

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Obyek Penelitian dan Lokasi Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang sudah ditetapkan yaitu untuk melihat bagaimana regulasi diri dan efikasi diri mempengaruhi perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, maka obyek dari penelitian yang akan dilaksanakan ini adalah persepsi mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang terhadap variabel – variabel yang diusulkan dalam studi ini yang diprediksi dapat mempengaruhi perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa.

Lokasi penelitian adalah di Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

3.2 Populasi Penelitian, Sampel, dan Teknik Sampling

Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang tahun angkatan 2019, 2020 dan 2021 dengan jumlah 694 orang. Berdasarkan jumlah populasi penelitian yang tergolong pada ukuran populasi besar maka dalam penelitian ini diperlukan sampel. Untuk memperoleh sampel maka digunakan teknik sampling yaitu *Proportionate Stratified Random Sampling*, populasi yang diteliti berstrata tetapi memiliki jumlah yang kurang proporsional. Setelah mengetahui teknik sampling yang digunakan maka selanjutnya adalah menentukan ukuran sampel dimana salah satu teknik yang digunakan untuk menentukan besaran sampel adalah menghitungnya dengan menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Dan berdasarkan perhitungan dengan menggunakan rumus Slovin diperoleh jumlah sampel yang digunakan adalah 87 orang. Dari total sampel tersebut kemudian dibagi untuk menentukan jumlah sampel untuk setiap angkatan mahasiswa Program Studi Manajemen dengan proporsi sebagai berikut :

$$\text{Angkatan 2019} = (236/694) \times 87 = 29 \text{ orang}$$

$$\text{Angkatan 2020} = (240/694) \times 87 = 30 \text{ orang}$$

$$\text{Angkatan 2021} = (218/694) \times 87 = 28 \text{ orang}$$

3.3 Metode Pengumpulan Data

3.3.1 Jenis Data dan Sumber Data

Data primer yang merupakan persepsi mahasiswa pada regulasi diri dan efikasi diri terhadap perilaku *cyberloafing* mahasiswa adalah data yang digunakan dalam penelitian ini, dimana sumber data adalah responden yaitu mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata.

3.3.2 Teknik Pengumpulan Data

Untuk mendapatkan data yang dibutuhkan terkait penelitian maka kemudian penulis memberikan kuesioner dalam bentuk *google form* kepada responden.

3.3.3 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas digunakan untuk menguji apakah setiap item pertanyaan dalam kuesioner valid. Uji Validitas dilakukan dengan menggunakan alat ukur yaitu korelasi product moment (*r* hitung

dengan r table), dimana terdapat ketentuan bahwa item pertanyaan dinyatakan valid bila nilai r hitung \geq r table . Dalam penelitian ini untuk menentukan r tabel maka harus mengetahui nilai *df* yang digunakan dimana *df* (*degree of freedom*) = n (jumlah sampel) – k (jumlah variabel). Maka nilai *df* untuk penelitian ini adalah 87 – 2 = 85. Lalu dengan nilai alpha sebesar 0,05%, maka r tabel untuk penelitian ini adalah 0,2108

Berikut adalah hasil uji Validitas setiap butir item pertanyaan untuk variabel – variabel yan digunakan dalam penelitian ini :

Tabel 3.1 Hasil Uji Validitas Variabel Regulasi Diri Tahap 1

No	Item	r Hitung	r Tabel	Kesimpulan
1	Saya belajar dengan baik dari hukuman	0.334	0.2108	Valid
2	Saya menyadari dampak dari perbuatan saya	0.367	0.2108	Valid
3	Perilaku saya tidak berbeda dari orang lain	0.220	0.2108	Valid
4	Saya peduli jika saya berbeda dari kebanyakan orang	0.244	0.2108	Valid
5	Orang lain memberi tahu saya bahwa saya terus mengerjakan sesuatu terlalu lama	0.203	0.2108	Tidak Valid
6	Mudah bagi saya untuk melihat hal berguna untuk merubah cara yang saya lakukan	0.523	0.2108	Valid
7	Saya menikmati rutinitas, dan menyukai hal-hal yang tetap sama	0.219	0.2108	Valid
8	Saya mengikuti cara saya sendiri	0.495	0.2108	Valid
9	Saya yakin saya bisa berubah ketika saya menginginkannya	0.424	0.2108	Valid
10	Ketika harus memutuskan tentang suatu perubahan, saya merasa tidak kebingungan dengan berbagai pilihan-pilihan yang ada	0.673	0.2108	Valid

11	Saya tidak kesulitan mengambil keputusan tentang berbagai hal	0.632	0.2108	Valid
12	Saya tidak menunda membuat keputusan	0.649	0.2108	Valid
13	Saya dapat menemukan banyak cara untuk berubah dan mudah bagi saya untuk memutuskan mana yang akan digunakan.	0.640	0.2108	Valid
14	Mudah bagi saya untuk menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri.	0.660	0.2108	Valid
15	Saya tidak mengalami kesulitan membuat rencana untuk membantu saya mencapai tujuan saya	0.548	0.2108	Valid
16	Saya tidak cepat menyerah	0.617	0.2108	Valid
17	Masalah kecil atau rintangan tidak membuat saya keluar dari rencana	0.634	0.2108	Valid
18	Saya bisa untuk tetap fokus pada rencana saya	0.618	0.2108	Valid
19	Saya memiliki begitu banyak rencana tetapi mudah bagi saya untuk tetap fokus pada salah satunya	0.535	0.2108	Valid
20	Saya memilih perubahan dan berharap yang terbaik	0.463	0.2108	Valid
21	Saya belajar dari kesalahan saya	0.517	0.2108	Valid

Sumber : Data primer diolah (2022)

Berdasarkan tabel hasil uji validitas untuk setiap item pernyataan variabel regulasi diri, dari 21 item pertanyaan yang diuji terdapat satu item pernyataan yang memiliki nilai r hitung kurang dari 0,2108 yaitu item pernyataan lima : **“Orang lain memberi tahu saya bahwa saya terus mengerjakan sesuatu terlalu lama”**. Berdasarkan hal tersebut, dinyatakan bahwa item nomor 5 tidak valid dan kemudian dihapus dari pertanyaan pada kuesioner.

Berikut adalah hasil uji validitas item pernyataan variabel regulasi diri :

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Variabel Regulasi Diri Tahap 2

NO	Item	R Hitung	R tabel	Kesimpulan
1	Saya belajar dengan baik dari hukuman	0.327	0.2108	Valid
2	Saya menyadari dampak dari perbuatan saya	0.377	0.2108	Valid
3	Perilaku saya tidak berbeda dari orang lain	0.226	0.2108	Valid
4	Saya peduli jika saya berbeda dari kebanyakan orang	0.223	0.2108	Valid
5	Mudah bagi saya untuk melihat hal berguna untuk merubah cara yang saya lakukan	0.551	0.2108	Valid
6	Saya menikmati rutinitas, dan menyukai hal-hal yang tetap sama	0.220	0.2108	Valid
7	Saya mengikuti cara saya sendiri	0.485	0.2108	Valid
8	Saya yakin saya bisa berubah ketika saya menginginkannya	0.412	0.2108	Valid
9	Ketika harus memutuskan tentang suatu perubahan, saya merasa tidak kebingungan dengan berbagai pilihan-pilihan yang ada	0.700	0.2108	Valid
10	Saya tidak kesulitan mengambil keputusan tentang berbagai hal	0.631	0.2108	Valid
11	Saya tidak menunda membuat keputusan	0.671	0.2108	Valid
12	Saya dapat menemukan banyak cara untuk berubah dan mudah bagi saya untuk memutuskan mana yang akan digunakan	0.652	0.2108	Valid
13	Mudah bagi saya untuk menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri.	0.665	0.2108	Valid

14	Saya tidak mengalami kesulitan membuat rencana untuk membantu saya mencapai tujuan saya	0.574	0.2108	Valid
15	Saya tidak cepat menyerah	0.633	0.2108	Valid
16	Masalah kecil atau rintangan tidak membuat saya keluar dari rencana	0.646	0.2108	Valid
17	Saya bisa untuk tetap fokus pada rencana saya	0.609	0.2108	Valid
18	Saya memiliki begitu banyak rencana tetapi mudah bagi saya untuk tetap fokus pada salah satunya	0.504	0.2108	Valid
19	Saya memilih perubahan dan berharap yang terbaik	0.473	0.2108	Valid
20	Saya belajar dari kesalahan saya	0.522	0.2108	Valid

Sumber : Data penelitian diolah (2022)

Berdasarkan tabel hasil uji validitas kedua yang dilakukan untuk 20 item pernyataan variabel regulasi diri, dapat disimpulkan bahwa semua pernyataan valid karena memiliki nilai r hitung lebih dari nilai r tabel yang telah ditentukan.

Selanjutnya dilakukan uji validitas untuk 9 item pernyataan pada variabel efikasi diri. Berikut adalah hasil uji validitas untuk item variabel efikasi diri :

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Variabel Efikasi Diri

No	Item	r hitung	r tabel	Kesimpulan
1	Saya merasa tidak mengalami masalah ketika melakukan kegiatan perkuliahan	0.613	0.2108	Valid
2	Saya memiliki pengalaman yang berguna dalam kegiatan perkuliahan saya	0.665	0.2108	Valid

3	Saya memahami hal - hal yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan	0.640	0.2108	Valid
4	Saya selalu berusaha keras untuk mencapai IPK yang baik	0.536	0.2108	Valid
5	Saya dapat menemukan solusi ketika mengalami hambatan dalam perkuliahan	0.502	0.2108	Valid
6	Ketika merasa lelah, saya selalu mengingat keluarga untuk membangkitkan tenaga saya kembali	0.688	0.2108	Valid
7	Saya memahami alur perkuliahan yang saya dapatkan	0.693	0.2108	Valid
8	Saya akan mendapat penghargaan ketika nilai atau indeks prestasi kuliah saya bagus	0.582	0.2108	Valid
9	Saya paham dengan mata kuliah yang ada didalam program studi	0.822	0.2108	Valid

Sumber : Data penelitian diolah (2022)

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa setiap item pernyataan untuk mengukur variabel efikasi diri dinyatakan valid karena memiliki nilai r hitung diatas nilai r tabel yang telah ditetapkan.

Selanjutnya dilakukan lah uji validitas untuk item pernyataan variabel *cyberloafing*. Berikut adalah hasil uji validitas untuk item pernyataan variabel *cyberloafing* :

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Variabel Cyberloafing

No	Item	r Hitung	r Tabel	Kesimpulan
1	Saya mengecek postingan teman saya di media sosial ketika kuliah berlangsung	0.549	0.2108	Valid
2	Saya mengecek profil media sosial teman saya ketika kuliah berlangsung	0.567	0.2108	Valid
3	Saya membagikan konten di sosial media ketika kuliah berlangsung	0.673	0.2108	Valid
4	Saya menyukai foto yang menarik di media sosial ketika kuliah berlangsung	0.699	0.2108	Valid
5	Saya memposting status di sosial media ketika kuliah berlangsung	0.703	0.2108	Valid
6	Saya berbelanja online ketika kuliah berlangsung	0.775	0.2108	Valid
7	Saya mengunjungi website belanja online ketika kuliah berlangsung	0.738	0.2108	Valid
8	Saya mengecek iklan lowongan kerja ketika kuliah berlangsung	0.788	0.2108	Valid
9	Saya mengunjungi website promo hari ini ketika kuliah berlangsung	0.843	0.2108	Valid
10	Saya menggunakan layanan online banking ketika kuliah berlangsung	0.815	0.2108	Valid
11	Saya mengunjungi situs lelang ketika kuliah berlangsung	0.806	0.2108	Valid
12	Saya mengunggah ulang konten yang saya sukai di media sosial ketika kuliah	0.820	0.2108	Valid

	berlangsung			
13	Saya menyukai tweet, status atau postingan konten di media sosial yang saya sukai ketika kuliah berlangsung	0.712	0.2108	Valid
14	Saya memposting status di media sosial ketika kuliah berlangsung	0.816	0.2108	Valid
15	Saya membaca quotes atau postingan status di media sosial ketika kuliah berlangsung	0.751	0.2108	Valid
16	Saya mengomentari trending topic di media ketika kuliah berlangsung	0.844	0.2108	Valid
17	Saya mengunduh lagu pada aplikasi pemutar musik online ketika kuliah berlangsung	0.811	0.2108	Valid
18	Saya menonton video online ketika kuliah berlangsung	0.674	0.2108	Valid
19	Saya mendengarkan streaming musik ketika kuliah berlangsung	0.720	0.2108	Valid
20	Saya mendownload video ketika kuliah berlangsung	0.795	0.2108	Valid
21	Saya mendownload aplikasi yang saya butuhkan ketika kuliah berlangsung	0.642	0.2108	Valid
22	Saya mengecek situs olahraga online ketika kuliah berlangsung	0.834	0.2108	Valid
23	Saya bermain game online ketika kuliah berlangsung	0.793	0.2108	Valid

Sumber : Data penelitian diolah (2022)

Berdasarkan tabel tersebut dapat disimpulkan bahwa 23 item pernyataan untuk mengukur variabel *cyberloafing* dinyatakan valid karena memiliki nilai *r* hitung diatas nilai *r* tabel yang telah ditetapkan.

Kemudian dalam penelitian ini juga dilakukan Uji reabilitas dilakukan dengan menggunakan Cronbach's Alpha. Uji reliabilitas ini dilakukan untuk mengetahui kestabilan butir – butir instrumen suatu kuesioner yang digunakan untuk mengukur suatu variabel. Suatu kuesioner dinyatakan reliabel apabila hasil uji menunjukkan nilai diatas 0,7 maka tersebut dinyatakan konsisten (Setiawan, 2020). Berikut adalah hasil uji reliabilitas untuk instrumen kuesioner yang digunakan untuk mengukur setiap variabel :

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Variabel

Variabel	<i>Cronbach Alpha</i>	<i>Cut of Value</i>	Kesimpulan
Regulasi Diri	0.841	0.7	Reliabel
Efikasi Diri	0.808	0.7	Reliabel
<i>Cyberloafing</i>	0.963	0.7	Reliabel

Sumber : Data penelitian diolah (2022)

Dalam uji reliabilitas yang dilakukan terhadap ketiga variabel, seluruh variabel dinyatakan reliabel yaitu dengan nilai *cronbach alpha* diatas 0,7. Namun khusus untuk variabel regulasi diri dilakukan dua kali uji reliabilitas. Pada uji reliabilitas yang pertama menghasilkan nilai *cronbach alpha* sebesar 0,829, dimana pengujian dilakukan dengan jumlah item pernyataan sebanyak 21 item dan terdapat satu item pernyataan yang tidak valid . Kemudian pada uji reliabilitas yang kedua untuk variabel regulasi diri, dilakukan dengan menghilangkan item pernyataan yang tidak valid sehingga

menyisakan 20 item pernyataan dan menghasilkan nilai *cronbach alpha* sebesar 0,841.

3.4 Analisis Data

3.4.1 Analisis Deskriptif

Penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif dimana analisis ini dibuat dengan cara menggambarkan data yang telah terkumpul tanpa terlebih dahulu menarik kesimpulan secara umum (Sugiyono, 2017). Analisis statistik deskriptif menggunakan rentang skala dengan rumus sebagai berikut :

$$RS = \frac{(\text{nilai terbesar} - \text{nilai terkecil})}{\text{kelas interval}}$$

$$= \frac{(5 - 1)}{4}$$

$$= 1$$

Tabel 3.5 Rentang Skala

Variabel	Rentang Skala			
	1 – 1,99	2 – 2,99	3 – 3,99	4 -5
Regulasi diri	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
Efikasi diri	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi
Perilaku <i>cyberloafing</i>	Sangat Rendah	Rendah	Tinggi	Sangat Tinggi

3.4.2 Analisis Inferensial

Analisis inferensial adalah metode analisis yang digunakan untuk melakukan analisa suatu data sampel dari sebuah populasi, dimana hasil analisa tersebut akan berlaku bagi populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Regresi linier berganda adalah salah satu teknik pengujian yang digunakan untuk menguji hipotesis dua variabel independen atau lebih secara

bersama dengan satu variabel dependen (Sugiyono, 2017). Persamaan regresi linier berganda berdasarkan variabel tersebut adalah sebagai berikut :

$$Y = a + b1.X1 + b2.X2 + e$$

3.4.3 Uji t

Uji t dilakukan untuk mengetahui bagaimana pengaruh setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara individu. Maka dari itu untuk menentukan apakah variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen secara individu ditentukanlah t tabel ($\alpha = 0.05$) yaitu sebesar 1,988. Kemudian dibandingkan antara t tabel dan t hitung, apabila t hitung $>$ t tabel maka variabel independen memiliki pengaruh terhadap variabel dependen dan ketika t hitung $<$ t tabel maka variabel tidak berpengaruh terhadap variabel dependen.

Hipotesis :

1. H_01 = Regulasi diri tidak memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*
 H_{a1} = Regulasi diri memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*
2. H_02 = Efikasi diri tidak memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*
 H_{a2} = Efikasi diri memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*

Kriteria uji :

1. t tabel $>$ t hitung, maka H_0 diterima, H_a ditolak
2. t tabel $<$ t hitung, maka H_0 ditolak, H_a diterima

3.4.4 Uji F

Uji F dilakukan untuk mengetahui bagaimana pengaruh setiap variabel independen terhadap variabel dependen secara bersamaan. Maka dari itu untuk menentukan apakah variabel independen berpengaruh terhadap variabel dependen secara bersama ditentukanlah F tabel ($\alpha = 0.05$) yaitu sebesar 3,105. Kemudian dibandingkan antara F tabel dan F hitung, apabila F hitung $>$ F tabel maka variabel independen memiliki pengaruh terhadap variabel dependen secara bersamaan dan ketika F hitung $<$ F tabel maka variabel tidak berpengaruh terhadap variabel dependen secara bersamaan.

Hipotesis :

H_0 = Regulasi diri dan efikasi diri tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*

H_a = Regulasi diri dan efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *cyberloafing*