

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI DIRI DENGAN
CYBERLOAFING PADA MAHASISWA TAHUN KETIGA DI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Safira Ramadani
15000119120041

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275
Email: sfr.rmdn28@gmail.com

ABSTRAK

Regulasi diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur respon diri terhadap lingkungan, dengan cara mengembangkan, mengimplementasikan, dan mempertahankan perilaku untuk mencapai suatu tujuan tertentu. *Cyberloafing* dalam konteks perkuliahan adalah perilaku penggunaan internet yang tidak berkaitan dengan pembelajaran oleh individu sebagai mahasiswa secara personal, dan dilakukan selama jam perkuliahan berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dengan *cyberloafing* pada mahasiswa tahun ketiga di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Populasi penelitian berjumlah 370 mahasiswa dengan sampel penelitian sebanyak 160 mahasiswa berdasarkan teknik *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Regulasi Diri (37 aitem valid, $\alpha = 0,93$) dan Skala *Cyberloafing* (32 aitem valid, $\alpha = 0,94$). Analisis data yang digunakan adalah uji *Spearman Rho* dengan hasil terdapat hubungan positif yang tidak signifikan antara regulasi diri dengan *cyberloafing* pada mahasiswa tahun ketiga di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro ($r = 0,4$, $p > 0,05$). Artinya, regulasi diri tidak berkaitan secara signifikan dengan *cyberloafing* pada mahasiswa tahun ketiga di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

Kata kunci: regulasi diri, *cyberloafing*, mahasiswa tahun ketiga

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-REGULATION AND
CYBERLOAFING AMONG THIRD-YEAR COLLEGE STUDENTS IN
FACULTY OF PSYCHOLOGY DIPONEGORO UNIVERSITY**

Safira Ramadani
15000119120041

Faculty of Psychology Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street, Tembalang, Semarang, 50275
Email: sfr.rmdn28@gmail.com

ABSTRACT

Self-regulation is an individual ability to manage their self-response towards their environment by developing, implementing, and maintaining their behavior to achieve a certain goal. Cyberloafing in the educational setting is an internet usage behavior unrelated to the learning process, done by individuals as students, and is carried out during lecture hours. This research aims to determine the relationship between self-regulation and cyberloafing among third-year college students in the Faculty of Psychology at Diponegoro University. The research population consisted of 370 college students with 160 college students as the research sample, based on simple random sampling. The measuring tools used in this study are the Self-Regulation Scale (37 valid items, $\alpha = 0,93$) and the Cyberloafing Scale (32 valid items, $\alpha = 0,94$). The data analysis used was the Spearman Rho test with the result that there was an insignificant positive relationship between self-regulation and cyberloafing among third-year college students in Faculty of Psychology, Diponegoro University ($r = 0,4$, $p > 0,05$). It can be concluded that self-regulation is not significantly related to cyberloafing in third-year students in the Faculty of Psychology, Diponegoro University.

Keyword: self-regulation, cyberloafing, third-year college students