauh mana ketetapan dan kecermatan akan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukur dengan cara melakukan pengujian validitas yang akan dilakukan dengan validitas isi yaitu validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi tes berdasarkan analisis rasional dari panel ahli yang berkompeten atau *professional judgement*, dan pada penelitian ini yang akan menjadi panel ahli yang berkompeten atau profesional judgement adalah dosen pembimbing. Penguji validitas berdasarkan *profesional judgement* adalah menemukan jawaban sejauh mana aitem aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi objek yang hendak diukur atau sejauh mana isi tes mencerminkan ciri atribut yang akan diukur (Azwar, 2017).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah metode untuk mengevaluasi seberapa konsisten hasil pengukuran instrumen terhadap spesifikasinya. Salah satu karakteristik instrumen reliabel adalah apabila digunakan pada waktu atau kesempatan yang berbeda, instrumen ini menghasilkan hasil yang relatif tetap serta apabila dibandingkan dengan instrumen ekuivalen atau instrumen baku lainnya, dan apabila digunakan berulang kali, mereka menghasilkan informasi yang relatif sama.

Alpha Cronbach adalah rumus untuk mengukur reliabilitas instrumen dengan pilihan jawaban lebih dari dua, seperti skala *likert* (Sutja et al., 2017: 92). Perhitungan reliabilitas instrumen dapat dilakukan secara manual atau menggunakan program SPSS 2.4 Kriteria, yang digunakan untuk mengevaluasi reliabilitas instrumen *Alpha Cronbach* yaitu:

- 1) Jika nilai *Alpha Cronbach* (r) ≥ 0.70 , maka instrumen dapat dinyatakan reliabel.
- 2) Jika nilai *Alpha Cronbach* (r) ≤ 0.70 , maka instrumen dinyatakan tidak reliabel.

F. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang akan digunakan untuk mengetahui pengaruh perilaku *cyberloafing* di tempat kerja terhadap prokrastinasi kerja pada guru di SMAN 11 Banda Aceh dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Sesuai dengan hipotesis dan tujuan penelitian yaitu mencari pengaruh, maka data yang diperoleh akan di uji terlebih dahulu dengan uji asumsi yaitu uji normalitas dan uji linieritas yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Uji Asumsi Syarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data yang terkumpul berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Kolmogroff Smirnov Test* dengan bantuan fasilitas komputer yaitu *SPSS 25.00 for windows*. Kaidah yang digunakan untuk menyetujui normalitas sebaran data adalah jika signifikansi $p > 0,05$ maka

data berdistribusi normal, sebaliknya jika signifikansi $p < 0,05$, maka data berdistribusi tidak normal (Ghozali, 2018).

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara variabel bebas yaitu *cyberloafing* dan variabel terikat yaitu prokrastinasi memiliki pengaruh yang linier atau tidak. Dua variabel dikatakan mempunyai pengaruh yang linier apabila nilai $p < 0,05$, tetapi jika $p > 0,05$ maka hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat tidak linier (Ghozali, 2018). Untuk mengetahui kedua variabel mempunyai hubungan yang linier, maka penulis akan menggunakan *Test for Linearity* dengan bantuan program *SPSS (Statistical Program for Special Science) 25.00 for windows*.

2. Uji Hipotesis

Analisis data yang akan digunakan untuk mengetahui hipotesis pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat adalah analisis regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana adalah pengaruh secara linier satu variabel independen dengan variabel dependen (Ghozali, 2018). Dalam menganalisis data, penulis akan menggunakan bantuan fasilitas komputer yaitu program *SPSS 25.00 for windows* dengan kriteria pengujian jika nilai $p < 0,05$ maka hipotesis diterima dan variabel bebas memiliki pengaruh terhadap variabel terikat (Ghozali, 2018).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Tahap orientasi kancah memiliki tahapan dilalui untuk mendapatkan pengenalan yang lebih jauh mengenai area penelitian yang spesifik dan mempersiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan. Tujuannya adalah untuk memperoleh informasi yang dibutuhkan mengenai fenomena permasalahan yang akan diteliti. Penelitian yang akan dilakukan pada kesempatan ini adalah mengenai pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap perilaku prokrastinasi pada guru di sekolah menengah atas.

1. Profil SMA 11 Banda Aceh

Sekolah Menengah Atas atau SMA 11 Banda Aceh ini pertama sekali didirikan pada tanggal 21 Juli 2003 dengan nama SMA Persiapan 11 Banda Aceh. Pada tanggal 15 Desember 2004 menjadi SMA Negeri 11 Banda Aceh dengan nomor Penegerian 420/ 271/2004 dengan izin Operasional 42.13/E.1/ 258/2004. SMA Negeri 11 Banda Aceh beralamat di Jalan Paya Umet Desa Blang Cut, Kecamatan Lueng Bata, Kota Banda Aceh. Email sman11bna@yahoo.com, website <https://www.sman11bna.sch.id/>. Selain intrakurikuler yang berkualitas dan program keunggulan akademik (bimbingan belajar/les sore pada hari Senin, Selasa dan Rabu). Bidang Ekstrakurikuler SMA 11 Banda Aceh adalah bidang Paskribaka, PMR (Palang Merah Remaja), Debat Bahasa Inggris/ Bahasa Indonesia/ Bahasa Jerman, *Marching Band*, Pramuka, Sanggar Seni, Olah Raga, Pusat Informasi Konseling-Remaja, Adiwiyata, Olimpiade, dan Hidroponik.

Visi, dan Misi Sekolah

Visi Sekolah

Menghasilkan Lulusan Berkualitas yang Berakhlakul Karimah, Terampil di Bidang Olah Raga dan Seni serta siap Berkompetisi.

Misi Sekolah

Sekolah memiliki beberapa misi yang diuraikan sebagai berikut:

1. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif dan efisien.
2. Meningkatkan komitmen seluruh tenaga kependidikan terhadap tugas pokok dan fungsinya.
3. Melaksanakan kajian dan baca Alquran serta salat berjamaah.
4. Melaksanakan kultur sekolah yang islami.
5. Melatih siswa dalam penggunaan multimedia.
6. Melaksanakan pembinaan penulisan karya ilmiah.
7. Melaksanakan pembinaan dan pelatihan olah raga dan siap berkompetisi.
8. Mengembangkan kesenian daerah untuk menunjang kebudayaan nasional.
9. Melaksanakan pembinaan olimpiade dan berbagai perlombaan pada tingkat daerah, nasional, maupun tingkat internasional.
10. Melaksanakan sekolah sehat dan lingkungan hijau.

B. Persiapan Penelitian

Persiapan peneliti yang pertama kali adalah mempersiapkan diri dengan baik untuk meminimalisir kesalahan yang tidak diinginkan selama proses penelitian. Persiapan penelitian dimulai dengan melakukan observasi dan wawancara pada beberapa subjek yang menjadi sasarannya di lokasi penelitian yang akan

dilakukan. Setelah melakukan observasi dan wawancara awal, peneliti menyusun instrumen pengukuran yang akan digunakan dalam mengumpulkan data penelitian, serta mengurus surat izin untuk melakukan uji coba (*try out*) instrumen pengukuran dan izin untuk melakukan penelitian. Setelah itu, peneliti akan melakukan proses penelitian hingga selesai.

1. Pengurusan Surat Izin Penelitian

Peneliti memperoleh surat izin melakukan penelitian yang dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi UNMUHA dengan nomor surat 264/UM.M/F/2025 yang ditujukan kepada kepala sekolah SMA Negeri 11 Banda Aceh pada tanggal 14 juli 2025. Kemudian, Peneliti mengajukan surat rekomendasi kepada Dinas Pendidikan Aceh, setelahnya peneliti memperoleh surat rekomendasi dari Dinas Pendidikan Aceh dengan nomor 000.9.2/2430 dan baru peneliti memperoleh izin dari SMA Negeri 11 Banda Aceh dengan nomor surat 423.1/291/2025.

2. Penyusunan Alat Ukur

Penelitian ini, menggunakan skala likert sebagai alat ukur untuk mengukur skala *cyberloafing* dan perilaku prokrastinasi. Untuk skala *cyberloafing* terdiri dari 32 item berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Van Doorn (2011). Sedangkan untuk skala perilaku prokrastinasi peneliti menyusun 32 aitem berdasarkan indikator yang dikemukakan oleh Pratama (2022).

C. Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data di Sekolah SMA 11 selama satu (1) hari. Penelitian ini menggunakan, penyebaran angket yang diberikan langsung kepada 57 guru di SMA 11 Banda Aceh. Pembagian skala dilakukan dengan cara membagi angket kepada satu persatu subjek. Setelah skala terkumpul dan terisi, data selanjutnya dianalisis oleh peneliti menggunakan program SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 25.0 for Windows.

Sedikit hambatan yang peneliti alami saat pelaksanaan penelitian ini adalah proses pembagian angket dengan cara memberikan angket tersebut secara satu persatu kepada guru yang baru memasuki ruang guru dan harus menunggu guru selesai mengajar, Sehingga proses penelitian berlangsung cukup lama.

D. Hasil Analisa Data Penelitian

1. Uji Instrumen Penelitian

a. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini untuk mengevaluasi kecocokan sebuah item valid atau tidak. Dalam penelitian ini, validitas diuji dengan menggunakan penilaian ahli yang berperan sebagai dosen pembimbing. dosen pembimbing akan mengevaluasi dan memberikan saran terhadap item yang di uji. Setelah menyusun dan memperbaiki item item tersebut, dosen pembimbing akan menyatakan validitas item pada variabel tersebut dan jika item dianggap tidak valid, maka penelitian dapat dilakukan

b. Diskriminasi Item Uji Coba

Untuk mengevaluasi item yang cocok, dilakukan diskriminasi item dengan memeriksa nilai *Item-Total Correlation* yang kurang dari 0,3. Dalam penelitian ini, item item yang memiliki nilai *Item-Total Correlation* lebih besar dari 0,3 dianggap cocok untuk digunakan pada penelitian selanjutnya, sesuai dengan (Azwar ,2017). Setelah dilakukan analisis, ada sisa 28 dari 32 aitem yang masih layak digunakan pada skala perilaku *cyberloafing*, sementara 4 item tidak layak harus dikeluarkan. Detail hasil analisis item skala perilaku *cyberloafing* dapat dilihat dibawah ini:

Tabel 4
Skala Perilaku *Cyberloafing* Sebelum item Tidak Valid Dibuang

No	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah	Bobot
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Aktivitas <i>Cyberloafing</i>	Aktivitas Sosial ((<i>Social Activity</i>))	1, 2	3, 4	4	12,5 %
		Aktivitas Informasi (<i>Informational Activity</i>)	5, 6	7, 8	4	12,5 %
		Aktivitas Hiburan (<i>Leisure Activity</i>)	9, 10	11, 12	4	12,5 %
		Aktivitas Emosional Virtual (<i>Virtual Emotional Activity</i>)	13, 14	15, 16	4	12,5 %
2	Perilaku <i>cyberloafing</i>	Perilaku pengembangan (<i>Development Behaviour</i>)	17, 18	19, 20	4	12,5 %
		Perilaku pemulihan (<i>Recovery Behaviour</i>)	21, 22	23, 24	4	12,5 %
		Perilaku Penyimpangan (<i>Deviant Behaviour</i>)	25, 26	27, 28	4	12,5 %
		Perilaku kecanduan (<i>Addiction Behaviour</i>)	29, 30	31, 32	4	12,5 %
		Jumlah	16	16	32	100%

Ket: Nomor yang dicetak tebal merupakan item yang tidak valid

Tabel 5
Skala Perilaku Cyberloafing Item Valid

No	Aspek	Indikator	Item Valid	Jumlah	Bobot
1	Aktivitas Cyberloafing	Aktivitas Sosial ((<i>Social Activity</i>))	1, 2, 3, 4	4	12,5 %
		Aktivitas Informasi (<i>Informational Activity</i>)	5, 6, 8	3	12,5 %
		Aktivitas Hiburan (<i>Leisure Activity</i>)	9, 10, 11, 12	4	12,5 %
		Aktivitas Emosional Virtual (<i>Virtual Emotional Activity</i>)	13, 14,15, 16	4	12,5 %
2	Perilaku Cyberloafing	Perilaku Pengembangan (<i>Development Behaviour</i>)	17, 18, 20	3	12,5 %
		Perilaku Pemulihan (<i>Recovery Behaviour</i>)	21, 22, 23	3	12,5 %
		Perilaku Penyimpangan (<i>Deviant Behaviour</i>)	25, 26, 27, 28	4	12,5 %
		Perilaku Kecanduan (<i>Addiction Behaviour</i>)	29, 31, 32	3	12,5 %
Jumlah				28	100%

Setelah dilakukan analisis uji coba, pada variabel prokrastinasi ditemukan bahwa sebanyak 29 item dari 32 item pada skala prokrastinasi terdapat 3 item yang tidak dapat digunakan. Hasil analisis item skala prokrastinasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 6
Hasil Analisis Diskriminasi Item Skala Perilaku Prokrastinasi
Sebelum Item Tidak Valid Dibuang

No	Indikator	Nomor Item		Jumlah	Bobot
		Favorable	Unfavorable		
1	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi	1, 2, 3, 4	5, 6, 7, 8	8	25%
2	Keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan	9, 10, 11, 12	13, 14, 15, 16	8	25%
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	17, 18, 19, 20	21, 22, 23, 24	8	25%
4	Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dikerjakan	25, 26, 27, 28	29, 30, 31, 32	8	25%
	Jumlah	16	16	32	100%

Ket: Nomor yang dicetak tebal merupakan item yang tidak valid

Tabel 7
Hasil Analisis Diskriminasi Item Skala Perilaku
Prokrastinasi Valid

No	Indikator	Item Valid	Jumlah	Bobot
1	Penundaan untuk memulai maupun menyelesaikan pekerjaan yang dihadapi	1, 2, 3, 4, 5, 6, 8	7	25%
2	Keterlambatan dalam mengerjakan pekerjaan	9, 10, 11, 12, 13, 14, 16	7	25%
3	Kesenjangan waktu antara rencana dan kinerja aktual	17, 19, 20, 21, 22, 23, 24	7	25%
4	Melakukan aktifitas yang lebih menyenangkan daripada melakukan pekerjaan yang harus dikerjakan	25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32	8	25%
	Jumlah	29	29	100%

a. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan koefisien formula *Alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 25.0 for windows. Suatu item dikatakan memiliki reliabel apabila koefisien reliabilitas atau $P > 0,7$ begitu juga sebaliknya (Azwar, 2017). Hasil uji reliabilitas dari skala perilaku *cyberloafing* dengan jumlah 32 item menunjukkan hasil yang reliabel dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,951 dan pada skala prokrastinasi hasil uji reliabilitas dengan jumlah 32 item menunjukkan hasil yang reliabel dengan nilai koefisien sebesar 0,943 seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 8
Hasil Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid Dibuang

Skala	Formula Alpha Cronbach	Jumlah
Perilaku <i>Cyberloafing</i>	0,951	32
Prokrastinasi	0,943	32

Sumber : Olah data *spss 25.0 for windows*, tahun 2025

Setelah item dari skala perilaku *cyberloafing* yang tidak bagus dibuang, ada 28 item yang tersisa dengan koefisien reliabilitas meningkat hingga 0,961 dan setelah item pada skala prokrastinasi yang tidak bagus dibuang, ada 29 item yang tersisa dengan koefisien reliabilitas meningkat hingga 0,948 seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 9
Hasil Uji Reliabilitas Sesudah Item Tidak Valid Dibuang

Skala	Formula Alpha Cronbach	Jumlah
Perilaku <i>Cyberloafing</i>	0,961	28
Prokrastinasi	0,948	29

Sumber : Olah data *spss 25.0 for windows*, tahun 2025

Angka tersebut menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat baik sehingga skala perilaku *cyberloafing* dan skala prokrastinasi pada penelitian ini dikatakan reliabel dan baik serta layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

2. Deskripsi Subjek Dan Data Penelitian

a. Deskripsi Subjek Penelitian

Partisipan atau subjek dalam penelitian ini adalah guru di Sekolah SMA 11 Banda Aceh. Populasi dari penelitian ini terdiri dari 57 guru di Sekolah SMA 11. Partisipan dalam penelitian ini adalah guru SMA 11 Banda aceh yang berjumlah 57 orang.

Tabel 10
Jumlah sampel

No	Jenis Kelamin		Usia Rata''	Status	
	Laki laki	Perempuan		Menikah	Belum menikah
	11	46	40	52	5
total	57			57	

b. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian disajikan untuk mengetahui karakteristik data pokok yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan, peneliti membagi kategori perilaku *cyberloafing* dan Prokrastinasi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, tinggi deskripsi data diperoleh dari nilai Mean (M) dan nilai Standar Deviasi (SD) sebagai berikut ini:

Tabel 11
Nilai Mean Dan Standar Deviasi

Nilai	N	Mean	Maximu m	Minimu m	Standar deviasi
Perilaku <i>cyberloafing</i>	57	84.40	123	45	20.61
Prokrastinasi	57	86.01	123	47	20.04

Selanjutnya dilakukan proses pengkategorisasian dengan menggunakan norma sebagai berikut:

Tabel 12
Norma Pengkategorisasian

Tingkatan/Kategori	Skor
Rendah	$X < (M-1.SD)$
Sedang	$X < (M-1.SD) \text{ X } (M+1.SD)$
Tinggi	$(M+1.SD) \leq X$

Berdasarkan norma standar pada tabel maka diketahui skor masing-masing kategori adalah sebagai berikut:

a. Perilaku *Cyberloafing*

1. Rendah = $X < (84-1.21)$

$$= X < 63$$

2. Sedang = $X < (84-1.21) \text{ X } (84-1.21)$

$$= X < 63 \leq X \text{ } 105$$

3. Tinggi = $(84-1.21) \leq X$

$$= 105$$

b. Prokrastinasi

1. Rendah = $X < (86 - 1. 20)$

$$= X < 66$$

2. Sedang = $X < (86 - 1. 20) + (86 - 1. 20)$

$$= X \text{ } 66 \leq 106$$

3. Tinggi = $X (86 - 1. 20)$

$$= X \text{ } 106$$

Tabel 13
Kategori Data Penelitian

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian			Total
	Rendah ($X \leq 45$)	Sedang (45 - 123)	Tinggi ($123 \leq X$)	
Perilaku <i>cyberloafing</i>	17 (29,8%)	24 (42,1%)	16 (28,1%)	57 (100%)
Prokrastinasi	15 (26,3%)	22 (38,6%)	20 (35,1%)	57 (100%)

Sumber : Olah Data SPSS 25.0 For Windows, tahun 2024

Berdasarkan hasil deskriptif variabel perilaku *cyberloafing* diatas dari 57 subjek Guru SMA 11 Banda Aceh yang diteliti didapatkan 17 orang dengan kategori rendah dengan persentase 29,8%, untuk kategori sedang berjumlah 24 orang dengan persentase 42,1% dan untuk kategori tinggi berjumlah 16 orang guru dengan persentase 28,1%. Adapun berdasarkan hasil dari deskriptif variabel prokrastinasi terdapat 15 orang guru dengan kategori rendah persentase sebesar 26,3%, untuk kategori sedang berjumlah 22 orang dengan persentase 38,6% adapun dengan kategori tinggi berjumlah 20 orang dengan persentase 35,1%.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Pada penelitian ini, dilakukan pengujian normalitas menggunakan metode teknik *Kolmogorof Smirnov Test* untuk mengevaluasi sebaran data dalam suatu kelompok dan menentukan apakah distribusinya bersifat normal atau tidak (Ghozali, 2018). Hasil uji normalitas penelitian ini dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 14
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig (P)	Keterangan
Perilaku <i>Cyberloafing</i>	0.200	Normal
Prokrastinasi	0.158	Normal

Sumber : Olah data *spss 25.0 for windows*, tahun 2025

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas menunjukkan nilai 0,200 dengan nilai signifikansi $p = 0,05$, yang artinya data variabel berdistribusi normal, karena nilai signifikansi $p > 0,05$. Dengan demikian uji asumsi normalitas data pada variabel penelitian ini telah terpenuhi

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Test For Linearity* untuk mengevaluasi apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara dua variabel. Hubungan antara kedua variabel dianggap linear jika nilai signifikansi $p < 0,05$, sedangkan jika nilai signifikansi $p > 0,05$, maka hubungan dianggap tidak linear. Hasil uji penelitian ini dijelaskan dalam tabel berikut :

Tabel 15
Hasil Uji Linearitas

Variabel	Nilai F	Nilai Sig
Perilaku <i>Cyberloafing</i> dan Prokrastinasi	11.855	0,000

Sumber : Olah data *spss 25.0 for windows*, tahun 2025

Berdasarkan hasil uji linearitas diatas terlihat bahwa kedua variabel menunjukkan nilai F sebesar 11.855 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Hal ini menandakan adanya hubungan linear yang signifikansi antara kedua variabel tersebut. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linear antara variabel perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja.

4. Uji Hipotesis

Setelah memenuhi uji asumsi, peneliti melanjutkan dengan melakukan uji hipotesis dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Analisis regresi bertujuan untuk mengetahui tingkat ketergantungan suatu variabel terhadap variabel lainnya, menilai signifikansinya, serta memprediksi besarnya nilai variabel terikat (Y) yang di pengaruhi variabel bebas (X) Sugiyono (2019). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan regresi linear sederhana karena hanya melibatkan satu variabel bebas yaitu perilaku *cyberloafing* dan satu variabel terikat yaitu Prokrastinasi. Setelah memenuhi uji asumsi, peneliti melanjutkan dengan melakukan uji regresi linear sederhana untuk mengevaluasi sejauh mana pengaruh variabel perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi.

a. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi. Dasar pengambilan keputusan dalam analisis ini didasarkan pada nilai signifikansi (sig), yaitu jika nilai $\text{sig} < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikansi antar perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi. Sebaliknya, jika nilai $\text{sig} > 0,05$, maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Hasil dari analisis regresi linear sederhana tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 16
Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	R Square	Nilai Sig
Perilaku <i>cyberloafing</i> dan prokrastinasi	0,789	0,000

Sumber : Olah data SPSS 25.0 For windows, tahun 2024

Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana, diperoleh nilai dari signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dan diperoleh nilai *R square* adalah sebesar 0,789 artinya perilaku *cyberloafing* mempengaruhi prokrastinasi sebesar 78,9% sedangkan sisanya 21,1% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil tes deskriptif, dapat disimpulkan bahwa mayoritas guru SMA N 11 Banda Aceh cenderung memiliki tingkat perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi pada kategori sedang. Untuk variabel *cyberloafing*, kelompok kategori sedang merupakan yang paling dominan dengan persentase 42,1% (24 orang), sementara perilaku *cyberloafing* rendah (29,8%) dan tinggi (28,1%) memiliki proporsi yang relatif berimbang namun lebih sedikit. Demikian pula pada variabel prokrastinasi, guru yang berada dalam kategori sedang menempati porsi terbesar dengan persentase 38,6% (22 orang).

Meskipun kategori sedang mendominasi, perlu dicatat bahwa jumlah guru dengan prokrastinasi tinggi juga cukup signifikan, mencapai 35,1% (20 orang). Secara umum, temuan ini mengindikasikan bahwa perilaku menyimpang di tempat kerja, baik dalam bentuk penggunaan internet untuk kepentingan pribadi (*cyberloafing*) maupun kecenderungan

menunda pekerjaan (prokrastinasi), paling umum terjadi pada tingkat menengah di kalangan guru yang diteliti.

Jika dilihat berdasarkan hasil analisis signifikansi uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja pada guru. Selain itu, diperkuat dengan nilai *R Square* 0,789 atau 78,9% hal ini menunjukkan bahwa perilaku *cyberloafing* memberikan kontribusi pengaruh terhadap prokrastinasi kerja. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi perilaku *cyberloafing* pada guru, maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi pada guru.

Hal tersebut serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso (2022), yang dalam penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara *cyberloafing* dan prokrastinasi kerja yang mana nilai korelasinya sebesar 0,586 ($p < 0,001$). Penelitian ini memperkuat bahwa semakin tinggi individu melakukan *cyberloafing* maka semakin tinggi perilaku prokrastinasi kerja yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah perilaku *cyberloafing* maka semakin rendah pulak perilaku prokrastinasi dalam bekerja kerja.

Penelitian milik Filasufiah, (2022) yang juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *cyberloafing* dengan prokrastinasi kerja dikuatkan dengan Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif antar *cyberloafing* dengan prokrastinasi kerja . Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji statistik korelasi yang diperoleh koefisien

korelasi (r) yang cukup tinggi yaitu sebesar 0,923, dengan taraf yang signifikansi. Penelitian ini juga ikut memperkuat fenomena yang sedang peneliti lakukan mengenai adanya hubungan antara kedua variabel.

Penguatan data ini juga sejalan dengan temuan-temuan dari studi lainnya. Tingginya proporsi guru yang menunjukkan *cyberloafing* dan *prokrastinasi* pada level sedang dalam penelitian ini semakin memperkuat konsistensi hubungan antara kedua variabel tersebut. Selain kedua penelitian tersebut ada penelitian lain yang juga menyatakan hal yang sama yang mana ada hubungan antara *cyberloafing* dengan *prokrastinasi* kerja yaitu penelitian milik Waliamin dan Putra, (2024).

Secara keseluruhan, temuan-temuan penelitian di atas konsisten dan memperkuat fenomena dalam penelitian ini, Baik penelitian Santoso (2022) dengan koefisien korelasi yang kuat ($r = 0,586$), maupun penelitian Filasufiah (2022) yang menunjukkan korelasi sangat tinggi ($r = 0,923$), semuanya mengonfirmasi adanya hubungan positif dan signifikan antara *cyberloafing* dan *prokrastinasi* kerja. Hubungan ini menegaskan bahwa perilaku penyalahgunaan internet yang tidak terkait pekerjaan cenderung meningkatkan kecenderungan menunda tugas.

Dengan ditemukannya mayoritas guru SMA N 11 Banda Aceh pada kategori sedang untuk kedua variabel tersebut, serta didukung oleh temuan Waliamin dan Putra (2024), penelitian ini semakin memperkuat fenomena umum mengenai keterkaitan dua variabel di lingkungan kerja, sekaligus memvalidasi hipotesis dan hasil analisis yang telah dilakukan peneliti.

Jika dilihat dari segi teori perilaku *cyberloafing* Menurut Doorn (2011), *cyberloafing* adalah penggunaan internet untuk tujuan non-pekerjaan secara sukarela selama berapa jam. Jika di kaitkan dengan konteks penelitian yang sedang peneliti lakukan kepada guru di sekolah menunjukkan bahwa guru masih sering melakukan hal hal yang tidak berkaitan dengan pekerjaan baik itu membukan media sosial atau hanya sekedar menonton video di *smartphone*.

Perasaan bosan, jenuh atau lelah sering kali menjadi pemicu utama perilaku ini muncul. Menurut Henle dan Blanchard (2008) *cyberloafing* sebagai perilaku yang menggunakan akses internet dengan berbagai media (seperti komputer, *cell- phone*, laptop) saat bekerja untuk aktivitas *non-destruktif* dimana individu menganggap perilaku itu tidak ada hubungannya dengan pekerjaan seperti hiburan, *online shopping*, *internet messaging*, memposting *newsgroup* dan mengunduh *file* (berkas).

Sementara itu menurut Pratama (2022) prokrastinasi kerja adalah suatu penundaan pekerjaan secara sengaja dengan melakukan aktivitas atau kegiatan lain yang lebih menyenangkan dan lebih diprioritaskan sehingga menyebabkan terjadinya kegagalan dalam mencapai tujuan. Fenomena ini penting untuk diperhatikan karena prokrastinasi yang disebabkan oleh *cyberloafing* dapat berdampak negatif terhadap produktivitas guru, kualitas pembelajaran, serta kinerja sekolah secara keseluruhan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mempertegas bahwa perilaku *cyberloafing* memiliki pengaruh signifikan terhadap prokrastinasi

kerja pada guru di SMA Negeri 11 Banda Aceh. Semakin tinggi intensitas *cyberloafing*, semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi yang terjadi. Hal ini konsisten dengan teori dan penelitian terdahulu, serta memberikan gambaran nyata tentang pentingnya manajemen perilaku digital di lingkungan kerja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti ini dapat membuktikan bahwa adanya pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap prokrastinasi kerja pada Guru di SMAN 11 Banda Aceh. Hasil menunjukkan kedua variabel memperoleh sebesar 0,000 atau $p < 0,05$. Hasil dari olah data yang dilakukan pada SPSS diatas menunjukkan bahwa nilai *R Square* adalah 0,789 artinya adalah perilaku *cyberloafing* mempengaruhi prokrastinasi kerja sebesar 78,9% sedangkan sisanya 21,1% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel perilaku *cyberloafing*.

B. Saran

Bedasarkan dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan, maka peneliti memiliki beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Guru SMA N 11 Banda Aceh

Saran dari peneliti untuk SMA N 11 Banda Aceh, baik kepala sekolah, guru maupun seluruh staf untuk lebih bijak dalam menggunakan teknologi dan mengelolah waktu dengan baik.

2) Bagi SMA N 11 Banda Aceh

Saran dari peneliti untuk sekolah disarankan untuk mengadakan pelatihan untuk mengurangi tingkat stres pada guru. Selain itu, evaluasi rutin juga diperlukan mengidentivikasi kesulitan kesulitan yang di alami dalam bekerja serta meminimalisir.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran dari peneliti untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mendalami lebih dalam mengenai hubungan antara perilaku *cyberloafing* dan prokrastinasi, dengan mengidentifikasi faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhinya seperti jenis kelamin. Selain itu, disarankan untuk melengkapi atau memperkaya penyajian data dengan variasi yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Askew, K. (2012). Understanding cyberloafing: Its prevalence and correlates in the workplace. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 119(1), 1–13.
- Ayub, M., Zia, K., Ahmad, Z., & Hussain, M. (2025). Relationship of Procrastination with Self-Efficacy and Job Performance among University Educators. *Indus Journal of Social Sciences*, 3(1), 393-403.
- Azwar, S. (2010). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (2008). *Procrastination: Why you do it, what to do about it now*. Da Capo Lifelong Books.
- Ferrari, J. R. (1995). *Still procrastinating: The no regrets guide to getting it done*. John Wiley & Sons.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Henle, C. A., & Blanchard, A. L. (2008). The interaction of work stressors and organizational sanctions on cyberloafing. *Journal of Managerial Issues*, 20(3), 383–400.
- Henle, C. A., & Kedharnath, S. (2012). The moderating effect of supervisory support on the relationship between perceptions of organizational justice and cyberloafing. *Journal of Business Ethics*, 110(3), 349–362.
- Husna, M. I., & Yusrizal. (2020). Improving mathematical understanding and motivation of students through contextual learning approaches using Autograph software. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(6), 311–328.
- Koay, K. Y., & Soh, P. C. H. (2018). Cyberloafing in the workplace: The moderating role of workplace internet policy. *International Journal of Business Communication*, 55(3), 332–351.
- Koay, K. Y., & Soh, P. C. H. (2018). The role of work stress and internet addiction in cyberloafing: Evidence from Malaysia. *Journal of Workplace Learning*, 30(5), 370–390.
- Lavoie, J. A. (2001). *Understanding procrastination: Examining the roles of self-efficacy and anxiety*. Doctoral dissertation, University of Minnesota].

Dissertation Abstracts International Section A: Humanities and Social Sciences.

- Lee, J., Topping, K., & Lakin, E. (2023). Technology-facilitated continuous professional development during a pandemic: A Hong Kong primary school case study. *RELC Journal*, *54*(2), 376–393.
- Lim, V. K. G. (2002). The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing, and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*, *23*(5), 675–694.
- Metin, U. B., Taris, T. W., & Peeters, M. C. W. (2016). Measuring procrastination at work and its associated workplace aspects. *Personality and Individual Differences*, *101*, 254–263.
- Moffan, R. M., & Handoyo, S. (2020). Pengembangan skala cyberloafing di tempat kerja. *Jurnal Psikologi*, *47*(1), 1–15.
- Moody, M. (2011). Internet use and its impact on employee productivity. *Journal of Management Research*, *11*(3), 55–64.
- O'Neill, T. A., Hambley, L. A., & Chatellier, G. (2014). Cyberloafing as a barrier to effective virtual team functioning. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, *87*(2), 257–279.
- Ozler, D. E., & Polat, G. (2021). Cyberloafing phenomenon in organization: Determinants and impacts. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*.
- Pratama, P. A. (2022). Pengaruh Prokrastinasi kerja dan gaya hidup hedonis terhadap kesiapan kerja. (*Doctoral dissertation, Universitas Komputer Indonesia*).
- Rahmi, S. (2018). *Kepala sekolah guru profesional*. Naskah Aceh.
- Setyaningrum, p. (2025, 4 february). Duduk perkara kasus SMAN 1 Mempawah, lalai input data siswa SNBP, bagaimana tanggung jawab sekolah?. *Kompas.com*.
- Sokolowska, A. (2009). Procrastination: Conceptual issues and its relation to anxiety and stress. In *Proceedings of the International Conference on Psychology and Behavioral Sciences* *8*(1), 83–90).
- Steel, P. (2002). *The measurement and nature of procrastination*. Unpublished master's thesis. University of Minnesota.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.

Van Doorn, O. N. (2011). *Cyberloafing: A multi-dimensional construct placed in a theoretical framework* [Bachelor's thesis, Eindhoven University of Technology]. Eindhoven University of Technology.

Yuda, I. M. Y. S. (2022). Faktor Penentu Keberhasilan Kinerja Pegawai: Studi Kasus Di Triton Denpasar. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis*, 7(1), 41-49.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Perilaku *Cyberloafing* Sebelum Item Tidak Valid Dibuang

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya lebih memilih fokus pada kegiatan mengajar dibanding membalas pesan yang masuk.				
2	Saya lebih nyaman menjaga aktivitas mengajar tetap menjadi pengalaman pribadi tanpa membagikannya di media sosial.				
3	Di tengah kegiatan mengajar, saya menyempatkan diri untuk merespons pesan di <i>smartphone</i> .				
4	Mengunggah momen mengajar ke media sosial menjadi salah satu bagian dari rutinitas saya di kelas.				
5	Dalam proses mengajar, saya memiliki kecenderungan untuk mengakses informasi terkini secara <i>online</i> .				
6	Saya mengatur waktu dengan menyelesaikan tugas utama terlebih dahulu sebelum mendalami konten informasi atau pembelajaran.				
7	Saya merasa lebih efektif dalam mengajar ketika tidak mencari informasi <i>online</i> selama kegiatan kelas berlangsung.				
8	Ketertarikan saya pada konten berita atau edukasi membuat saya memilih mengabaikan pekerjaan sebelum <i>deadline</i> .				
9	Terdapat waktu di mana saya menonton video meskipun kegiatan belajar sedang berlangsung.				
10	Menonton memang menyenangkan, tetapi saya memilih fokus menyelesaikan pekerjaan.				
11	Saya menjaga konsentrasi selama kegiatan mengajar dengan menghindari akses tontonan digital.				
12	Saya lebih memilih menonton terlebih dahulu meskipun masih ada pekerjaan yang perlu diselesaikan.				
13	Saya menghindari belanja <i>online</i> agar bisa menyelesaikan pekerjaan yang sudah mendekati <i>deadline</i> .				
14	Saat mengawas ujian, saya memilih fokus pada siswa daripada berbincang dengan teman di media sosial.				
15	Pekerjaan yang mendekati <i>deadline</i> belum langsung saya kerjakan karena saya lebih dulu membuka toko <i>online</i> .				
16	Saat mengawas ujian, perhatian saya lebih sering tertuju pada percakapan di media sosial dibanding mengawasi siswa.				
17	Sebelum mengajar, saya melihat video pembelajaran sebagai referensi di luar jam kerja.				
18	Saya masuk kelas tanpa mencari referensi video pembelajaran terlebih dahulu.				
19	Meskipun bel sudah berbunyi saya tetap melanjutkan menonton video edukasi.				
20	Meskipun sudah waktu mengajar saya menunda masuk kelas karena menonton video edukasi terlebih dahulu.				
21	Saya hanya melamun ketika bosan atau lelah.				
22	Saya tidak suka bermain <i>game online</i> atau menonton video saat bertugas.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
23	Ketika merasa bosan di kelas saya memilih bermain <i>smartphone</i> untuk membuka toko <i>online</i> dan melihat-lihat barang.				
24	Saya memilih bermain game atau sekedar menonton video di <i>smartphone</i> sebelum mengerjakan tugas.				
25	Saya membatasi akses internet di sekolah hanya untuk keperluan mengajar.				
26	Saya menjaga diri agar tidak mengakses permainan judi <i>online</i> selama berada di lingkungan sekolah.				
27	Selama di sekolah, saya membuka situs selain yang berkaitan dengan tugas mengajar.				
28	Saya merasa tertarik saat melihat rekan mengakses permainan <i>online</i> yang tidak sesuai aturan.				
29	Saya memilih meminimalisir penggunaan <i>smartphone</i> .				
30	Selama bekerja, saya menjaga fokus dengan tidak terlalu banyak menggunakan <i>smartphone</i> .				
31	Saya mendapat teguran karena terlalu fokus menggunakan <i>smartphone</i> saat bekerja.				
32	Saya sering tidak sadar menghabiskan banyak waktu untuk membuka media sosial, menonton dan bermain <i>game online</i> .				

Lampiran 3. Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku Cyberloafing

Seleksi Pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
A01	81.7544	407.331	.397	.952
A02	81.7719	390.572	.839	.948
A03	81.7018	401.284	.540	.950
A04	81.6842	400.363	.586	.950
A05	81.7544	396.367	.678	.949
A06	81.7895	398.491	.672	.949
A07	81.6316	414.915	.213	.953
A08	81.6491	399.339	.617	.950
A09	81.7018	391.034	.807	.948
A10	81.6491	394.375	.706	.949
A11	81.8246	402.254	.546	.950
A12	81.7895	391.919	.818	.948
A13	81.6316	399.701	.611	.950
A14	81.6667	399.012	.611	.950
A15	81.5789	403.962	.544	.950
A16	81.7368	391.269	.842	.948
A17	81.7193	390.598	.802	.948
A18	81.7544	402.260	.551	.950
A19	82.1053	417.024	.167	.953
A20	81.7895	397.169	.655	.949
A21	81.7544	395.153	.696	.949
A22	81.7719	390.572	.839	.948
A23	81.7544	393.831	.757	.949
A24	82.1053	418.632	.128	.954
A25	81.7544	392.510	.822	.948
A26	81.8596	400.087	.558	.950
A27	81.7368	395.590	.700	.949
A28	81.7895	393.133	.757	.949
A29	81.7544	402.331	.519	.951
A30	81.8772	415.288	.203	.953
A31	81.9123	408.296	.383	.952
A32	81.7544	392.760	.784	.948

Seleksi kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	71.8596	377.301	.395	.962
X02	71.8772	360.431	.858	.958
X03	71.8070	372.623	.509	.961
X04	71.7895	369.848	.603	.960
X05	71.8596	367.659	.653	.960
X06	71.8947	370.096	.634	.960
X08	71.7544	369.010	.631	.960
X09	71.8070	360.694	.830	.958
X10	71.7544	365.403	.690	.959
X11	71.9298	373.066	.527	.961
X12	71.8947	361.560	.841	.958
X13	71.7368	369.340	.626	.960
X14	71.7719	368.715	.624	.960
X15	71.6842	374.541	.529	.961
X16	71.8421	361.064	.862	.958
X17	71.8246	360.290	.824	.958
X18	71.8596	370.373	.604	.960
X20	71.8947	367.489	.654	.960
X21	71.8596	364.873	.713	.959
X22	71.8772	360.431	.858	.958
X23	71.8596	364.194	.758	.959
X25	71.8596	362.159	.845	.958
X26	71.9649	371.106	.537	.961
X27	71.8421	365.278	.717	.959
X28	71.8947	363.560	.757	.959
X29	71.8596	372.051	.528	.961
X31	72.0175	376.910	.415	.962
X32	71.8596	363.194	.785	.959

Lampiran 4. Skala Prokrastinasi Kerja Sebelum Item Tidak Valid Dibuang

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Ketika menerima tugas baru saya akan langsung mengerjakan saat itu juga.				
2	Meskipun mengalami gangguan ketika mengerjakan tugas saya akan tetap mengutamakan tugas yang diberikan.				
3	Ketika mengerjakan tugas saya cenderung mengabaikan hal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan.				
4	Ketika sedang mengobrol dengan rekan kerja dan atasan memberikan tugas saya akan langsung mengerjakan tugas tersebut.				
5	Saya memilih tetap membuka media sosial meskipun sudah diberikan tugas baru.				
6	Saya cenderung menyelesaikan permasalahan di luar pekerjaan terlebih dahulu.				
7	Ketika mengerjakan tugas saya akan menyempatkan waktu untuk membuka media sosial.				
8	Ketika sedang mengobrol dengan rekan kerja dan atasan memberikan tugas saya akan tetap melanjutkan obrolan sampai selesai.				
9	Saya menjaga ketepatan waktu saat mengoreksi pekerjaan rumah siswa.				
10	Saya berusaha masuk kelas tepat waktu.				
11	Ketika menjadi pengawas ujian, saya memulai ujian tepat waktu.				
12	Saya memprioritaskan penginputan data siswa sebelum mengerjakan tugas lainnya.				
13	Terkadang saya mengoreksi hasil pekerjaan rumah milik siswa setelah melakukan pekerjaan lain.				
14	Saya memilih menunda masuk kelas karena mengerjakan pekerjaan lain yang sudah <i>deadline</i> .				
15	Ujian telat dimulai karena saya mengerjakan pekerjaan lain ketika menjadi pengawas ujian.				
16	Penginputan data siswa saya lakukan setelah menyelesaikan tugas lain yang sedang saya kerjakan.				
17	Saya menyelesaikan tugas mengajar sesuai dengan waktu yang telah saya rencanakan.				
18	Saya berhasil melaksanakan rencana pembelajaran tanpa mengalami penundaan.				
19	Pekerjaan yang telah saya rancang untuk diselesaikan dalam seminggu, dapat saya selesaikan tepat waktu.				
20	Saya mampu menjaga agar waktu pelaksanaan tugas tetap sesuai dengan rencana awal dan tidak berubah.				
21	Pekerjaan yang saya rencanakan selesai dalam seminggu justru melampaui waktu karena saya terus menundanya.				
22	Rencana yang seharusnya dikerjakan dalam beberapa hari, baru saya selesaikan setelah berminggu-minggu karena belum <i>deadline</i> .				
23	Saya menunda menjalankan rencana kerja sehingga waktu				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
	penyelesaiannya jauh melebihi jadwal awal.				
24	Saya merancang penyelesaian tugas dalam waktu tertentu, namun kenyataannya mundur karena saya belum segera memulai.				
25	Saya lebih senang memeriksa tugas siswa daripada membuka media sosial.				
26	Saya membuka <i>smartphone</i> hanya untuk melihat tugas yang dikirim melalui whatsapp.				
27	Saya lebih suka membahas tugas atau pekerjaan kepada rekan.				
28	Saya lebih suka menyelesaikan tugas daripada berinteraksi dengan rekan kerja.				
29	Saya senang membuka media sosial daripada memeriksa tugas siswa.				
30	Saya membuka <i>smartphone</i> untuk menonton atau membaca berita meskipun ada pekerjaan yang perlu diselesaikan.				
31	Saya lebih tertarik mendengarkan cerita rekan kerja meskipun sudah waktunya mengajar.				
32	Saya senang berinteraksi dengan siswa siswi hingga melewati waktu masuk kelas.				

Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Perilaku Prokrastinasi Kerja

Seleksi pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.943	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	83.5789	379.355	.521	.942
Y02	83.3684	366.808	.848	.939
Y03	83.3158	379.970	.506	.942
Y04	83.5088	380.183	.482	.942
Y05	83.4035	367.709	.836	.939
Y06	83.2281	378.751	.520	.942
Y07	83.3158	389.756	.269	.944
Y08	83.2632	383.055	.434	.943
Y09	83.1404	383.373	.463	.942
Y10	83.3860	367.241	.850	.939
Y11	83.2456	379.153	.535	.942
Y12	83.1228	379.217	.547	.942
Y13	83.2982	380.534	.485	.942
Y14	83.3860	367.241	.850	.939
Y15	83.2807	387.598	.292	.944
Y16	83.2456	380.260	.548	.942
Y17	83.3684	377.273	.549	.942
Y18	83.2807	392.348	.211	.945
Y19	83.2807	384.134	.398	.943
Y20	83.2456	381.010	.497	.942
Y21	83.3860	374.527	.658	.941
Y22	83.2632	374.662	.636	.941
Y23	83.4035	367.709	.836	.939
Y24	83.3684	374.058	.672	.940
Y25	83.2456	385.974	.393	.943
Y26	83.3684	366.773	.849	.939
Y27	83.1579	379.350	.536	.942
Y28	83.4035	367.709	.836	.939
Y29	83.4211	382.498	.428	.943
Y30	83.3860	374.527	.658	.941
Y31	83.3333	378.583	.520	.942
Y32	83.5439	377.431	.568	.941

Seleksi kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.948	29

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y01	75.4035	347.031	.538	.947
Y02	75.1930	335.016	.867	.943
Y03	75.1404	348.480	.501	.947
Y04	75.3333	347.226	.514	.947
Y05	75.2281	335.929	.853	.944
Y06	75.0526	346.015	.548	.947
Y08	75.0877	349.581	.478	.947
Y09	74.9649	352.606	.433	.948
Y10	75.2105	335.455	.869	.943
Y11	75.0702	347.852	.526	.947
Y12	74.9474	347.836	.540	.947
Y13	75.1228	349.824	.459	.948
Y14	75.2105	335.455	.869	.943
Y16	75.0702	347.566	.577	.946
Y17	75.1930	347.337	.508	.947
Y19	75.1053	351.739	.411	.948
Y20	75.0702	349.174	.500	.947
Y21	75.2105	342.919	.663	.946
Y22	75.0877	344.510	.602	.946
Y23	75.2281	335.929	.853	.944
Y24	75.1930	342.444	.678	.945

Y25	75.0702	354.888	.370	.948
Y26	75.1930	335.016	.867	.943
Y27	74.9825	348.303	.520	.947
Y28	75.2281	335.929	.853	.944
Y29	75.2456	352.010	.395	.948
Y30	75.2105	342.919	.663	.946
Y31	75.1579	346.207	.540	.947
Y32	75.3684	345.665	.573	.946

Lampiran 7. Skala Perilaku *Cyberloafing* Setelah Item Tidak Valid Dibuang

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya lebih memilih fokus pada kegiatan mengajar dibanding membalas pesan yang masuk.				
2	Saya lebih nyaman menjaga aktivitas mengajar tetap menjadi pengalaman pribadi tanpa membagikannya di media sosial.				
3	Di tengah kegiatan mengajar, saya menyempatkan diri untuk merespons pesan di <i>smartphone</i> .				
4	Mengunggah momen mengajar ke media sosial menjadi salah satu bagian dari rutinitas saya di kelas.				
5	Dalam proses mengajar, saya memiliki kecenderungan untuk mengakses informasi terkini secara <i>online</i> .				
6	Saya mengatur waktu dengan menyelesaikan tugas utama terlebih dahulu sebelum mendalami konten informasi atau pembelajaran.				
7	Ketertarikan saya pada konten berita atau edukasi membuat saya memilih mengabaikan pekerjaan sebelum <i>deadline</i> .				
8	Terdapat waktu di mana saya menonton video meskipun kegiatan belajar sedang berlangsung.				
9	Menonton memang menyenangkan, tetapi saya memilih fokus menyelesaikan pekerjaan.				
10	Saya menjaga konsentrasi selama kegiatan mengajar dengan menghindari akses tontonan digital.				
11	Saya lebih memilih menonton terlebih dahulu meskipun masih ada pekerjaan yang perlu diselesaikan.				
12	Saya menghindari belanja <i>online</i> agar bisa menyelesaikan pekerjaan yang sudah mendekati <i>deadline</i> .				
13	Saat mengawas ujian, saya memilih fokus pada siswa daripada berbincang dengan teman di media sosial.				
14	Pekerjaan yang mendekati <i>deadline</i> belum langsung saya kerjakan karena saya lebih dulu membuka toko <i>online</i> .				
15	Saat mengawas ujian, perhatian saya lebih sering tertuju pada percakapan di media sosial dibanding mengawasi siswa.				
16	Sebelum mengajar, saya melihat video pembelajaran sebagai referensi di luar jam kerja.				
17	Saya masuk kelas tanpa mencari referensi video pembelajaran terlebih dahulu.				
18	Meskipun sudah waktu mengajar saya menunda masuk kelas karena menonton video edukasi terlebih dahulu.				
19	Saya hanya melamun ketika bosan atau lelah.				
20	Saya tidak suka bermain <i>game online</i> atau menonton video saat bertugas.				
21	Ketika merasa bosan di kelas saya memilih bermain <i>smartphone</i> untuk membuka toko <i>online</i> dan melihat-lihat barang.				
22	Saya membatasi akses internet di sekolah hanya untuk keperluan mengajar.				
23	Saya menjaga diri agar tidak mengakses permainan judi <i>online</i> selama berada di lingkungan sekolah.				
24	Selama di sekolah, saya membuka situs selain yang berkaitan dengan tugas mengajar.				
25	Saya merasa tertarik saat melihat rekan mengakses permainan <i>online</i> yang tidak sesuai aturan.				

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
26	Saya memilih meminimalisir penggunaan <i>smartphone</i> .				
27	Saya mendapat teguran karena terlalu fokus menggunakan <i>smartphone</i> saat bekerja.				
28	Saya sering tidak sadar menghabiskan banyak waktu untuk membuka media sosial, menonton dan bermain <i>game online</i> .				

Lampiran 9. Skala Prokrastinasi Kerja Sesudah Item Tidak Valid Dibuang

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Ketika menerima tugas baru saya akan langsung mengerjakan saat itu juga.				
2	Meskipun mengalami gangguan ketika mengerjakan tugas saya akan tetap mengutamakan tugas yang diberikan.				
3	Ketika mengerjakan tugas saya cenderung mengabaikan hal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan.				
4	Ketika sedang mengobrol dengan rekan kerja dan atasan memberikan tugas saya akan langsung mengerjakan tugas tersebut.				
5	Saya memilih tetap membuka media sosial meskipun sudah diberikan tugas baru.				
6	Saya cenderung menyelesaikan permasalahan di luar pekerjaan terlebih dahulu.				
7	Ketika sedang mengobrol dengan rekan kerja dan atasan memberikan tugas saya akan tetap melanjutkan obrolan sampai selesai.				
8	Saya menjaga ketepatan waktu saat mengoreksi pekerjaan rumah siswa.				
9	Saya berusaha masuk kelas tepat waktu.				
10	Ketika menjadi pengawas ujian, saya memulai ujian tepat waktu.				
11	Saya memprioritaskan penginputan data siswa sebelum mengerjakan tugas lainnya.				
12	Terkadang saya mengoreksi hasil pekerjaan rumah milik siswa setelah melakukan pekerjaan lain.				
13	Saya memilih menunda masuk kelas karena mengerjakan pekerjaan lain yang sudah <i>deadline</i> .				
14	Penginputan data siswa saya lakukan setelah menyelesaikan tugas lain yang sedang saya kerjakan.				
15	Saya menyelesaikan tugas mengajar sesuai dengan waktu yang telah saya rencanakan.				
16	Pekerjaan yang telah saya rancang untuk diselesaikan dalam seminggu, dapat saya selesaikan tepat waktu.				
17	Saya mampu menjaga agar waktu pelaksanaan tugas tetap sesuai dengan rencana awal dan tidak berubah.				
18	Pekerjaan yang saya rencanakan selesai dalam seminggu justru melampaui waktu karena saya terus menundanya.				
19	Rencana yang seharusnya dikerjakan dalam beberapa hari, baru saya selesaikan setelah berminggu-minggu karena belum <i>deadline</i> .				
20	Saya menunda menjalankan rencana kerja sehingga waktu penyelesaiannya jauh melebihi jadwal awal.				
21	Saya merancang penyelesaian tugas dalam waktu tertentu, namun kenyataannya mundur karena saya belum segera memulai.				
22	Saya lebih senang memeriksa tugas siswa daripada membuka media sosial.				
23	Saya membuka <i>smartphone</i> hanya untuk melihat tugas yang dikirim melalui whatsapp.				
24	Saya lebih suka membahas tugas atau pekerjaan kepada rekan.				
25	Saya lebih suka menyelesaikan tugas daripada berinteraksi dengan rekan kerja.				
26	Saya senang membuka media sosial daripada memeriksa tugas siswa.				
27	Saya membuka <i>smartphone</i> untuk menonton atau membaca berita meskipun ada pekerjaan yang perlu diselesaikan.				
28	Saya lebih tertarik mendengarkan cerita rekan kerja meskipun sudah waktunya mengajar.				
29	Saya senang berinteraksi dengan siswa siswi hingga melewati waktu masuk kelas.				

Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas Perilaku Cyberloafing dan Prokrastinasi

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Perilaku Cyberloafing	Prokrastinasi	
N		57	57	
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	75.30	77.23	
	Std. Deviation	19.803	18.635	
Most Extreme Differences	Absolute	.101	.107	
	Positive	.101	.107	
	Negative	-.086	-.078	
Test Statistic		.101	.107	
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c		.200 ^d	.158	
Monte Carlo Sig. (2- tailed) ^e	Sig.	.152	.105	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.143	.097
		Upper Bound	.161	.112

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 92208573.

Lampiran 12. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Mean df Square	F	Sig.	
Prokrastinasi * Perilaku Cyberloafing	Between Groups	(Combined)	18366.285	33	556.554	11.855	.000
		Linearity	15343.730	1	15343.730	326.840	.000
		Deviation from Linearity	3022.555	32	94.455	2.012	.043
	Within Groups		1079.750	23	46.946		
	Total		19446.035	56			

Lampiran 13. Kategori Data Penelitian Perilaku *Cyberloafing*

Kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	17	29.8	29.8	29.8
	Sedang	24	42.1	42.1	71.9
	Tinggi	16	28.1	28.1	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Statistics

N	Valid	57
	Missing	0
Mean		84.4035
Std. Error of Mean		2.73104
Median		86.0000
Mode		65.00 ^a
Std. Deviation		20.61887
Variance		425.138
Range		78.00
Minimum		45.00
Maximum		123.00
Sum		4811.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 14. Kategori Data Penelitian Prokrastinasi

Kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	26.3	26.3	26.3
	Sedang	22	38.6	38.6	64.9
	Tinggi	20	35.1	35.1	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Statistics

N	Valid	57
	Missing	0
Mean		86.0175
Std. Error of Mean		2.65503
Median		86.0000
Mode		69.00 ^a
Std. Deviation		20.04503
Variance		401.803
Range		76.00
Minimum		47.00
Maximum		123.00
Sum		4903.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Lampiran 15. Uji Regresi

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations			Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part	Tolerance	VIF
1 (Constant)	14.287	4.535		3.150	.003					
Perilaku Cyberloafing	.836	.058	.888	14.343	.000	.888	.888	.888	1.000	1.000

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

Model Summary

Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics					
				R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change	
1	.888 ^a	.789	.785	8.636	.789	205.715	1	55	.000

a. Predictors: (Constant), Perilaku Cyberloafing


ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	15343.730	1	15343.730	205.715	.000 ^b
Residual	4102.305	55	74.587		
Total	19446.035	56			

a. Dependent Variable: Prokrastinasi

b. Predictors: (Constant), Perilaku Cyberloafing

Lampiran 16. Surat Perizinan



SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
NOMOR: 032/UM.M6/KEP/F/2025

TENTANG
PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2024-2025
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH

DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI

Menimbang : 1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing Skripsi Mahasiswa Tahun Akademik 2024-2025;
 2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing Skripsi Mahasiswa.

Mengingat : 1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
 2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
 3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
 4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
 5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor : 494/UM.M/KEP/D/2020 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/ 14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.

Memperhatikan Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Januari 2025

MEMUTUSKAN

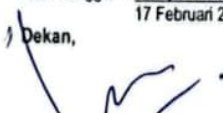
Menetapkan :
Pertama : **Menunjuk Saudara;**
Imam Abdillah Lukman, M.Si
Rizka Dara Vonna, M.Psi., Psikolog
 Untuk Membimbing Skripsi:
 Nama : Nonita Sugi Yanti
 NPM : 2109110004
 Prodi : Psikologi
 Judul : Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* dengan Prokrastinasi Kerja pada Guru di SMAN 11 Banda Aceh

Kedua : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing Skripsi Mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;

Ketiga : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.

Keempat : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh,
 Pada Tanggal : 18 Sya'ban 1446 H
 17 Februari 2025 M

Dekan,

Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog
 NIK: 198108102013052001

Tembusan:
 1. Biro Keuangan & Bendahara
 2. Mahasiswa yang bersangkutan
 3. Arsip



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
**CABANG DINAS WILAYAH KOTA BANDA ACEH
DAN KABUPATEN ACEH BESAR**

Jl. Geuchik H. Abd. Jalil No. 1, Gp. Lamlagang, Kec. Banda Raya, Kota Banda Aceh 23239
Telepon (0651) 7559512, Pos- el : cabang_disidik1@gmail.com

REKOMENDASI

Nomor: 000.9.2/2430

Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kota Banda Aceh dan Kabupaten Aceh Besar dengan ini memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : Nonita Sugi Yanti
NPM : 2109110004
Fakultas : Psikologi
Judul : Pengaruh Perilaku Cyberloafing dengan Prokrastinasi Kerja pada Guru di SMA 11 Banda Aceh.

Untuk melakukan Penelitian dalam rangka penyusunan skripsi pada SMA Negeri 11 Banda Aceh, sesuai dengan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh nomor: 264/UM.Md/F/2025 tanggal 14 Juli 2025.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Banda Aceh, 15 Juli 2025
Plt. KEPALA CABANG DINAS PENDIDIKAN
WILAYAH KOTA BANDA ACEH DAN
KABUPATEN ACEH BESAR



JHON ABDI, S.Pd., M.Pd
PEMBINA UTAMA MUDA
NIP. 19710622 199801 1 001



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH
FAKULTAS PSIKOLOGI

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata

Telp. 085225961113, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi@unmuha.ac.id | Homepage : www.psikologi.unmuha.ac.id

Nomor : 264/UM.Mo/F/2025
 Lampiran : -
 Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,
 Kepala SMA 11 Banda Aceh
 Di -
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 14 Juli 2025, atas nama :

Nama : Nonita Sugi Yanti
 NPM : 2109110004
 Semester : VII (delapan)
 Judul Skripsi : Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* Dengan Prokrastinasi
 Kerja pada Guru di SMA 11 Banda Aceh.

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di Instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banda Aceh, 19 Muharram 1446 H
 14 Juli 2025 M

Wakil Dekan,

 Sufri Karim, M.Si



**PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 11 BANDA ACEH**

Jalan PayaUmeet, DesaBlang Cut, KecamatanLueng Bata Banda AcehTelp (0651) 32017
E-mail: sman11@disdikporabna.com Website: www.disdikporabna.com

Kode Pos 23245

Nomor : 423.1/291/2025
Lamp. : -
Hal : Selesai Penelitian

Yth. Wakil Dekan Fakultas
Psikologi Universitas
Muhammadiyah Aceh
di -
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Wakil Dekan Universitas Muhammadiyah Aceh Fakultas Psikologi, Nomor 264/UM.Mc/F/2025. Hal Izinan Penelitian, tanggal 14 Juli 2025 M, dan Surat Rekomendasi dari Dinas Pendidikan Cabang Dinas Wilayah Kota Banda Aceh dan Aceh Besar, Nomor 000.9.2/2430, tanggal 15 Juli 2025, maka Kepala SMA Negeri 11 Kota Banda Aceh dengan ini menerangkan :

Nama : NONITA SUGI YANTI
NPM : 219110004
Fakultas : Psikologi
Judul : "PENGARUH PRILAKU CYBERLOAFING DENGAN PROKRASTINASI
KERJA PADA GURU DI SMAN 11 BANDA ACEH"

Yang tersebut namanya di atas telah melaksanakan penelitian dan pengumpulan data ilmiah di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 11 Banda Aceh, dari tanggal 17 Juli 2025, untuk memenuhi data penyelesaian tugas Skripsi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.

Demikian surat keterangan selesai penelitian ini di buat untuk digunakan semestinya.

Banda Aceh, 25 Juli 2025

KEPALA,



Dr. SYRIATI, M.Pd

Ketua Muda

NIP. 19690908 199801 2 001

BIODATA PENULIS**A. Penulis**

Nama : Nonita Sugi Yanti
Tempat Tanggal Lahir : Ujong Fatihah, 8 April 2002
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Batoh, Lueng Bata
Pekerjaan : Mahasiswa

**B. Orangtua / Wali**

Nama Ayah : Ican Sani
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Miyatih
Pekerjaan : IRT
Alamat : Ujong Fatihah, Kuala

C. Riwayat Hidup

TK : 2008 - 2009
SDN 1 Ujong Patihah : 2009 - 2015
SMP N 2 KUALA : 2015 - 2018
SMK N 1 Nagan Raya : 2018 - 2021
Universitas Muhammadiyah Aceh : 2021 - 2025

Banda Aceh, Oktober 2025

Nonita Sugi Yanti