

# Hubungan antara *Boredom* dengan *Cyberslacking*

Putu Vidyastitha Wiguna

Rahkman Ardi

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

**Abstract.** *The increasing ability of Indonesian people to access the internet has given rise to the phenomenon that many students use gadgets during lectures for purposes unrelated to the lecture activities they are currently attending. This phenomenon is known as cyberslacking. The most common cause of students' cyberslacking is boredom. Boredom is an unpleasant feeling about the learning activities in which students participate. This research aims to determine the relationship between boredom and cyberslacking. This research used a survey method and received 284 participants. Data was collected using academic cyberslacking measuring instruments and precursors to boredom scales. Data analysis was done using Pearson's correlation assisted by Jamovi for macOS software version 2.3.28. The results of the correlation test with Pearson's correlation showed that there was a positive and significant relationship between boredom and cyberslacking ( $r(284)=0.247$   $df[282]$ ;  $p<.001$ ). This result means that the higher the student's boredom, the higher the action for students to commit cyberslacking.*

**Keywords:** *boredom, cyberslacking, academic*

**Abstrak.** Peningkatan kemampuan masyarakat Indonesia dalam mengakses internet ternyata menimbulkan fenomena bahwa pelajar banyak menggunakan gawai selama kegiatan perkuliahan untuk keperluan yang tidak berhubungan dengan kegiatan perkuliahan yang sedang diikuti. Fenomena ini disebut sebagai *cyberslacking*. Penyebab terbanyak yang pelajar dari melakukan *cyberslacking* adalah *boredom*. *Boredom* merupakan perasaan tidak menyenangkan pada kegiatan pembelajaran yang sedang diikuti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *boredom* dengan *cyberslacking*. Penelitian ini menggunakan metode survei dan mendapatkan partisipan sebanyak 284 partisipan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan alat ukur *cyberslacking* akademik dan *precursors to boredom scales*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan *pearson's correlation* dibantu dengan software jamovi for macOS versi 2.3.28. Hasil uji korelasi dengan *pearson's correlation* mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *boredom* dengan *cyberslacking* ( $r(284)=0.247$   $df[282]$ ;  $p<.001$ ). Hasil tersebut berarti semakin tinggi pelajar merasakan *boredom*, maka akan semakin tinggi pula tindakan pelajar untuk melakukan *cyberslacking*.

**Kata Kunci:** *boredom, cyberslacking, akademik*

---

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga, Jalan Airlangga 4-6 Surabaya, 60286. Surel: [putu.vidyastitha.wiguna-2019@psikologi.unair.ac.id](mailto:putu.vidyastitha.wiguna-2019@psikologi.unair.ac.id)

## PENDAHULUAN

Menteri Komunikasi dan Informatika (Menkominfo) menyatakan bahwa Indonesia berada pada urutan terbesar ke-4 dalam hal penggunaan internet (Prasasti, 2021). Pengguna internet di Indonesia telah mencapai 78,19% atau 215 juta jiwa (Yati, 2023). Sebanyak 25,68% pengguna internet berusia 19-34 tahun. Jumlah tersebut merupakan jumlah kedua terbanyak setelah populasi usia 35-54 tahun sebesar 27,68%. Penggunaan internet berhubungan positif dengan tingkat pendidikan sehingga 98,39% mahasiswa sarjana atau diploma dan 100% mahasiswa pascasarjana telah mampu mengakses internet (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), 2022).

Generasi Z mengakses internet lebih lama daripada kelompok usia lainnya. Setiap harinya mereka menggunakan internet lebih dari 6 jam (sebanyak 35%) dan lebih dari 4 jam (sebanyak 21%) (Amelia dkk., 2023). Generasi Z merupakan generasi yang lahir pada tahun 1997-2012 (Rakhmah, 2021). Berdasarkan perhitungan usia, maka mayoritas generasi Z saat ini tengah menempuh jenjang pendidikan sekolah dasar hingga pendidikan tinggi. Perguruan tinggi sebagai satu-satunya jenjang pendidikan yang tidak mendapatkan pembatasan baik

dalam membawa maupun menggunakan gawai di sekolah (Ferdiansyah, 2018) menimbulkan terjadinya fenomena *cyberslacking* dibangku perkuliahan. Semakin lama dan terbiasa individu menggunakan internet, semakin tinggi pula perilaku *cyberslacking* (Baturay & Toker, 2015; Simanjuntak dkk., 2018; Yaşar & Yurdugül, 2013).

*Cyberslacking* adalah fenomena dimana individu lebih memilih untuk mengerjakan tugas-tugas pribadi (termasuk menggunakan internet) dan tugas yang tidak berkaitan dengan tugas yang seharusnya dikerjakan atau dilakukan pada saat itu. Dalam konteks pendidikan, menurut Kalayci (2010), *cyberslacking* adalah tindakan pelajar menggunakan internet untuk tujuan yang tidak berhubungan dengan pelajaran yang sedang diikuti (Yaşar & Yurdugül, 2013). Mahasiswa terbukti banyak melakukan *cyberslacking*. Hasil penelitian pada 384 mahasiswa ditemukan bahwa 90,8% (Simanjuntak dkk., 2019), 84% dari 300 mahasiswa (Owusu dkk., 2021), seluruh partisipan penelitian (42 orang) (Anam & Pratomo, 2019) mengaku mereka melakukan *cyberslacking* selama pembelajaran di kelas.

Jenis aktivitas yang dilakukan selama *cyberslacking* bermacam-macam. Perilaku *cyberslacking* yang paling banyak dilakukan

adalah perilaku *sharing*, termasuk didalamnya seperti berbalas pesan, melihat dan memberikan reaksi pada unggahan orang lain, serta menonton video (Anam & Pratomo, 2019; Owusu dkk., 2021; Şenel dkk., 2019). Bentuk perilaku lainnya seperti bermain sosial media, belanja secara daring, bermain *game* (Akbulut dkk., 2016; Anam & Pratomo, 2019; Owusu dkk., 2021; Şenel dkk., 2019; Simanjuntak dkk., 2019).

*Cyberslacking* berdampak negatif pada performa akademik mahasiswa (Margaretha dkk., 2021; Şenel dkk., 2019). Owusu dkk., (2021) mendapatkan hasil serupa, sebanyak 64% mahasiswa mengatakan bahwa *cyberslacking* berdampak pada performa akademik. Bahkan 75% mahasiswa setuju bahwa dengan mereduksi tindakan *cyberslacking* akan mampu meningkatkan performa akademik mereka. Ketika melakukan *cyberslacking*, 63% mahasiswa tidak dapat berkonsentrasi penuh dan 16% saja partisipan yang menyatakan mampu tetap berkonsentrasi pada materi perkuliahan (Owusu dkk., 2021). *Cyberslacking* juga berpengaruh secara signifikan pada tindakan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik (Margaretha dkk., 2022).

Penyebab terbesar mahasiswa melakukan *cyberslacking* adalah *boredom*

(61%) (Simanjuntak dkk., 2018). Hasil penelitian oleh Kornhauser dkk., (2016) pun, mendapatkan hasil sebanyak 52,9% partisipan melakukan *academic cyberslacking* dikarenakan *boredom*. *Boredom* ditemukan berhubungan positif dan signifikan dengan *cyberslacking* (Yanti dkk., 2022). Hasil ini berarti semakin tinggi pelajar merasakan *boredom*, maka akan semakin tinggi pula intensitas pelajar melakukan *cyberslacking*. *Cyberslacking* adalah strategi yang digunakan pelajar untuk mengatasi *boredom* dengan cepat sehingga pelajar dapat segera kembali fokus menyimak pembelajaran (Margaretha dkk., 2021).

Dalam konteks pekerjaan pun, *boredom* ditemukan berkorelasi positif dan signifikan dengan *cyberslacking* (Pindek dkk., 2018). Demikian pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kamila & Muafi (2023), Younas dkk., (2023), dan Mosquera dkk., (2022). Serupa dengan alasan yang dipaparkan dalam konteks pendidikan, pekerja melakukan *cyberslacking* sebagai strategi coping dalam mengatasi *boredom* terhadap pekerjaan.

*Boredom* adalah perasaan tidak menyenangkan pada kegiatan pembelajaran yang terjadi karena berbagai hal berikut seperti gairah rendah, situasi membosankan dan ingin segera meninggalkan kelas

tersebut, waktu seakan berjalan lambat, merasa tidak mendapatkan manfaat dari pelajaran tersebut, tuntutan pelajaran melebihi ataupun sangat kurang dibandingkan dengan kemampuan pelajar (Pekrun, 2006).

Meskipun begitu, penelitian mengenai hubungan antara *boredom* dan *cyberslacking*, banyak dilakukan dalam konteks pekerjaan. Peneliti hanya menemukan satu penelitian saja yang meneliti hubungan antara *boredom* dan *cyberslacking* dalam lingkup pendidikan. Selebihnya, hasil terkait *boredom* dengan *cyberslacking* merupakan hasil dari *self-report* dalam penelitian mengenai *cyberslacking* yang dilaporkan oleh pelajar sebagai salah satu alasan mereka melakukan *cyberslacking*. Maka dari itu, dalam penelitian ini akan meneliti hubungan antara *boredom* dan *cyberslacking* dalam bidang akademik. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *boredom* dengan *cyberslacking*.

## METODE

Metode pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan survei. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner secara langsung

setelah kegiatan perkuliahan selesai dilakukan.

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa pada salah satu fakultas di Universitas X yang masih aktif mengikuti kegiatan perkuliahan dan belum mengambil mata kuliah skripsi. Berdasarkan perhitungan *a priori power analysis* didapatkan jumlah partisipan dalam penelitian ini setidaknya sejumlah 141 partisipan. Hasil akhir pengambilan data, didapatkan sebanyak 284 partisipan memenuhi kriteria dan datanya layak untuk dianalisis lebih lanjut.

Pengukuran variabel *cyberslacking* diukur dengan menggunakan skala *cyberslacking* akademik yang diciptakan oleh Akbulut dkk., (2016) yang kemudian diadopsi dalam konteks mahasiswa Indonesia (Simanjuntak dkk., 2019). Terdapat 24 aitem dengan pilihan jawaban 1 (tidak pernah) sampai 5 (selalu). *Boredom* diukur dengan *Precursors to Boredom Scales* yang telah diterjemahkan oleh peneliti. Terdapat 22 item dengan 5 pilihan jawaban likert dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) (Daschmann dkk., 2011).

Data dalam penelitian ini diuji dengan menggunakan uji korelasi parametrik dengan teknik *Pearson's Correlation* dibantu oleh software Jamovi for macOS versi 2.3.28.

## HASIL PENELITIAN

Hasil uji korelasi mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *boredom* dan *cyberslacking* ( $r(284)=0.247$  df[282];  $p<.001$ ).

Kemudian, berdasarkan perhitungan dengan menggunakan nilai total didapatkan pada variabel *cyberslacking* nilai minimum partisipan adalah 25 dan nilai maksimum adalah 101 dengan nilai mean 54.8. Sedangkan, untuk variabel *boredom* mendapatkan nilai minimum partisipan adalah 27 dan nilai maksimum adalah 87 dengan nilai mean 47.1. Peneliti kemudian melakukan perhitungan kategorisasi setiap partisipan berdasarkan kategori rendah, sedang, dan tinggi. Ditemukan bahwa mayoritas partisipan melakukan *cyberslacking* dengan intensitas yang sedang (191 partisipan), sebanyak 42 partisipan melakukan *cyberslacking* dengan intensitas rendah, dan sebanyak 51 partisipan melakukan *cyberslacking* dengan intensitas tinggi. Serupa dengan *cyberslacking*, mayoritas partisipan merasakan *boredom* dengan intensitas sedang (210 partisipan), dan 37 partisipan merasakan *boredom* dengan intensitas rendah dan tinggi.

Hasil tersebut sesuai dengan jawaban partisipan pada bagian *self-report* yang menanyakan mengenai alasan pelajar

melakukan *cyberslacking*. Berdasarkan perhitungan, ditemukan bahwa *boredom* merupakan alasan yang paling banyak disebutkan oleh pelajar sebagai sebab mereka melakukan *cyberslacking*. Sejumlah partisipan memberikan jawaban lebih lengkap bahwasanya mereka melakukan *cyberslacking* dengan harapan setelahnya mereka dapat tidak lagi merasa *boredom* dan dapat kembali fokus menyimak pembelajaran.

## DISKUSI

Hasil dalam penelitian ini mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan antara *boredom* dengan *cyberslacking*. Ditemukan bahwa hubungan *boredom* dengan *cyberslacking* signifikan dan memiliki arah yang positif. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pelajar mengalami *boredom*, maka akan semakin tinggi pula intensitas pelajar melakukan *cyberslacking*. Hasil yang didapatkan ini serupa dengan hasil penelitian oleh Yanti dkk., (2022) bahwa *boredom* ditemukan berhubungan positif dan signifikan dengan *cyberslacking*. Selain itu, didapatkan pula bahwa *boredom* merupakan alasan yang paling banyak disebutkan oleh pelajar sebagai penyebab pelajar melakukan tindakan *cyberslacking*. Hasil berikut serupa dengan penelitian milik Simanjuntak dkk.,

(2018) dan Kornhauser dkk., (2016). Ditemukan bahwa pelajar yang melakukan *cyberslacking* dikarenakan *boredom*, memiliki nilai akademik yang lebih rendah daripada partisipan yang melakukan *cyberslacking* dikarenakan sebab lainnya (Kornhauser dkk., 2016).

*Escapism* dapat digunakan untuk menjelaskan hubungan antara *boredom* dengan *cyberslacking*. Pelajar menganggap bahwa *cyberslacking* merupakan media untuk melarikan diri dari ketidaknyamanan yang didapatkan dari pembelajaran, salah satunya adalah *boredom* (Taneja dkk., 2015). Ketika sedang mengalami keadaan *boredom*, partisipan memutuskan untuk melakukan *academic cyberslacking*, seperti bermain game, membuka media sosial. Dengan demikian mereka bisa merasa rileks, santai, nyaman, dan mereduksi stres (Dunmade & Adewojo, 2023). Maka dari itu, *cyberslacking* merupakan strategi yang digunakan mahasiswa menghilangkan *boredom* dan mengembalikan lagi fokus terhadap kegiatan pembelajaran (Margaretha dkk., 2021).

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini yang mendukung penelitian-penelitian sebelumnya dengan topik yang sama, dapat

disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *boredom* dengan *cyberslacking*. Hasil berikut menunjukkan bahwa semakin tinggi pelajar merasa *boredom*, maka akan semakin tinggi pula intensitas pelajar melakukan *cyberslacking*. Demikian pula sebaliknya, semakin rendah perasaan *boredom* yang dimiliki pelajar, maka akan semakin rendah pula intensitas ataupun keinginan pelajar melakukan *cyberslacking*. Dapat terlihat pula bahwa mayoritas pelajar memiliki perasaan *boredom* dan melakukan tindakan *cyberslacking* dengan kategori yang sedang. Bahkan pelajar yang melakukan *cyberslacking* dengan intensitas yang tinggi pun mendapatkan hasil yang banyak daripada pelajar yang melakukan *cyberslacking* dengan intensitas yang rendah.

## PUSTAKAACUAN

- Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. (2016). In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*, 55, 616–625. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002>
- Ameliah, R., Negara, R. A., Minarto, B., Manurung, T. M., & Akbar, M. (2023). *Status Literasi Digital di Indonesia 2022*. Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) dan Katadata Insight Center (KIC). <https://cdn1.katadata.co.id/media/mic>

- rosites/litdik/Report\_Nasional\_2022\_FA\_3101.pdf
- Anam, K., & Pratomo, G. A. (2019). *FENOMENA CYBERSLACKING PADA MAHASISWA*. 9.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2022). *Profil Internet Indonesia 2022*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). <https://apjii.or.id/gudang-data/hasil-survei>
- Baturay, M. H., & Toker, S. (2015). An investigation of the impact of demographics on cyberloafing from an educational setting angle. *Computers in Human Behavior*, *50*, 358–366. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.081>
- Daschmann, E. C., Goetz, T., & Stupnisky, R. H. (2011). Testing the predictors of boredom at school: Development and validation of the precursors to boredom scales. *British Journal of Educational Psychology*, *81*(3), 421–440. <https://doi.org/10.1348/000709910X526038>
- Ferdiansyah, R. (2018, March 3). *Penggunaan Gawai Anak akan Dibatasi*. <https://mediaindonesia.com/humaniora/147659/penggunaan-gawai-anak-akan-dibatasi>
- Kamila, M. N., & Muafi, M. (2023). The influence of job stress and job boredom on employee performance mediated by cyberloafing behavior: Evidence in Indonesia. *International Journal of Research in Business and Social Science (2147- 4478)*, *12*(1), Article 1. <https://doi.org/10.20525/ijrbs.v12i1.2272>
- Kornhauser, Z. G. C., Paul, A. L., & Siedlecki, K. L. (2016). An Examination of Students' Use of Technology for Non-Academic Purposes in the College Classroom. *Journal of Teaching and Learning with Technology*, *5*(1), 1–15. <https://doi.org/10.14434/jotlt.v5n1.13781>
- Margaretha, M., Saragih, S., Mariana, A., & Simatupang, K. M. (2022). Academic procrastination and cyberloafing behavior: A case study of students in Indonesia. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, *17*(3), 752–764. <https://doi.org/10.18844/cjes.v17i3.6904>
- Margaretha, M., Sherlywati, S., Monalisa, Y., Mariana, A., Junita, I., Martalena, M., Iskandar, D., & Nur, N. (2021). Cyberslacking Behavior and Its Relationship with Academic Performance: A Study of Students in Indonesia. *European Journal of Educational Research*, *10*(4), 1881–1892. <https://doi.org/10.12973/eujer.10.4.1881>
- Mosquera, P., Soares, M. E., Dordio, P., & Melo, L. A. e. (2022). The Thief of Time and Social Sustainability: Analysis of a Procrastination at Work Model. *Revista de Administração de Empresas*, *62*(5). <https://www.redalyc.org/journal/1551/155173166009/html/>
- Owusu, A., Bleboo, E. M. A., & Taana, I. H. (2021). PRELIMINARY INSIGHTS INTO CYBERSLACKING IMPACT ON GRADUATE STUDENTS ACADEMIC PERFORMANCE: A CASE STUDY OF A BUSINESS SCHOOL IN GHANA. . . *Vol.*, *6*, 17.
- Pindek, S., Krajcevska, A., & Spector, P. E. (2018). Cyberloafing as a coping mechanism: Dealing with workplace

- boredom. *Computers in Human Behavior*, 86, 147–152. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.040>
- Prasasti, G. (2021, April 11). *Menkominfo: Indonesia Negara dengan Pengguna Internet Terbesar ke-4 di Dunia—Tekno Liputan6.com* [Berita]. Liputan6. <https://www.liputan6.com/tekno/read/4702435/menkominfo-indonesia-negara-dengan-pengguna-internet-terbesar-ke-4-di-dunia>
- Rakhmah, D. N. (2021). *Gen Z Dominan, Apa Maknanya bagi Pendidikan Kita?* <https://pskp.kemdikbud.go.id/produk/artikel/detail/3133/gen-z-dominan-apa-maknanya-bagi-pendidikan-kita>
- Şenel, S., Günaydın, S., Sarıtaş, M. T., & Çiğdem, H. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Siber Aylaklık Seviyelerini Yordayan Faktörler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 1–10. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2376>
- Simanjuntak, E., Fajrianthi, F., & Purwono, U. (2019). SKALA CYBERSLACKING PADA MAHASISWA. *Jurnal Psikologi*, 18(1), 55. <https://doi.org/10.14710/jp.18.1.55-68>
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2018). Cyber Slacking among University Students: The Role of Internet Habit Strength, Media Multitasking Efficacy and Self Regulated Learning: *Proceedings of the 3rd International Conference on Psychology in Health, Educational, Social, and Organizational Settings*, 239–247. <https://doi.org/10.5220/0008587702390247>
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. A. F., & Ardi, R. (2019). Do Students Really Use Internet Access for Learning in the Classroom?: Exploring Students' Cyberslacking in an Indonesian University. *Behavioral Sciences*, 9(12), 123. <https://doi.org/10.3390/bs9120123>
- Taneja, A., Fiore, V., & Fischer, B. (2015). Cyber-slacking in the classroom: Potential for digital distraction in the new age. *Computers & Education*, 82, 141–151. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.11.009>
- Yanti, F. P., Nasution, I. N., & Aiyuda, N. (2022). Berselancar di Internet untuk Menghilangkan Rasa Bosan Ketika Melakukan Pembelajaran Daring. *Jurnal Riset Psikologi*, 109–114. <https://doi.org/10.29313/jrp.v2i2.1600>
- Yaşar, S., & Yurdugül, H. (2013). *The Investigation of Relation Between Cyberloafing Activities and Cyberloafing Behaviors in Higher Education | Elsevier Enhanced Reader*. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.114>
- Yati, R. (2023, March 8). *Survei APJII: Pengguna Internet di Indonesia Tembus 215 Juta Orang*. BISNIS.com. <https://www.bisnis.com/>
- Younas, F., Abbas, M., & Qayyum, S. (2023). What Role Perceived Justice Play between Job Boredom and Cyberloafing? A Mediation Inquiry of Employees at Software Houses. *Journal of Professional & Applied Psychology*, 4(3), Article 3. <https://doi.org/10.52053/jpap.v4i3.218>