

BAB 4

PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Program Studi Manajemen

Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata adalah salah satu dari lima program studi yang berada dibawah naungan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas katolik Soegijapranata. Pendirian program studi ini dilandasi oleh kepedulian yang dimiliki Universitas Katolik Soegijapranata terkait masalah pengadaan sumberdaya manusia yang unggul. Maka dari itu Program Studi Manajemen Universitas Katolik Soegijapranata didirikan dengan visi untuk menjadi sebuah komunitas akademik yang unggul di bidang manajemen dan bisnis dengan berlandaskan nilai kristiani.

Program studi yang berdiri sejak 5 Agustus 1982 ini memiliki akreditasi A dengan nomor SK 3257/SK/BAN-PT/Akred/S/XII/2018. Akreditasi A ini sudah diraih program studi Manjamen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata berturut turut sejak tahun 2009. Selain menyadang akreditasi A, program studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata memiliki sertifikasi ISO 9001:2008 dari badan sertifikasi URS. Setifikasi ISO tersebut adalah bukti usaha yang dilakukan program studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata untuk selalu menjaga mutu internal dan peningkatan mutu program studi secara terus menerus.

4.1.1. Gambaran Umum Responden

Dalam menjalankan penelitian terkait mengetahui hubungan antara variabel regulasi diri dan efikasi diri dengan perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa dan mahasiswi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata tahun angkatan 2019, 2020 dan 2021, maka dilakukan penyebaran kuesioner dengan *google form* kepada

mahasiswa dan mahasiswi Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata melalui grup Line dan personal chat Line . Dari penyebaran kuesioner tersebut terkumpul 87 tanggapan dari responden dimana jumlah tersebut sesuai dengan besaran sampel yang telah ditentukan.

Dalam kuesioner yang disebar, diperoleh data mengenai gambaran umum dari responden yaitu angkatan dan jenis kelamin responden. Berikut data gambaran umum responden yang disajikan dalam bentuk *crosstabulation* :

Tabel 4.1
Gambaran Umum Responden Berdasarkan Angkatan dan Jenis Kelamin

Angkatan	Jenis Kelamin				Total	Prosentase
	Perempuan		Laki - Laki			
	f	%	f	%		
2019	14	16%	15	17%	29	33%
2020	13	15%	17	20%	30	34%
2021	17	20%	11	13%	28	32%
Total	44		43			
Prosentase	51%		49%			

Sumber : Data primer yang diolah (2022)

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebaran responden secara keseluruhan berdasarkan jenis kelamin hampir seimbang dimana sebanyak 51% responden perempuan dan 49% responden laki – laki. Sedangkan berdasarkan tahun angkatan, sebaran responden hampir seimbang pada ketiga tahun angkatan dimana selisih jumlah responden pada setiap angkatan tidak terlalu besar dan juga dapat dikatakan bahwa selisih jumlah antara responden perempuan dan laki – laki pada setiap angkatan tidak terlalu besar atau hampir seimbang.

4.2 Analisis Data

4.3.1. Tanggapan Responden terhadap Variabel Regulasi Diri

Regulasi diri adalah adalah ketika individu memiliki kemampuan dalam mengarahkan dan memantau setiap tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik (*Triggering change*), kognitif (*Receiving relevant information, Formulating plan, Assessing plan*), emosional (*Searching for option, Implementing plan*), dan sosial (*Evaluating information*). Berdasarkan pemahaman tersebut kemudian responden diberikan pernyataan - pernyataan tentang regulasi diri yang disusun berdasarkan 7 indikator regulasi diri yang dikembangkan oleh Miler dan Brown tahun 1991. Kemudian responden diminta untuk memberikan penilaian mandiri terkait kesesuaian pernyataan – pernyataan tersebut terhadap diri responden. Berikut adalah tabulasi tanggapan yang diberikan responden :

Tabel 4.2. Tanggapan Responden Tentang Regulasi Diri

No	Indikator	Pernyataan	STS (1)	TS (2)	N (3)	S (4)	SS (5)	Rata- Rata	Kategori
1	Receiving relevant information	Saya belajar dengan baik dari hukuman	1 (1)	8 (16)	14 (42)	46 (184)	18 (90)	3.83	Tinggi
2		Saya menyadari dampak dari perbuatan saya	0 (0)	0 (0)	8 (24)	51 (204)	28 (140)	4.23	Sangat Tinggi
3	Evaluating information	Perilaku saya tidak berbeda dari orang lain	5 (5)	18 (36)	44 (132)	15 (60)	5 (25)	2.97	Rendah
4		Saya peduli jika saya berbeda dari kebanyakan orang	6 (6)	6 (12)	36 (108)	32 (128)	7 (35)	3.32	Tinggi
5	Triggering Change	Mudah bagi saya melihat hal berguna untuk merubah cara yang saya lakukan	0 (0)	4 (8)	26 (78)	49 (196)	8 (40)	3.70	Tinggi

6		Saya menikmati rutinitas, dan menyukai hal-hal yang tetap sama	3 (3)	9 (18)	30 (90)	32 (128)	13 (65)	3.49	Tinggi
7		Saya mengikuti cara saya sendiri	1 (1)	0 (0)	21 (63)	39 (156)	26 (130)	4.02	Tinggi
8	<i>Searching for option</i>	Saya yakin bisa berubah ketika menginginkannya	1 (1)	1 (2)	10 (30)	36 (144)	39 (195)	4.28	Sangat Tinggi
9		Ketika harus memutuskan tentang suatu perubahan, saya merasa tidak kebingungan dengan berbagai pilihan-pilihan yang ada.	1 (1)	15 (30)	26 (78)	31 (124)	14 (70)	3.48	Tinggi
10	<i>Formulating plan</i>	Saya tidak kesulitan mengambil keputusan tentang berbagai hal	1 (1)	18 (36)	27 (81)	28 (112)	13 (65)	3.39	Tinggi
11		Saya tidak menunda membuat keputusan	1 (1)	15 (30)	26 (78)	34 (136)	11 (55)	3.45	Tinggi
12		Saya dapat menemukan banyak cara untuk berubah dan mudah bagi saya untuk memutuskan mana yang akan digunakan.	0 (0)	11 (18)	27 (81)	42 (168)	7 (35)	3.52	Tinggi
13		Mudah bagi saya untuk menetapkan tujuan untuk diri saya sendiri.	1 (0)	6 (12)	25 (75)	41 (164)	14 (70)	3.70	Tinggi
14		Saya tidak mengalami kesulitan membuat rencana untuk membantu saya mencapai tujuan saya	2 (2)	7 (14)	25 (75)	40 (160)	13 (65)	3.63	Tinggi
15	<i>Implementing plan</i>	Saya tidak cepat menyerah	1 (1)	3 (6)	28 (84)	39 (156)	16 (80)	3.76	Tinggi

16		Masalah kecil atau rintangan tidak membuat saya keluar dari rencana.	1 (1)	2 (4)	29 (87)	42 (168)	13 (65)	3.74	Tinggi
17		Saya bisa untuk tetap fokus pada rencana saya	0 (0)	2 (4)	16 (48)	51 (204)	18 (90)	3.98	Tinggi
18		Saya memiliki begitu banyak rencana tetapi mudah bagi saya untuk tetap fokus pada salah satunya	0 (0)	7 (14)	25 (75)	39 (156)	16 (80)	3.74	Tinggi
19	<i>Assessing plan</i>	Saya memilih perubahan dan berharap yang terbaik	0 (0)	0 (0)	12 (36)	47 (188)	28 (140)	4.18	Sangat Tinggi
20		Saya belajar dari kesalahan saya	0 (0)	1 (2)	8 (24)	34 (136)	44 (220)	4.39	Sangat Tinggi
Rata – Rata Skor								3.74	Tinggi

Sumber : Data primer yang diolah, 2022.

Tabel diatas, menunjukkan responden memiliki tingkat regulasi diri yang tinggi yaitu dengan rata – rata akhir skor tanggapan sebesar 3.74. Perolehan skor tanggapan yang tinggi ini dapat diartikan bahwa responden memiliki kemampuan dalam mengarahkan dan memantau setiap tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial yang tinggi. Dalam unsur fisik hal ini terlihat dari tingginya skor indikator *Triggering Change*. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan responden setuju jika mereka merasa mudah untuk melihat hal berguna dalam merubah cara yang mereka lakukan, merasa menikmati rutinitas, menyukai hal-hal yang tetap sama dan tetap mengikuti cara mereka sendiri.

Selanjutnya dari unsur kognitif yaitu *Receiving relevant information, Formulating plan dan Assessing plan* yang menunjukkan skor tinggi dan sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa responden mampu belajar dari hukuman,

memiliki kesadaran yang tinggi akan dampak dari setiap perbuatan, tidak merasa kesulitan dalam mengambil keputusan tentang berbagai hal, tidak menunda membuat keputusan, dapat menemukan banyak cara untuk berubah dan mudah untuk memutuskan mana yang akan digunakan, merasa mudah untuk menetapkan tujuan untuk diri mereka sendiri dan tidak mengalami kesulitan membuat rencana untuk membantu mencapai tujuan mereka, memilih perubahan dan berharap yang terbaik dan mereka belajar dari kesalahan yang mereka buat. Selanjutnya dari unsur emosional yaitu *Searching for option dan Implementing plan* diperoleh skor yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa responden memiliki kemampuan untuk bisa berubah ketika mereka menginginkan suatu perubahan, tidak merasa kebingungan ketika dihadapkan dengan berbagai pilihan yang harus diambil saat memutuskan tentang suatu perubahan, tidak cepat menyerah, melihat masalah kecil atau rintangan bukan alasan untuk mereka keluar dari apa yang sudah direncanakan, bisa untuk tetap fokus pada rencana mereka dan bisa tetap fokus pada satu rencana yang sudah dipilih meskipun tersedia banyak rencana. Dan yang terakhir pada unsur sosial yaitu *Evaluating plan* memiliki skor dengan kategori tinggi dan rendah. Hal ini dapat diartikan bahwa responden peduli jika tindakan mereka berbeda dari orang lain (skor tinggi), dan mereka tidak melihat bahwa perilaku mereka tidak berbeda dari orang lain (skor rendah).

4.3.2. Tanggapan Responden terhadap Variabel Efikasi Diri

Efikasi diri adalah sebagai keyakinan individu dalam kemampuan yang dimiliki oleh individu tersebut untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Berdasarkan pemahaman tersebut kemudian responden diberikan pernyataan - pernyataan tentang efikasi diri yang disusun berdasarkan 3 indikator efikasi diri yang dikembangkan oleh Bandura. Kemudian responden diminta untuk memberikan penilaian mandiri terkait kesesuaian pernyataan – pernyataan tersebut terhadap diri responden. Berikut adalah tabulasi tanggapan yang diberikan responden :

Tabel 4.3. Tanggapan Responden Tentang Efikasi Diri

No	Indikator	Pernyataan	STS (1)	TS (2)	N (3)	S (4)	SS (5)	Rata- Rata	Kategori
1	Magnitude	Saya merasa tidak mengalami masalah ketika melakukan kegiatan perkuliahan	4 (4)	12 (24)	31 (93)	32 (128)	8 (40)	3.32	Tinggi
2		Saya memiliki pengalaman yang berguna dalam kegiatan perkuliahan.	1 (1)	0 (0)	18 (54)	53 (212)	15 (75)	3.93	Tinggi
3		Saya memahami hal - hal yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas perkuliahan	1 (1)	2 (4)	17 (51)	56 (224)	11 (55)	3.85	Tinggi
4	Strength	Saya selalu berusaha keras untuk mencapai IPK yang baik	0 (0)	0 (0)	12 (36)	37 (148)	38 (190)	4.30	Sangat Tinggi
5		Saya dapat menemukan solusi ketika mengalami hambatan dalam perkuliahan	0 (0)	1 (2)	23 (69)	48 (192)	15 (75)	3.89	Tinggi
6		Ketika merasa lelah, saya selalu mengingat keluarga untuk membangkitkan tenaga saya kembali	2 (2)	6 (12)	24 (72)	34 (136)	21 (105)	3.76	Tinggi
7	Generality	Saya memahami alur perkuliahan yang telah dapatkan	1 (1)	6 (12)	20 (60)	48 (192)	12 (60)	3.74	Tinggi

8	Saya akan mendapat penghargaan ketika nilai atau indeks prestasi kuliah bagus	2 (2)	17 (34)	29 (87)	27 (108)	12 (60)	3.34	Tinggi
9	Saya paham dengan mata kuliah yang ada didalam program studi	1 (1)	2 (4)	20 (60)	57 (228)	7 (35)	3.77	Tinggi
Rata – Rata Skor							3.77	Tinggi

Sumber : Data primer diolah, 2022

Tabel diatas, menggambarkan bahwa responden memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi yaitu dengan rata – rata skor tanggapan sebesar 3.77, sehingga dapat diartikan bahwa responden memiliki keyakinan individu tinggi dalam kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Hal ini terlihat dari hasil skor pernyataan dari ketiga indikator efikasi diri yang digunakan. Skor yang tinggi untuk indikator yang pertama yaitu *Magnitude*, dimana dapat diartikan responden memiliki konsep bahwa posisi mereka berada pada tingkatan yang tinggi ketika merasakan meningkatnya kesulitan atauantang yang diberikan selama menjalani perkuliahan dimana mereka percaya bahwa kesulitan atau tantangan tersebut dapat mereka atasi, sehingga mahasiswa sangat setuju jika mereka merasa tidak mengalami masalah ketika melakukan kegiatan perkuliahan, merasa yakin memiliki pengalaman yang berguna dalam kegiatan perkuliahan dan mereka juga merasa yakin dapat memahami hal - hal yang dibutuhkan dalam menyelesaikan tugas perkuliahnya. Skor yang tinggi untuk indikator yang kedua yaitu *Strength*, sehingga dapat dijelaskan bahwa responden memiliki keteguhan hati terhadap apa yang mereka percayai, yaitu mereka dapat melalui kesulitan maupun tantangan selama perkuliahan. Hal ini terlihat dari respon yang diberikan responden yang menyatakan bahwa mereka setuju bahwa mereka selalu berusaha keras untuk mencapai IPK yang baik, mereka yakin dapat menemukan solusi ketika

mengalami hambatan dalam perkuliahan dan ketika merasa lelah, mereka selalu mengingat keluarga untuk membangkitkan kembali tenaga mereka. Kemudian pada indikator yang ketiga yaitu *Generality* juga diperoleh hasil yang tinggi dimana hal ini menunjukkan bahwa responden secara individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi yang dipengaruhi oleh seiring meningkatnya pengalaman keberhasilan atau kegagalan yang mereka miliki sehingga hal tersebut mempengaruhi mereka dalam menghadapi kesulitan atau tantangan yang sebelumnya belum pernah mereka lalui. Responden merasa setuju bahwa mereka yakin dapat memahami alur perkuliahan yang telah didapatkan, mendapat penghargaan ketika nilai atau indeks prestasi kuliah bagus dan merasa paham dengan mata kuliah yang ada didalam program studi.

4.3.3. Tanggapan Responden terhadap Variabel *Cyberloafing*

Cyberloafing adalah aktifitas karyawan dan siswa menggunakan perangkat mereka sendiri dan jaringan data selama jam kuliah atau kerja. Berdasarkan pemahaman tersebut kemudian responden diberikan pernyataan - pernyataan tentang *cyberloafing* yang disusun berdasarkan 5 indikator *cyberloafing* yang dikembangkan oleh Akbulut et al., (2017). Kemudian responden diminta untuk memberikan penilaian mandiri terkait kesesuaian pernyataan – pernyataan tersebut terhadap diri responden. Berikut adalah tabulasi tanggapan yang diberikan responden :

Tabel 4.4. Tanggapan Responden Tentang *Cyberloafing*

No	Indikator	Pernyataan	STS (1)	TS (2)	N (3)	S (4)	SS (5)	Rata- Rata	Kategori
1	Berbagi	Saya mengecek postingan teman saya di media sosial ketika kuliah berlangsung	12 (12)	19 (38)	34 (102)	18 (72)	4 (20)	2.80	Rendah
2		Saya mengecek profil media sosial teman saya	18 (18)	29 (58)	21 (63)	15 (60)	4 (20)	2.52	Rendah

		ketika kuliah berlangsung							
3		Saya membagikan konten di sosial media ketika kuliah berlangsung	29 (29)	16 (32)	27 (81)	12 (48)	3 (15)	2.36	Rendah
4		Saya menyukai foto yang menarik di media sosial ketika kuliah berlangsung	11 (11)	22 (44)	26 (78)	20 (80)	8 (40)	2.91	Rendah
5		Saya memposting status di sosial media ketika kuliah berlangsung	36 (36)	17 (34)	21 (63)	10 (40)	3 (15)	2.16	Rendah
6	Berbelanja	Saya berbelanja online ketika kuliah berlangsung	29 (29)	22 (44)	20 (60)	10 (40)	6 (30)	2.33	Rendah
7		Saya mengunjungi website belanja online ketika kuliah berlangsung	24 (24)	19 (38)	24 (72)	15 (60)	5 (25)	2.52	Rendah
8		Saya mengecek iklan lowongan kerja ketika kuliah berlangsung	43 (43)	12 (24)	22 (66)	5 (20)	5 (25)	2.05	Sangat Rendah
9		Saya mengunjungi website promo hari ini ketika kuliah berlangsung	45 (44)	12 (24)	17 (51)	8 (32)	5 (25)	2.03	Sangat Rendah
10		Saya menggunakan layanan online banking ketika kuliah berlangsung	34 (34)	16 (32)	23 (69)	7 (28)	7 (35)	2.28	Rendah
11		Saya mengunjungi situs lelang ketika kuliah berlangsung	64 (64)	9 (18)	6 (18)	4 (16)	4 (20)	1.56	Sangat Rendah
12	Real time update	Saya menggunggah ulang konten yang	52 (52)	13 (26)	15 (45)	2 (8)	5 (25)	1.79	Sangat Rendah

		saya sukai di media sosial ketika kuliah berlangsung							
13		Saya menyukai tweet, status atau postingan konten di media sosial yang saya sukai ketika kuliah berlangsung	33 (33)	11 (22)	24 (72)	12 (48)	7 (35)	2.41	Rendah
14		Saya memposting status di media sosial ketika kuliah berlangsung	38 (38)	13 (26)	24 (72)	7 (28)	5 (25)	2.17	Rendah
15		Saya membaca quotes atau postingan status di media sosial ketika kuliah berlangsung	24 (24)	18 (36)	26 (78)	14 (56)	5 (25)	2.52	Rendah
16		Saya mengomentari trending topic di media ketika kuliah berlangsung	50 (50)	15 (30)	16 (48)	2 (8)	4 (20)	1.79	Sangat Rendah
17	Mengakses konten online	Saya mengunduh lagu pada aplikasi pemutar musik online ketika kuliah berlangsung	46 (46)	17 (34)	12 (36)	7 (28)	5 (25)	1.94	Sangat Rendah
18		Saya menonton video online ketika kuliah berlangsung	28 (28)	23 (46)	19 (57)	14 (56)	3 (15)	2.32	Rendah
19		Saya mendengarkan streaming musik ketika kuliah berlangsung	34 (34)	22 (44)	16 (48)	10 (40)	5 (25)	2.20	Rendah
20		Saya mendownload video ketika kuliah berlangsung	51 (51)	17 (34)	8 (24)	6 (24)	5 (25)	1.82	Sangat Rendah
21		Saya mendownload aplikasi yang saya butuhkan ketika	15 (15)	25 (50)	21 (63)	18 (72)	8 (40)	2.76	Rendah

		kuliah berlangsung							
22	Bermain game	Saya mengecek situs olahraga online ketika kuliah berlangsung	53 (53)	14 (28)	10 (30)	5 (20)	5 (25)	1.79	Sangat Rendah
23		Saya bermain game online ketika kuliah berlangsung	36 (36)	16 (32)	21 (63)	7 (28)	7 (35)	2.23	Rendah
Rata – rata Skor								2.23	Rendah

Sumber : Data primer diolah, 2022

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat *cyberloafing* yang rendah yaitu dengan rata – rata skor tanggapan sebesar 2.23. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat aktifitas mahasiswa dalam menggunakan perangkat dan jaringan data selama jam kuliah adalah rendah. Hal ini terlihat dari rendahnya skor yang dihasilkan indikator yang pertama yaitu **Berbagi**. Responden menyatakan bahwa ketika sedang melaksanakan kegiatan perkuliahan mereka tidak melakukan aktifitas seperti membagikan informasi misal seperti status berupa foto atau video, menyukai konten berupa foto video, dan memberikan komentar pada foto atau video yang diunggah dimedia sosial. Skor yang rendah juga didapati pada indikator yang kedua yaitu **Berbelanja** dimana responden menyatakan bahwa ketika sedang melaksanakan kegiatan perkuliahan mereka tidak melakukan kegiatan seperti mengunjungi *website* belanja *online*, mengecek iklan lowongan kerja, mengunjungi *website* promo, menggunakan layanan *online banking* atau mengunjungi situs lelang . Hasil yang serupa juga ditemukan pada indikator **Real time update**. Ditemukan bahwa tingkat aktifitas responden untuk memberikan tanggapan terhadap berbagai informasi yang berada dimedia *online* yang sedang menjadi topik bahasan utama adalah rendah. Hal ini terlihat dari rendahnya skor item pernyataan yang menyatakan bahwa responden tidak mengunggah ulang konten yang disukai di media sosial ketika kuliah berlangsung, tidak menyukai *tweet*, status atau postingan konten di media sosial yang disukai ketika kuliah berlangsung, tidak memposting status di media sosial ketika kuliah berlangsung, membaca *quotes* atau postingan status di media sosial ketika kuliah berlangsung atau memberikan mengomentari *trending topic* di

media ketika kuliah berlangsung. Selanjutnya pada indikator **Mengakses konten online**, juga diperoleh skor yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa responden ketika kuliah berlangsung sebagian besar responden tidak melakukan aktivitas mengunduh lagu pada aplikasi pemutar musik *online*, menonton video *online*, mendengarkan *streaming music*, *mendownload* video atau *mendownload* aplikasi yang dibutuhkan. Yang terakhir, hasil yang rendah juga ditemukan pada indikator **Bermain game online**, dimana responden merasa tidak melakukan aktivitas seperti mengecek situs olahraga *online* atau bermain game *online* ketika kuliah berlangsung.

4.1 Pengujian Hipotesis

4.3.1. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Berdasarkan analisis regresi linier berganda yang telah dilakukan pada variable regulasi diri (X1), efikasi diri (X2) dan *cyberloafing* (Y), maka diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 4.5. Hasil Analisis Regresi Linier Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-.644	.900		-.716	.476
X1	.557	.245	.261	2.274	.026
X2	.206	.199	.118	1.032	.305

Sumber : Data primer diolah (2022)

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disusun persamaan antara variabel regulasi diri (X1), efikasi diri (X2) dan *cyberloafing* (Y) sebagai berikut :

$$Y = -0,644 + 0,557X1 + 0,206X2$$

Dari persamaan tersebut dapat diketahui bahwa variabel independen yaitu regulasi diri dan efikasi diri memiliki hubungan yang positif terhadap variabel dependen yaitu *cyberloafing*. Hal ini berarti bahwa apabila terjadi penurunan

sebesar 1 satuan terhadap variabel dependen yaitu regulasi diri dan efikasi diri, maka akan diikuti oleh penurunan besaran variabel dependen yaitu *cyberloafing*.

4.3.2. Hasil 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.

Dalam penelitian terdapat dua hipotesis yang diuji yaitu :

1. Ho1 : Regulasi diri tidak memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap *cyberloafing*
Ha1 : regulasi diri memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap *cyberloafing*
2. Ho2 : Efikasi diri tidak memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap *cyberloafing*
Ha2 : Efikasi diri memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap *cyberloafing*

Untuk menentukan hasilnya, berikut adalah hasil Uji t :

Tabel 4.6. Hasil Uji t

	Model	t	Sig.
1	(Constant)	-.716	.476
	X1	2.274	.026
	X2	1.032	.305

Sumber : Data primer diolah (2022)

Berdasarkan tabel hasil uji t yang telah dilakukan maka hasilnya untuk variabel regulasi diri (X1) diketahui memiliki nilai t hitung sebesar 2,274 dimana nilai tersebut lebih besar dari t tabel yang telah ditetapkan. Selain itu variabel regulasi diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,026 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel regulasi diri (X1) memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap variabel *cyberloafing* (Y), H_0 1 ditolak dan H_a 1 diterima.

Selanjutnya untuk variabel efikasi diri (X2) diketahui memiliki nilai t hitung sebesar 1,302 dimana nilai tersebut lebih kecil dari t tabel yang telah ditetapkan. Selain itu variabel regulasi diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,305 dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel efikasi diri (X2) tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *cyberloafing* (Y), H_0 2 diterima dan H_a 2 ditolak.

4.3.3. Hasil 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 yang diuji adalah :

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

H_a : regulasi diri dan efikasi diri memiliki berpengaruh yang signifikan terhadap *cyberloafing*

Berikut adalah hasil uji F yang telah dilakukan :

Tabel 4.7 Hasil Uji F

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	7.589	2	3.795	5.164	.008 ^a
Residual	61.725	84	.735		
Total	69.314	86			

Sumber : Data primer diolah (2022)

Berdasarkan tabel hasil uji F yang telah dilakukan diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 5,164 dimana nilai tersebut lebih besar dari dari F tabel yang telah ditetapkan. Selain itu model yang diuji memiliki nilai p -value sebesar 0,008 dimana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahawa variabel regulasi diri (X1) dan efikasi diri (X2) memiliki pengaruh terhadap variabel *cyberloafing* (Y) secara bersamaan, H_0 ditolak dan H_a diterima.

4.3 Pembahasan

Menurut hasil pengujian hipotesis yang dilakukan dinyatakan bahwa hipotesis yang diajukan yaitu regulasi diri memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap *cyberloafing* ditolak. Hasil pengujian hipotesis menyatakan bahwa variabel regulasi diri berpengaruh positif signifikan terhadap variabel *cyberloafing*. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Yılmaz & Yurdugül (2018b) tentang *cyberloafing* dimana mereka menemukan bahwa regulasi diri sebagai bentuk dari strategi pembelajaran berpengaruh positif terhadap *cyberloafing*. Disebutkan bahwa mahasiswa yang memiliki regulasi diri yang tinggi berpeluang untuk belajar lebih baik serta menyelesaikan tugas pembelajaran lebih cepat sehingga dapat meningkatkan peluang untuk terjadinya *cyberloafing*.

Bila dilihat dari analisis deskriptifnya, menunjukkan bahwa tingkat regulasi diri mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan

Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata tahun angkatan 2019, 2020 dan 2021 tergolong tinggi dimana. Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa memiliki kemampuan dalam mengarahkan dan memantau setiap tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Namun tingkat *cyberloafing* mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata tahun angkatan 2019, 2020 dan 2021 tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat aktifitas mahasiswa dalam menggunakan perangkat mereka sendiri dan jaringan data selama jam kuliah untuk melakukan hal – hal seperti berbagi (misalnya, memposting konten, mengobrol), berbelanja (misalnya, belanja online, pelelangan), *real time updating* (mis., *Tweeting*), mengakses konten online (misalnya, mengunduh musik dan video) dan game/perjudian (misalnya, taruhan, *game online*) adalah rendah.

Selanjutnya berdasarkan pengujian hipotesis yang kedua yaitu bahwa variabel efikasi diri memiliki pengaruh negatif signifikan terhadap variabel *cyberloafing* ditolak. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa variabel efikasi diri tidak memiliki pengaruh terhadap variabel *cyberloafing*. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sahin bahwa variabel efikasi diri tidak memiliki pengaruh terhadap variabel *cyberloafing* (Gökçearslan et al., 2016).

Kemudian bila dilihat analisis deskriptif, tingkat regulasi diri yang dimiliki mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata angkatan 2019, 2020 dan 2021 tergolong tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki keyakinan individu tinggi dalam kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Namun hasil analisis deskriptif untuk variabel *cyberloafing* menunjukkan bahwa tingkat *cyberloafing* mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan

Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata tahun angkatan 2019, 2020 dan 2021 tergolong rendah. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat aktifitas mahasiswa dalam menggunakan perangkat mereka sendiri dan jaringan data selama jam kuliah untuk melakukan hal – hal seperti berbagi (misalnya, memposting konten, mengobrol), berbelanja (misalnya, belanja online, pelelangan), *real time updating* (mis., *Tweeting*), mengakses konten online (misalnya, mengunduh musik dan video) dan game/perjudian (misalnya, taruhan, *game online*) adalah rendah.

Hasil terakhir yang diperoleh adalah dalam pengujian hipotesis yang ketiga yaitu bahwa variabel regulasi diri dan variabel efikasi diri secara bersama memiliki pengaruh terhadap perilaku *cyberloafing* dinyatakan diterima. bahwa variabel regulasi diri dan efikasi diri memiliki pengaruh secara bersama – sama terhadap variabel *cyberloafing*. Hal ini ditunjukkan pada hasil uji F dimana F hitung lebih besar dari F tabel yang ditentukan dan nilai ρ -value lebih kecil dari 0,05.