

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP PERILAKU  
CYBERLOAFING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA  
MALANG**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh Derajat Sarjana S1  
Psikologi**



Monica Maudi Sundara

18090000029

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG**

**2023**

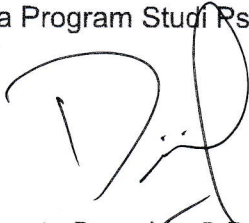
## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Monica Maudi Sundara  
NIM : 18090000029  
Universitas : Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Awareness* terhadap Perilaku *Cyberloafing*  
pada Mahasiswa Universitas Merdeka Malang

Malang, 27 Januari 2023

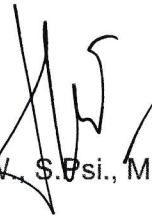
### DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

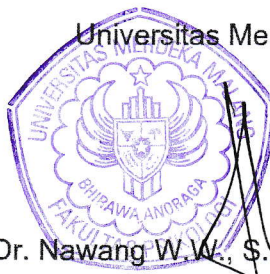
Dosen Pembimbing



Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog

**PENGARUH SELF AWARENESS TERHADAP PERILAKU CYBERLOAFING  
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Monica Maudi Sundara

18090000029

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji**

**Pada Tanggal 27 Januari 2023**

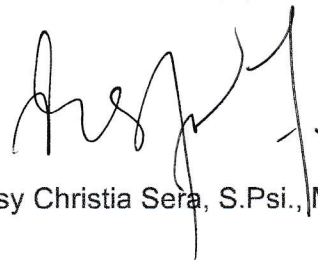
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



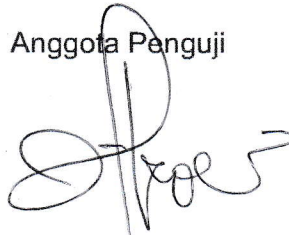
Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Al Thuba Septa Priyanggarsi, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana

Malang, 27 Januari 2023

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang W.W., S.Psi., M.Si., Psikolog

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

.Nama : Monica Maudi Sundara  
NIM : 18090000029  
Universitas : Merdeka Malang  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh *Self Awareness* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Mahasiswa Universitas Merdeka Malang  
Lokasi Tempat Penelitian : Universitas Merdeka Malang  
Alamat Rumah Asal : Jl. Villa Talon Permai Blok N 18 Rt 03/07. Kamal.  
No Telp/Email : 085331844166  
monicamaudi2121@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut di atas benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia untuk dicabut gelar dan akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 27 Januari 2023



Monica Maudi Sundara

## **MOTTO**

“Lakukan barulah dirimu bisa berteori”

(Monica Maudi Sundara)

**HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Dengan rasa bangga,  
Skripsi ini dipersembahkan kepada kedua orang tua saya**

**Ayah Mashudi**

**&**

**Mamah Rita Ningsih**

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kepada Allah SWT. atas segala karunia dan rahmat-Nya yang selalu menyertai penulis selama penyelesaian skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Pengaruh *Self Awareness* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada Mahasiswa Universitas Merdeka Malang”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi syarat mencapai gelar sarjana Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin berjalan lancar tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Terima kasih kepada Allah SWT. yang memberikan kemampuan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi walaupun banyak sekali kendala yang harus dilewati.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen pembimbing I yang senantiasa membimbing penulis dengan penuh kesabaran. Terima kasih atas semua kritik dan saran yang membuat saya menyadari banyak hal yang harus diperbaiki.
3. Ibu Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si, selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan arahan kepada saya secara langsung beserta motivasi dan perhatiannya.
4. Keluarga besar Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, bapak dan ibu dosen yang memberikan banyak ilmu serta membantu saya selama 4 tahun.
5. Terima kasih yang paling besar bagi kedua orang tua ayah Mashudi dan mamah Rita yang selalu mendukung secara penuh baik secara moril dan materil, sehingga skripsi ini dapat selesai, sekaligus penulis ucapkan maaf karena penulis belum bisa memberikan yang terbaik.
6. Terima kasih kepada keluarga besar ayah dan mamah yang selalu mendoakan walaupun jarak yang jauh.
7. Terima kasih kepada Barokah Aji Prasetyo, S.Ikom, yang sudah menemani penulis selama 4 tahun penuh dengan suka cita termasuk semua emosi tercurah kepadamu dan selama jatuh bangunnya penulis dalam mengerjakan skripsi.

8. Terima kasih kepada seluruh teman-teman di Badan Eksekutif Mahasiswa yang selalu menjadi kebanggaan penulis terutama Kabinet Bhirawa Anoraga.
9. Terima kasih Zahrotul Aini yang selalu support traktir nongkrong ketika lagi pusing, Dewi Shakti Oktavia menjadi pemantik untuk menyelesaikan skripsi walaupun sering jalan-jalan, teman-teman kelas A 2018 yang memberikan pencerahan ketika berhenti mengerjakan skripsi.
10. Terima kasih kepada diri sendiri telah menjadi wanita yang kuat dengan segala masalah, terima kasih telah menyelesaikan skripsi ini dengan penuh tangisan dan bangkit sendiri hingga mengerti apa saja yang menjadi kekurangan dalam diri serta memahami ilmu-ilmu baru.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan, untuk itu peneliti berharap adanya masukan demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga karya ini dapat bermanfaat positif bagi semua pihak.

Malang, 27 Januari 2023

Penulis

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa Allah SWT dan junjungan besar Nabi Muhammad SAW. Atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul **“PENGARUH SELF AWARENESS TERHADAP PERILAKU CYBERLOAFING PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA MALANG”** dengan baik dan selesai pada waktunya.

Skripsi ini dibuat dan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh antara *self awareness* terhadap perilaku terhadap perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa tepatnya di Universitas Merdeka Malang guna memenuhi syarat memperoleh gelar S1 program studi Psikologi.

Peneliti menyadari bahwa tidak ada skripsi yang sempurna dan banyaknya kekurangan dalam penulisan skripsi ini peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun untuk penyempurnaan skripsi ini.

Demikian semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi siapapun yang membaca dan semoga menjadi amal baik bagi kita semua. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan keberkahan.

Malang, 27 Januari 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
INTISARI .....	xv
ABSTRACT .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Permasalahan .....	6
C. Tujuan dan Manfaat .....	7
1. Tujuan Penelitian .....	7
2. Manfaat Penelitian .....	7
D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya .....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	9
A. <i>Cyberloafing</i> .....	9
1. Pengertian <i>Cyberloafing</i> .....	9
2. Aspek <i>Cyberloafing</i> .....	10
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberloafing</i> .....	12
4. Perilaku <i>Cyberloafing</i> pada Mahasiswa .....	15
B. <i>Self Awareness</i> .....	15
1. Pengertian <i>Self Awareness</i> .....	15
2. Jenis <i>Self Awareness</i> .....	17
3. Aspek <i>Self Awareness</i> .....	17
4. Faktor yang Mempengaruhi <i>Self Awareness</i> .....	18
C. Pengaruh <i>Self Awareness</i> terhadap <i>Cyberloafing</i> .....	20
D. Kerangka Konseptual.....	21
E. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN .....	22
A. Identifikasi dan Operasional Variabel .....	22
1. Identifikasi .....	22
2. Definisi Operasional.....	22
B. Subjek Penelitian .....	23
1. Populasi .....	23
2. Sampel .....	24
3. Teknik Pengambilan Sampel.....	24
C. Cara Pengumpulan Data .....	25
1. Skala <i>Cyberloafing</i> .....	26
2. Skala <i>Self Awareness</i> .....	27
3. Validitas dan Reliabilitas.....	27

D. Desain Penelitian .....	28
E. Cara Analisis Data .....	29
1. Uji Asumsi .....	29
2. Uji Hipotesis .....	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Deskripsi Subjek Penelitian .....	31
B. Deskripsi dan Reliabilitas Data .....	32
1. Deskripsi Data.....	32
2. Validitas Skala .....	35
3. Reliabilitas Skala.....	37
C. Hasil .....	38
a. Uji <i>Chi Square</i> .....	38
b. Uji Asumsi Klasik .....	41
D. Pembahasan .....	43
BAB V PENUTUP .....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran .....	49
1. Bagi Mahasiswa.....	49
2. Bagi Institusi.....	49
3. Bagi Peneliti Lain .....	50
Daftar Pustaka .....	51
LAMPIRAN .....	55

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Data Alasan Penggunaan Internet.....	2
<b>Tabel 2.</b> Blue Print Skala <i>Cyberloafing</i> .....	26
<b>Tabel 3.</b> Blue Print Skala <i>Self Awareness</i> .....	27
<b>Tabel 4.</b> Gambaran Subjek berdasarkan Usia (N=377) .....	31
<b>Tabel 5.</b> Gambaran Subjek berdasarkan Jenis Kelamin (N=377).....	31
<b>Tabel 6.</b> Hasil Analisis Deskriptif Statistik .....	32
<b>Tabel 7.</b> Rumus Skor Standar .....	33
<b>Tabel 8.</b> Kategorisasi Skor Variabel <i>Self Awareness</i> .....	33
<b>Tabel 9.</b> Kategorisasi Skor Variabel Perilaku <i>Cyberloafing</i> .....	34
<b>Tabel 10.</b> Sebaran Butir Item yang Valid dan Gugur Skala <i>Self Awareness</i> .....	36
<b>Tabel 11.</b> Sebaran Butir Item yang Valid dan Gugur Skala <i>Cyberloafing</i> .....	37
<b>Tabel 12.</b> Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian .....	38
<b>Tabel 13.</b> Tabulasi Silang Jenis Kelamin terhadap <i>Self Awareness</i> .....	39
<b>Tabel 14.</b> Tabulasi Silang Jenis Kelamin terhadap <i>Cyberloafing</i> .....	39
<b>Tabel 15.</b> Tabulasi Silang Usia Terhadap <i>Self Awareness</i> .....	40
<b>Tabel 16.</b> Tabulasi Silang Usia Terhadap <i>Cyberloafing</i> .....	40
<b>Tabel 17.</b> Uji Normalitas Skala <i>Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	41
<b>Tabel 18.</b> Hasil Uji Linearitas <i>Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	42
<b>Tabel 19.</b> Hasil Uji Hipotesis Skala <i>Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	42
<b>Tabel 20.</b> Hasil Koefisien Determinan antara <i>Self Awareness</i> dengan <i>Cyberloafing</i> .....	43

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b> Bagian kerangka berfikir pengaruh <i>self awareness</i> terhadap perilaku <i>cyberloafing</i> .....	21
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Skala <i>Try Out Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	56
<b>Lampiran 2.</b> Skala Penelitian <i>Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	66
<b>Lampiran 3.</b> Tabulasi Data <i>Try Out Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	74
<b>Lampiran 4.</b> Validitas Skala <i>Self Awareness</i> dan <i>Cyberloafing</i> .....	78
<b>Lampiran 5.</b> Tabulasi Data Penelitian.....	82
<b>Lampiran 6.</b> Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian.....	92
<b>Lampiran 7.</b> Kategorisasi Data.....	97
<b>Lampiran 8.</b> Hasil Uji <i>Chi Square</i> , Hasil Uji Normalitas, Uji Linearitas, Uji Hipotesis.....	100
<b>Lampiran 9.</b> Hasil Turnitin dan Daftar Riwayat Hidup .....	109

**PENGARUH *SELF AWARENESS* TERHADAP PERILAKU *CYBERLOAFING*  
PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

**MONICA MAUDI SUNDARA**

Fakultas Psikologi, Universitas Merdeka Malang

**INTISARI**

Perilaku *cyberloafing* membuat kesadaran diri mahasiswa kurang dalam memfokuskan diri selama proses pembelajaran berlangsung. Perilaku *cyberloafing* adalah perilaku yang disengaja oleh individu dalam mengakses internet untuk kepentingan pribadi yang tidak berhubungan dengan pekerjaan saat waktu tertentu. Perilaku *cyberloafing* yang terus menerus akan menjadi suatu perilaku yang berlebihan dan berdampak pada kinerja individu sendiri atau lingkungan sekitarnya dengan mengabaikan norma pada situasi yang ada. *Self Awareness* merupakan kesadaran individu terhadap dirinya sendiri yang meliputi aspek-aspek *emotional awareness*, *self confidence*, serta *accurate self assesment* ternyata dapat berpengaruh terhadap perilaku *cyberloafing*. Tujuan penelitian ini untuk melihat pengaruh antara *self awareness* terhadap perilaku *cyberloafing*. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan data *simple random sampling*. Subjek penelitian ini sebanyak 377 mahasiswa yang berkuliah di Universitas Merdeka Malang. Instrumen penelitian ini menggunakan skala *self awareness* dan skala *cyberloafing*. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien konstan sebesar 104,580 dengan koefisien regresi -0,339 serta tingkat signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$  memberikan pengaruh signifikan terhadap variabel *cyberloafing*, sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis diterima. Nilai *R-Square* variabel *self awareness* terhadap *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Merdeka Malang adalah 0,064. Hal ini menunjukkan pengaruh *self awareness* terhadap *cyberloafing* pada mahasiswa Universitas Merdeka Malang adalah 0,64%, sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain yang tidak disebutkan dalam penelitian ini.

Kata Kunci : *Self Awareness*, Perilaku *Cyberloafing*

# **THE EFFECT OF SELF AWARENESS ON CYBERLOAFING TO STUDENT IN UNIVERSITY OF MERDEKA**

**Monica Maudi Sundara**

*Faculty of Psychology, University of Merdeka*

## **ABSTRACT**

*Cyberloafing behavior makes student's self-awareness lacking in focusing during the learning process. Cyberloafing behavior is intentional behavior by individuals in accessing the internet for personal interests that are not related to work at certain times. Continuous cyberloafing behavior will become an excessive behavior and have an impact on the individual's own performance or the surrounding environment by ignoring the norms in the existing situation. Self-awareness is an individual's awareness of himself which includes aspects of emotional awareness, self-confidence, and accurate self-assessment that can actually influence cyberloafing behavior. The purpose of this study was to see the effect of self-awareness on cyberloafing behavior. This study uses quantitative research with simple random sampling data collection techniques. The subjects of this study were 377 students studying at University of Merdeka Malang. This research instrument uses a self-awareness scale and a cyberloafing scale. The results of this study indicate a constant coefficient of 104.580 with a regression coefficient of -0.339 and a significant level of  $0.000 < 0.05$  which has a significant effect on the cyberloafing variable, so it can be said that the hypothesis is accepted. The R-Square value of the self-awareness variable on cyberloafing at Merdeka University Malang students is 0.064. This shows that the effect of self-awareness on cyberloafing in Merdeka University Malang students is 0.64%, while the rest is influenced by other factors not mentioned in this study.*

*Keywords : Self Awareness, Cyberloafing Behavior*