

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Kemkominfo adanya penggunaan internet membawa manfaat untuk meningkatkan komunikasi internal dan juga komunikasi eksternal organisasi. Kominfo mencatat bahwa pada tahun 2014, Indonesia merupakan negara ke-8 sebagai negara dengan Tingkat penggunaan internet yang tinggi dengan 82 juta orang pengguna internet. Pada tahun 2016 meningkat sebanyak 51,8% yaitu sebesar 132,7 juta pengguna internet. Dengan demikian para karyawan juga diuntut untuk mampu mengikuti perkembangan yang ada. Namun tidak sedikit karyawan menggunakan internet untuk tujuan yang tidak ada kaitannya dengan pekerjaan, diistilahkan dengan perilaku *cyberloafing*. (Indah & Hariyanti, 2018)

Cyberloafing Adalah istilah atau perilaku yang dianggap negatif oleh Masyarakat yang muncul akibat adanya teknologi informasi yang mempengaruhi gaya hidup mereka. Dalam beberapa dekade terakhir, teknologi informasi dan akses internet telah mengubah cara kita bekerja. Meskipun teknologi ini memberikan efisiensi dalam pekerjaan, ia juga membuka pintu bagi godaan untuk menghabiskan waktu secara tidak produktif di internet. Perilaku *cyberloafing* dapat memiliki dampak negatif pada produktivitas dan kinerja di tempat kerja. (Pangalila Dkk, 2024).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *cyberloafing* Adalah kontrol diri. Menurut Tagney kontrol diri di definisikan sebagai kemampuan diri dalam mengontrol pikiran, emosi implus (dorongan) serta melakukan regulasi diri dan mengubah kebiasaan. Menurut Harlock kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dorongan dalam dirinya. (Ardilas & Firmanto, 2017).

Perilaku *cyberloafing* seringkali timbul karena stress kerja. Stress menimbulkan persepsi dan tanggapan terhadap kondisi yang dihadapi. Persepsi dapat muncul dalam bentuk kesadaran akan adanya tuntutan,

tantangan atau ancaman. Sedangkan tanggapan terhadap stress mencakup emosional. Fisiologis, kognitif dan perubahan perilaku. Dengan adanya hal tersebut maka karyawan akan berusaha untuk mengurangi stress yang sedang mereka rasakan atau alami. (Quiros & Gemora, 2017)

Aspek yang menilai kemampuan individu dalam menghadapi sebuah tantangan. Individu dengan reliabilitas mampu melaksanakan perencanaan jangka Panjang dalam mencapai yang ingin diraihny. Menyebutnya bahwa perilaku *cyberloafing* juga dapat disebabkan oleh adanya stress ditempat kerja. Hasil penelitiannya menemukan bahwa Ketika stress kerja meningkat maka akan meningkat pula kegiatan menjelajah web untuk kepentingan yang tidak berhubungan dengan pekerjaan. (Sen Dkk, 2016)

Menurut Robins stress kerja dirumuskan dalam tiga aspek, yaitu, aspek fisiologis beberapa hal yang menunjukkan gejala fisiologika yaitu penurunan metabolisme tubuh, detak jantung meningkat dan sesak nafas, naiknya tekanan darah, mudah marah, cepat bosan dan suka menunda mengerjakan suatu hal. (Nulvania, 2022)

Aspek perilaku yang mencakup perubahan dalam produktivitas yaitu seperti mudah lupa, perubahan pola makan, menjadi perokok atau mengkonsumsi alkohol, berbicara dengan cepat, perasaan gelisah, serta pola tidur yang tidak teratur perilaku *cyberloafing* juga disebabkan oleh faktor lain seperti faktor situasional yaitu kedekatan jarak antara ruang pegawai dan atasan (ardilas & firmanto, 2017)

Berdasarkan *preliminary* yang sudah dilakukan oleh peneliti pada 19 november 2022. 4 dari 5 karyawan yang sudah diambil data awal, kontrol diri karyawan kurang baik, bahwa karyawan masih kurang mampu mengontrol dirinya dalam hal yang membuat konsentrasinya terganggu dalam kegiatan bekerja seperti bermain *game* ketika bekerja hal ini didukung oleh aspek disiplin diri bahwa karyawan masih kurang disiplin dalam membagi waktu ketika bermain *game* dan bekerja.

Tiga dari lima karyawan terdapat masalah dalam tekanan pekerjaan yang cenderung dapat menimbulkan stress dikarenakan waktu yang singkat dalam

mengejar deadline pekerjaan. Hal ini dapat didukung oleh aspek *time stress*. Empat dari lima karyawan memang melakukan perilaku *cyberloafing* dengan aktivitas *browsing* dan membuka sosial media dan bermain game di waktu bekerja dan tidak berkaitan dengan pekerjaannya. Hal ini didukung oleh aspek aktivitas *browsing*.

Berdasarkan uraian fenomena diatas, kurang nya kontrol diri dalam bekerja dan tinggi nya stres kerja maka akan menimbulkan seseorang melakukan perilaku *cyberloafing* tanpa mereka sadari sendiri. tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini untuk mengetahui, menjelaskan, dan menganalisis gambaran mengenai pengaruh kontrol diri dan stress kerja terhadap perilaku *cyberloafing*. oleh karena itu peneliti memilih instansi PT. sato label indonesia sebagai tempat fenomena yang sesuai dan akan diteliti. Alasan PT. sato label Indonesia menjadi tempat penelitian adalah karena PT. sato label indonesia menggunakan *device* seperti komputer, laptop, ataupun handphone untuk membantu menyelesaikan tugas kerja, hal ini sangat cocok dengan variabel perilaku *Cyberloafing* yang akan diteliti oleh peneliti.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri terhadap perilaku *cyberloafing*?
2. Apakah terdapat hubungan antara stress kerja terhadap perilaku *cyberloafing*?
3. Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dan stress kerja terhadap perilaku *cyberloafing*?

TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan latar belakang yang dijabarkan sebelumnya maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan perilaku *cyberloafing*.

2. Untuk mengetahui hubungan antara stress kerja dan perilaku *cyberloafing*.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan stress kerja terhadap perilaku *cyberloafing*.

MANFAAT PENELITIAN

Dengan adanya penelitian ini yang berjudul “Pengaruh kontrol diri dan stress kerja terhadap perilaku *cyberloafing* pada karyawan” maka peneliti berharap agar penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat memperkaya ilmu dibidang ilmu psikologi terutama dalam lingkup psikologi industri dan organisasi
- b. Hasil penelitian ini nantinya dapat digunakan sebagai bahan rujukan atau referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai perilaku *cyberloafing*.

2. Manfaat Praktisi

- a. Bagi Karyawan dan Organisasi

Hasil penelitian ini diharapkan untuk dapat memberikan Gambaran mengenai kontrol diri dan stress kerja yang mempengaruhi perilaku *cyberloafing* pada karyawan dan perilaku *cyberloafing* pada suatu organisasi maupun instansi.

- b. Bagi Instansi

Penelitian ini memberikan informasi bagi instansi dalam menyikapi masalah sumber daya manusia menyangkut kontrol diri, stress kerja dan perilaku *cyberloafing*.

- c. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam mengimplementasi ilmu yang diperoleh selama kuliah.

