

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP INTENSITAS TERJADINYA PERILAKU CYBERLOAFING PADA PEKERJA GENERASI Z DI JAWA BARAT

Alya Nursyahbani
Tabah Aris Nurjaman

Program Studi Psikologi
Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email: alyaanursyahbani@gmail.com

ABSTRAK

Terjadi pergeseran zaman pada saat generasi Z memunculkan kehadirannya. Di mana generasi ini lahir berdampingan dengan kemajuan teknologi dan ikut tumbuh dan berkembang bersama teknologi. Mudah-mudahan akses teknologi ini kemudian dapat memunculkan kecenderungan berperilaku cyberloafing. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap intensitas perilaku cyberloafing pada pekerja generasi Z di Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subjek pekerja generasi Z berusia dewasa awal yang berdomisili di Jawa Barat sebanyak 114 responden. Metode pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari dua skala, yaitu skala kontrol diri yang berjumlah sebanyak 42 butir aitem dan skala perilaku cyberloafing yang berjumlah sebanyak 26 aitem. Skala kontrol diri merupakan turunan yang disusun oleh peneliti dari landasan kontrol diri yang dikemukakan oleh Tangney, Baumeister, & Boone (2004) dan skala perilaku cyberloafing berlandaskan pada teori aspek cyberloafing yang dikemukakan oleh Lim (2002). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Hasil penelitian, yaitu terdapat pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku cyberloafing. Sebagaimana terbukti oleh nilai koefisien sebesar (- 0,261) dengan nilai sig. $p=0,000 < 0,05$ dengan kata lain bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya, terdapat pengaruh kontrol diri terhadap intensitas perilaku cyberloafing pada pekerja generasi Z di Jawa Barat dengan sumbangan pengaruh sebesar 11,7%.

Kata Kunci: *Generasi Z, Kontrol Diri, Perilaku Cyberloafing*

THE EFFECT OF SELF-CONTROL ON THE INTENSITY OF CYBERLOAFING BEHAVIOR IN GENERATION Z WORKERS IN WEST JAVA

Alya Nursyahbani
Tabah Aris Nurjaman

Department of Psychology
Faculty Business & Humanities
University of Technology Yogyakarta
Email: alyaanursyahbani@gmail.com

ABSTRACT

There was a shift in times when Generation Z appeared. This generation was born side by side with technological advances and grows and develops with technology. Easy access to technology can give rise to a tendency to behave in cyberloafing. This research aims to determine the effect of self-control on the intensity of cyberloafing behavior in generation Z workers in West Java. This research used a quantitative approach with the subject of generation Z workers aged early adulthood who live in West Java as many as 114 respondents. The data collection method used in this research is a questionnaire consisting of two scales, namely a self-control scale with 42 items and a cyberloafing behavior scale with 26 items. The self-control scale is a derivative prepared by researchers from the basis of self-control proposed by Tangney, Baumeister, & Boone (2004) and the cyberloafing behavior scale is based on the cyberloafing aspect theory proposed by Lim (2002). The data obtained was analyzed using simple regression analysis techniques. The results of the research are that there is a negative influence of self-control on cyberloafing behavior. As proven by the coefficient value of (- 0.261) with a sig value. $p=0.000 < 0.05$ in other words that H_a is accepted and H_o is rejected. This means that there is an influence of self-control on the intensity of cyberloafing behavior among generation Z workers in West Java with an influence contribution of 11.7%.

Keywords: Cyberloafing Behavior, Generation Z, Self-Control