

**PENGARUH *EMOTIONAL STABILITY* DAN *SELF-REGULATION*
TERHADAP *CYBERLOAFING* PADA *REMOTE WORKER***

SKRIPSI



Disusun Oleh:

MIFTAH FARIDZ

NIM. 111611133107

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2020

**PENGARUH *EMOTIONAL STABILITY* DAN *SELF-REGULATION*
TERHADAP *CYBERLOAFING* PADA *REMOTE WORKER***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Universitas Airlangga Surabaya

Disusun Oleh:

MIFTAH FARIDZ

NIM. 111611133107

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

SURABAYA

2020



LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang saya susun ini merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam Skripsi yang saya peroleh dari hasil karya tulis orang lain, telah saya tuliskan sumbernya dengan jelas, sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila pada kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam Skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang telah saya sandang, beserta segala konsekuensinya, sesuai dengan peraturan perundangan yang berlaku.

Surabaya, 30 Maret 2020
Menyetujui



Miftah Faridz

HALAMAN PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI
PROGRAM STUDI S1 PSIKOLOGI UNIVERSITAS AIRLANGGA

Naskah skripsi dengan identitas berikut ini:

Penulis : Miftah Faridz

NIM : 111611133107

Judul : Pengaruh *Emotional Stability* dan *Self-Regulation* terhadap
Cyberloafing pada *Remote Worker*

telah disetujui oleh dosen pembimbing penulisan skripsi dan telah dipertahankan di hadapan penguji pada hari SENIN, 30 MARET 2020

Dosen pembimbing : Dewi Syarifah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198009292009122001

Ketua penguji : Dr. Seger Handoyo, Psikolog
NIP. 196702161991031001

Sekretaris penguji : Prof. Dr. Cholichul Hadi, M.Si., Psikolog
NIP. 196403231989031002

Anggota penguji : Dewi Syarifah, M.Psi., Psikolog
NIP. 198009292009122001

Surabaya, 25 April 2020

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Atika Dian Ariana, S.Psi., M.Sc.
NIP. 198303042006042004

HALAMAN MOTTO

Utamakan Shalat Tepat pada Waktunya

“Maka demi Tuhan langit dan bumi, sungguh, apa yang dijanjikan itu pasti terjadi seperti apa yang kamu ucapkan “

(Qur'an Surah Az-Zariyat : 23)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirraheem

Berkat kemudahan yang diberikan Allah SWT,

Kupersembahkan skripsi ini untuk:

Kedua orang tua, Abah Kholid Rochim dan Ibu Nur Rochmah dan Mas Ilmi yang selalu mendukung dalam bentuk apapun, serta untuk diriku sendiri, Miftah Faridz.

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memperkenankan seluruh doa, harapan, dan membukakan pintu kemudahan bagi penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penyelesaian tugas akhir ini tentu tidak lepas dari bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Nurul Hartini, S.Psi., M.Kes., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
2. Dewi Syarifah, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan kritik, saran, dan diskusinya.
3. Dr. Nono Hery Yoenanto, S.Psi., M.Pd., Psikolog selaku dosen wali yang memberikan bantuan dan arahan selama masa perkuliahan.
4. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan Fakultas Psikologi Universitas Airlangga yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih telah membagi ilmu pengetahuan selama 4 tahun dan terima kasih atas bantuannya selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
5. Kedua orang tua penulis, Bapak Kholid Rochim dan Ibu Nur Rochmah terima kasih atas segalanya yang diberikan penulis.
6. Kakakku, Mafatikhul Ilmi, terima kasih atas segalanya yang diberikan kepada penulis.

7. Dewi Syarifah, M.Psi., Psikolog, Ermida Simanjuntak, Reza Lidia Sari, S.Psi, M.Psi, dan Silvia Kristanti T.F., M.Psi., Psi selaku *rater* dalam penelitian ini, terima kasih atas waktu dan sarannya.
8. Bunga Sakinah, Naren, Mega Surya, dan Yogajul sebagai rekan seperjuangan skripsi yang telah berbagi ilmu, cerita, dan motivasi kepada penulis.
9. Keluarga besar Magangers 25 LP3T, Lili, Raka, Angger, Sherli, Fira, Winda, Mas Verdi, Mbak Dea, El, Ivon, Tita, Devia, Mega, Shinta, Pipit, dan Febpy sebagai rekan magang selama 1,5 tahun yang telah berbagi pengalaman dan keceriaan kepada penulis.
10. Staff LP3T, Mbak Nay, Mbak Devany, Mbak Lisa, Mas Ferman, Mbak Yuli, Mbak Kiput, Mbak Tety, Mbak Andin. Terima kasih sudah diajarkan bagaimana cara bekerja profesional.
11. Keluarga besar Magangers 24 LP3T, khususnya Mbak Cicik. Terima kasih atas inspirasi skripsinya.
12. Keluarga besar Etude *Bookstore* dan UP3, Mbak Ochy, Mbak Dyah, Mbak Nina, Mbak Memed, Yoga Santoso, Mas Rizal, Mas Nido, Ali, Dhira. Terima kasih sudah menjadi pendengar yang baik ketika penulis berkeluh kesah selama magang di Etude *Bookstore*.
13. Gagas, Ahmad, Hibat, Naufal, Adi, Rafi, dan teman-teman SKI. Terima kasih atas ilmu agamanya.

14. Hani Ar-Rifai dan Mishary Rashid Alafasy. Terima kasih atas karya murottal alquran yang turut memberikan ketenangan psikis selama penulis menyelesaikan skripsi.
15. Ust. Yusuf Mansur, Ust. Hannan Attaki, dan para dai yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih atas nasihat yang disampaikan sehingga dapat menurunkan emosi negatif penulis selama menyelesaikan skripsi.
16. Alexandra Elbakyan, sebagai penemu *scholarhub*. Berkat bantuan *website* yang ditemukan, penulis dapat mengakses berbagai referensi yang dibutuhkan.
17. Felix, Matt McGuire, Luke Holland, Red Velvet, BTS, Day6, Big Bang, Exo, Lewis Capaldi, Imagine Dragon, JB, Hindia, Sia, Little Mix dan Surface selaku musisi. Terima kasih atas karyanya sehingga penulis dapat terhibur selama proses penyelesaian skripsi.
18. Responden yang bersedia mengisi kuisisioner penelitian dengan sebenar-benarnya. Terima kasih atas waktu dan bantuan diberikan.
19. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih telah membantu dan memberikan dukungan kepada penulis tanpa henti.

Surabaya, 1 Maret 2020

Penulis