

ABSTRAK

PENGARUH CONTROL DIRI DAN DUKUNGAN SOCIAL KERJA TERHADAP *CYBERLOAFING* DALAM AKTIVITAS KANTOR UPTD PELATIHAN KERJA PROVINSI BENGKULU

Oleh:

Hanif Yumna Nugraha¹
Merta Kusuma²

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Kontrol diri dan dukungan social kerja terhadap *cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu, baik secara parsial maupun simultan. Obyek dari penelitian ini adalah karyawan UPTD Kerja Bengkulu yang berjumlah 49 orang. Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode pengumpulan data dengan cara observasi dan menyebarkan angket atau kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji instrument, analisis tanggapan responden, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, koefisien determinasi (R^2) dan uji hipotesis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Kontrol Diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu. Pada variabel Dukungan Sosial Kerja menunjukkan pengaruh negatif namun tidak signifikan terhadap *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu. Sehingga, dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa secara parsial Kontrol Diri berpengaruh signifikan, sedangkan Dukungan Sosial Kerja tidak berpengaruh signifikan; namun secara simultan, Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Kerja berpengaruh signifikan terhadap *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Dukungan Sosial Kerja dan *Cyberloafing*.

ABSTRACT

THE EFFECT OF SELF-CONTROL AND WORKPLACE SOCIAL SUPPORT ON CYBERLOAFING IN OFFICE ACTIVITIES AT THE UPTD JOB TRAINING CENTER OF BENGKULU PROVINCE

By:

Hanif Yumna Nugraha¹

Merta Kusuma²

This study aimed to determine the effect of self-control and workplace social support on cyberloafing in office activities at the UPTD Job Training Center of Bengkulu Province, both partially and simultaneously. The object of this study was the employees of the UPTD Job Training Center of Bengkulu Province, totaling 49 employees. Data were collected through observation and the distribution of questionnaires. The data analysis techniques used in this study included instrument testing, respondent response analysis, classical assumption tests, multiple linear regression analysis, the coefficient of determination (R^2), and hypothesis testing.

The results showed that self-control had a negative and significant effect on cyberloafing in office activities at the UPTD Job Training Center of Bengkulu Province. Workplace social support had a negative but insignificant effect on cyberloafing in office activities at the UPTD Job Training Center of Bengkulu Province. Therefore, it can be concluded that, partially, self-control had a significant effect, whereas workplace social support did not have a significant effect. However, simultaneously, self-control and workplace social support had a significant effect on cyberloafing in office activities at the UPTD Job Training Center of Bengkulu Province.

Keywords: *self-control, workplace social support, cyberloafing*

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa perubahan yang sangat signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam dunia kerja dan organisasi. Internet saat ini telah menjadi salah satu sarana utama yang digunakan oleh organisasi untuk mendukung berbagai aktivitas pekerjaan seperti komunikasi, pengolahan data, penyimpanan informasi, serta koordinasi antarpegawai. Penggunaan internet di tempat kerja memberikan berbagai manfaat bagi organisasi, antara lain meningkatkan efisiensi kerja, mempercepat proses pertukaran informasi, serta mendukung pengambilan keputusan yang lebih cepat dan akurat. Namun demikian, kemudahan akses internet di lingkungan kerja juga menimbulkan berbagai permasalahan baru yang berkaitan dengan perilaku karyawan dalam menggunakan teknologi tersebut. Salah satu fenomena yang banyak mendapat perhatian dalam kajian perilaku organisasi adalah *cyberloafing*. *Cyberloafing* merupakan perilaku karyawan yang menggunakan akses internet di tempat kerja untuk kepentingan pribadi selama jam kerja, seperti membuka media sosial, membaca berita online, berbelanja online, menonton video, atau aktivitas lain yang tidak berkaitan dengan pekerjaan.

Cyberloafing adalah tindakan sukarela karyawan yang menggunakan akses internet perusahaan selama jam kerja untuk mengunjungi situs web yang tidak berkaitan dengan pekerjaan serta mengirim, menerima, atau memeriksa email pribadi.

Menurut (Lim, 2002), *cyberloafing* merupakan bentuk penyimpangan perilaku kerja (*workplace deviance*) yang muncul akibat pemanfaatan teknologi informasi untuk kepentingan pribadi selama waktu kerja. Perilaku ini menyebabkan berkurangnya waktu dan perhatian yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan tugas organisasi.

Fenomena *cyberloafing* menjadi perhatian penting bagi organisasi karena dapat memberikan dampak negatif terhadap produktivitas kerja karyawan. Aktivitas tersebut dapat mengurangi fokus kerja, menurunkan efisiensi waktu kerja, serta menghambat pencapaian tujuan organisasi. *Cyberloafing* sering dikategorikan sebagai *counterproductive work behavior*, yaitu perilaku karyawan yang dapat merugikan organisasi secara langsung maupun tidak langsung atas dampak yang dihasilkan dari perilaku *cyberloafing*. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa perilaku *cyberloafing* semakin meningkat seiring dengan meningkatnya kecanggihan dan penggunaan teknologi digital di lingkungan kerja. Aktivitas penggunaan internet untuk kepentingan pribadi selama jam kerja dapat menyebabkan penurunan efektivitas kerja serta berpotensi menurunkan kinerja Pegawai apabila dilakukan secara berlebihan (Wijonarkoa & Wirapraja, 2024)

Cyberloafing pada dasarnya tidak hanya dipengaruhi oleh faktor organisasi, tetapi juga oleh faktor individu. Salah satu faktor individu yang diduga memiliki

pengaruh penting terhadap perilaku *cyberloafing* adalah kontrol diri (*self-control*). Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan, emosi, serta perilaku agar tetap sesuai dengan norma dan tujuan yang ingin dicapai. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi cenderung mampu mengatur perilaku mereka dengan baik serta mampu menahan dorongan untuk melakukan aktivitas yang tidak produktif selama jam kerja. Sebaliknya, individu yang memiliki kontrol diri yang rendah lebih mudah terdistraksi oleh berbagai aktivitas yang tidak berkaitan dengan pekerjaan, termasuk penggunaan internet untuk kepentingan pribadi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa rendahnya kontrol diri dapat meningkatkan kecenderungan karyawan melakukan *cyberloafing* di tempat kerja (Adelina & Saputro, 2023)

Selain faktor individu, perilaku *cyberloafing* juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan kerja. Salah satu faktor lingkungan yang penting adalah dukungan sosial kerja. Dukungan sosial kerja merupakan bentuk bantuan yang diberikan oleh rekan kerja maupun atasan dalam lingkungan kerja yang dapat meningkatkan kenyamanan, motivasi, serta keterlibatan pegawai dalam pekerjaan. Lingkungan kerja yang memiliki dukungan sosial yang baik dapat membantu pegawai dalam menghadapi berbagai tekanan kerja serta meningkatkan kepuasan kerja. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial di tempat kerja dapat menyebabkan pegawai merasa tidak nyaman, kurang termotivasi, serta lebih rentan melakukan perilaku yang tidak produktif seperti *cyberloafing*.

Dukungan sosial kerja merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi perilaku *cyberloafing* Pegawai. Dukungan yang diberikan oleh atasan maupun rekan kerja dapat menciptakan lingkungan kerja yang nyaman, meningkatkan keterikatan Pegawai terhadap organisasi, serta mengurangi stres dan kelelahan emosional.

UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu merupakan lembaga pemerintah yang memiliki peran penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui berbagai program pelatihan keterampilan kerja. Dalam menjalankan berbagai aktivitas administrasi dan pelayanan, pegawai di instansi ini memanfaatkan teknologi informasi dan internet sebagai sarana pendukung pekerjaan, sehingga dapat mempermudah dari segala aspek pekerjaan melalui teknologi yang digunakan sesuai dengan standaritas yang sudah ditentukan.

Kemudahan akses internet yang tersedia di lingkungan kerja tentu memberikan banyak manfaat bagi kelancaran pekerjaan pegawai. Namun di sisi lain, kondisi tersebut juga berpotensi menimbulkan perilaku *cyberloafing* apabila tidak diimbangi dengan pengendalian diri yang baik serta lingkungan kerja yang mendukung perilaku kerja positif, hal itu tentunya menjadi salah satu pengaruh penting dalam aktivitas kerja didalam organisasi yang berdampak pada kinerja individu maupun perusahaan dalam mencapai tujuan kerja.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara mendalam terkait fenomena *cyberloafing* yang dilakukan peneliti dengan salah satu staf berinisial “J” di kantor UPTD Balai Pelatihan Kerja Kota Bengkulu, ditemukan beberapa indikasi yang mengarah kepada tindakan *cyberloafing* yang dipengaruhi oleh Kontrol Diri dan

Dukungan Sosial Kerja terhadap aktivitas kantor UPTD Balai Pelatihan Kerja Kota Bengkulu, hal itu didasari oleh adanya waktu luang dan kurangnya dukungan sosial kerja terhadap tugas dan pekerjaan baik oleh atasan maupun rekan kerja, serta lemahnya pengendalian diri terhadap tindakan diluar pekerjaan pada aktivitas kerja UPTD Balai Pelatihan Kerja Kota Bengkulu.

Kedua, perkembangan teknologi dan informasi yang semakin pesat tentu memberikan kemudahan bagi pegawai dalam mengakses segalan tindakan internet dan informasi sehingga mempermudah pegawai mengakses internet untuk kepentingan pribadi, yang mana seharusnya digunakan untuk mempermudah setiap pekerjaan pada aktivitas kerja agar lebih maksimal dan mencapai tujuan, tentunya kondisi ini bisa berdampak pada aktivitas kerja di UPTD Balai Pelatihan Kerja Kota Bengkulu.

Berdasar pada hasil obserwasi awal, tentunya dampak yang terjadi akibat tindakan *cyberloafing* yang terjadi pada aktivitas kerja UPTD Balai Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu diantaranya seperti keterlambatan penyelesaian kerja harian, adanya tindakan ketergesaan dalam penyelesaian tugas yang menyebabkan hasil tugas tidak maksimal dan kurang efisien, adanya kegiatan administrasi yang tertunda dan kurangnya komunikasi serta koordinasi antar bidang dalam pelaksaan aktivitas harian. Menurut pegawai yang bersangkutan terhadap observasi awal yang dilakukan, dampak yang muncul dari hasil observasi hampir 50% terjadi pada pegawai UPTD Balai Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu, hal itu membuktikan bahwa tindakan *cyberloafing* mampu mengakibatkan pekerjaan dan aktivitas harian terganggu

sehingga dapat menurunkan produktivitas dan hasil kerja yang seharusnya bisa maksimal.

Pengaruh dari Kontrol Diri menjadi salah satu faktor utama dari adanya tindakan *cyberloafing*, yang mana hasil observasi awal menunjukkan bahwa hampir lebih dari 60-70% pegawai tidak dapat mengendalikan diri terhadap tindakan *cyberloafing*, hal itu terjadi akibat dari kurangnya pengawasan atasan dan psikologi yang cenderung ingin bermain gadget untuk kesenangan sementara serta tidak adanya motivasi dalam membatasi bermain gadget disaat jam kerja.

Selain itu, Dukungan Sosial Kerja juga menjadi salah satu faktor utama dari adanya tindakan *cyberloafing*, merujuk pada observasi awal yang dilakukan, lemahnya dukungan dan motivasi baik dari atasan maupun rekan kerja menjadi sebab adanya tindakan *cyberloafing*, tentunya hal itu mengakibatkan dampak psikologis pada pegawai yang cenderung bersantai dan mencari kesenangan pribadi disaat jam kerja, hampir dari 50% pegawai UPTD Balai Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu merasa ingin mendapat dukungan sosial kerja di lingkungan kerja agar tidak mencari kesenangan pribadi dengan melakukan tindakan *cyberloafing*.

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk melakukan penelitian yang mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *cyberloafing* di lingkungan kerja, khususnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan dukungan sosial kerja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: **“Pengaruh Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Kerja terhadap Perilaku *Cyberloafing* dalam Aktivitas Kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu.”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang terjadi sebagai berikut:

1. Rendahnya tingkat pengendalian diri terhadap perilaku *cyberloafing* yang mempengaruhi kinerja aktivitas kantor UPTD Balai Pelatihan Kerja Kota Bengkulu.
2. Dukungan sosial kerja yang rendah menjadi penyebab menurunnya keterlibatan pegawai terhadap pekerjaan serta meningkatkan perilaku di *cyberloafing* di tempat kerja.
3. Perkembangan teknologi informasi dan internet yang semakin pesat memberikan kemudahan bagi pegawai dalam mengakses berbagai informasi di tempat kerja juga menjadi faktor pemicu dari perilaku *cyberloafing* yang memudahkan kegiatan internet untuk kepentingan pribadi.

1.3 Batasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada pekerja UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu serta hanya memfokuskan pada variabel Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Kerja sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitasnya.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah;

1. Apakah Kontrol Diri berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu ?
2. Apakah Dukungan Sosial Kerja berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu?
3. Apakah Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Kerja berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu?

1.5 Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui Kontrol Diri berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu
2. Untuk Mengetahui Dukungan Sosial Kerja berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu
3. Untuk Mengetahui Kontrol Diri dan Dukungan Sosial Kerja berpengaruh terhadap perilaku *Cyberloafing* dalam aktivitas kantor UPTD Pelatihan Kerja Provinsi Bengkulu

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran mengenai tingkat perilaku *cyberloafing* yang terjadi di lingkungan kerja serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pimpinan instansi dalam merumuskan kebijakan yang berkaitan dengan penggunaan internet di tempat kerja serta dalam meningkatkan pengelolaan sumber daya manusia agar lebih efektif dan produktif.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan, serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah khususnya yang berkaitan dengan perilaku organisasi dan manajemen sumber daya manusia. Selain itu, penelitian ini juga menjadi sarana bagi peneliti untuk mengaplikasikan teori-teori yang telah dipelajari selama perkuliahan ke dalam penelitian yang dilakukan di lapangan.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih lanjut mengenai perilaku *cyberloafing* atau faktor-faktor lain yang mempengaruhi perilaku kerja pegawai di organisasi.