

HUBUNGAN BOREDOME DENGAN CYBERSLACKING PADA MAHASISWA

Nurul Syafiqah¹

¹Universitas Negeri Padang, Jl. Prof Hamka, Air Tawar, Padang, Sumatera Barat, Indonesia.
Email: mbakze101021@gmail.com

Article History

Received: 30-11-2024

Revision: 09-02-2025

Accepted: 08-03-2025

Published: 13-06-2025

Abstract. This study aims to see the relationship between boredom and cyberslacking in students at (UNP) Padang State University. This study applies a quantitative approach by involving Padang State University students as the population in the research and a total sample of 346 students determined through the cluster random sampling technique. Data was collected through questionnaires to measure cyberslacking and boredom based on the concept of cyberslacking. The analysis of the data was carried out by the Pearson Product Moment correlation test with the help of the SPSS 26 for Windows program. The results showed that in general, cyberslacking and boredom in students were in the medium category, with a Pearson correlation value of 0.684 for the variables of cyberslacking and boredom.

Keywords: Cyberslacking, Boredom, College Student

Abstrak. Penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat hubungan *boredom* terhadap *cyberslacking* pada mahasiswa di (UNP) Universitas Negeri Padang. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan melibatkan mahasiswa Universitas Negeri Padang sebagai populasi dalam penelitian dan total sampel sebanyak 346 mahasiswa yang ditentukan melalui teknik *cluster random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner untuk mengukur *cyberslacking* dan *boredom* berdasarkan konsep *cyberslacking*. Analisis pada data dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Product Moment* atas bantuan program SPSS 26 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum, *cyberslacking* dan *boredom* pada mahasiswa berada pada kategori sedang, dengan nilai *Pearson correlation* sebesar 0,684 untuk variabel *cyberslacking* dan *boredom*.

Kata Kunci: *Cyberslacking*, *Boredom*, Mahasiswa

How to Cite: Syafiqah, N. (2024). Hubungan *Boredom* dengan *Cyberslacking* pada Mahasiswa. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (3), 3894-3900. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i3.2250>

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi telah memberikan pengaruh yang besar bagi berbagai macam individu, dengan keberadaan teknologi pekerjaan individu menjadi semakin efisien dan efektif. Salah satu kemajuan signifikan dalam bidang teknologi yakni penggunaan internet dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan internet telah banyak diterapkan baik itu dalam bidang informasi akademik, kegiatan administrasi, perkuliahan online dan sebagainya (Anam & Prastomo, 2019). Data menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia kini telah mencapai 88,1 juta dengan 49% di antaranya berusia 18 sampai 25 tahun. Menurut data statistik tahun

2019, jumlah pengguna internet pada tahun 2018 tercatat sebanyak 95,2 juta dan mengalami pertumbuhan 13,3% dari tahun 2017 yang pada saat itu berjumlah 84 juta pengguna disertai tahun 2018 dengan pengguna internet mencapai 107,2 juta, yang kemudian pada tahun 2023 diperkirakan mencapai 150 juta pengguna (Anam & Prastomo, 2019). Berdasarkan fenomena tersebut, dapat diketahui bahwa mahasiswa merupakan kalangan yang lebih banyak menghabiskan waktu di depan perangkat mereka untuk menggunakan internet.

Menurut Junco & Cotten (2012) internet memiliki peran penting bagi mereka yang membutuhkan sekumpulan informasi yang berkaitan dengan tugas-tugas yang dilaksanakan, namun dibalik fungsi tersebut internet juga dapat menimbulkan dampak kurang baik yakni *cyberslacking*. *Cyberslacking* merupakan perilaku mengakses internet untuk hal-hal yang tidak terkait dengan pembelajaran contohnya seperti *chatting*, *texting*, *shopping*, bermain game dan mengakses sosial media lainnya seperti Instagram, tiktok, twitter, dan lain-lain (Akbulut et al., 2016). *Cyberslacking* adalah tindakan menunda-nunda atau pemanfaatan akses internet yang dapat mempengaruhi kecenderungan seseorang untuk menunda pekerjaan dan dapat berdampak pada produktivitas kerja (Lavoie & Pychyl, 2001). *Cyberslacking* merupakan kebiasaan individu dalam memanfaatkan internet pada lingkungan pendidikan untuk suatu kepentingan yang tidak berhubungan dengan aktivitas pembelajaran (Simanjuntak et al., 2019). Adapun salah satu karakteristik utama *cyberslacking* adalah tujuan atau motif mereka dalam melakukan tindakan tersebut ialah untuk menghindari tugas-tugas yang diberikan dan menghabiskan waktu untuk menjelajahi hal yang disukai di internet daripada menggunakan waktu untuk beristirahat memulihkan energi untuk kembali fokus (O'Neill et al., 2014)

Berdasarkan survei lapangan yang sudah dilaksanakan peneliti terhadap sejumlah mahasiswa UNP, sebanyak 146 responden mengungkapkan bahwa 95,9% dari mereka memainkan handphone saat perkuliahan berlangsung dan 60% responden mengakui terlambat dalam menyelesaikan tugas mereka. Alasan mereka melakukan hal tersebut karena mereka merasa bosan atau mengantuk saat perkuliahan. Dampaknya, para responden mengalami kesulitan untuk fokus saat kuliah, catatan tidak lengkap, kesulitan memahami materi, terlambat mengumpulkan tugas, dan akhirnya nilai akademik menurun.

Data lapangan ini sejalan dengan riset Lavoie & Pychyl (2001) yang menunjukkan *cyberslacking* telah menjadi salah satu dari kebiasaan mahasiswa. Mahasiswa yang menggunakan laptop di kelas memiliki kemungkinan sebesar dua pertiga lebih besar untuk terlibat dalam aktivitas *cyberslacking*. Penelitian oleh Nasir et al., (2023) ditunjukkan bahwa perilaku *cyberslacking* berpotensi menjadikan nilai ujian pada mahasiswa menjadi rendah. Lingkungan juga memiliki peran dalam menyebabkan mahasiswa melakukan *cyberslacking*,

namun keinginan internal individu memiliki pengaruh yang lebih besar dalam perilaku tersebut daripada faktor-faktor lingkungan atau pengaruh teman sebaya (Gerow et al., 2010). Faktanya mahasiswa lebih sering melakukan kegiatan lain pada saat ia merasakan bosan dan berupaya tetap fokus pada kegiatan belajar yang sedang dilakukan (Ragan et al., 2014).

Boredom adalah perasaan tidak menyenangkan dalam kegiatan pembelajaran yang disebabkan oleh berbagai faktor seperti rendahnya gairah, situasi yang membosankan dan keinginan untuk segera meninggalkan kelas, waktu yang terasa berjalan lambat, perasaan tidak mendapatkan manfaat dari pelajaran, serta tuntutan pelajaran yang melebihi atau jauh di bawah kemampuan pelajar (Yanti et al., 2022). Kebosanan ini dapat ditandai dengan perasaan waktu yang berjalan lambat, menurunnya motivasi dan minat untuk melakukan aktivitas, kesulitan berkonsentrasi, perasaan tidak nyaman, serta cenderung tidak bersifat aktif. Berdasarkan uraian fenomena yang telah dijelaskan, meskipun ada banyak penelitian yang mengeksplorasi hubungan antara kebosanan (*boredom*) dan *cyberslacking* dalam konteks pekerjaan, hanya ada sedikit penelitian yang meneliti hubungan ini dalam konteks pendidikan. Peneliti menemukan satu penelitian yang secara khusus mempelajari hubungan antara kebosanan dan *cyberslacking* dalam lingkungan akademik. Sisanya, informasi yang menghubungkan kebosanan dengan *cyberslacking* dalam konteks pendidikan biasanya berasal dari laporan diri dalam penelitian mengenai *cyberslacking*. Penelitian ini akan berfokus pada hubungan *boredom* dan *cyberslacking* dalam konteks pendidikan.

METODE

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan atau merangkum kondisi atau berbagai variabel yang ada dalam masyarakat sebagai fokus penelitian (Priadana & Sunarsi, 2021). Jenis metode penelitian yang akan diterapkan dalam langkah-langkah penelitian ini adalah penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian dengan menggunakan metode statistik yang mengukur pengaruh/hubungan antara dua variabel atau lebih (Hamdi & Bahruddin, 2015).

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *probability sampling* yaitu teknik *cluster random sampling* untuk menentukan sampel dalam penelitian ini. *Cluster random sampling* diterapkan ketika anggota populasi dianggap homogen, artinya bahwa karakteristik dalam kluster tersebut tidak banyak berbeda. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa skala. Setiap pertanyaan dalam skala tersebut memungkinkan responden untuk memberikan jawaban yang dapat dinilai dan diberi skor. Skor yang diperoleh dari respons ini kemudian diinterpretasikan untuk mendapatkan pemahaman

yang lebih baik mengenai sikap, perasaan, atau opini yang dimiliki responden terhadap variabel yang diteliti (Azwar, 2012). Alternatif pilihan jawaban yang digunakan dalam skala ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Skor skala *cyberslacking*

Alternative Jawaban	Kode	Skor	
		<i>Favourable</i>	<i>favourable</i> U_i
Tidak Pernah (TP)	1	1	5
Jarang (J)	2	2	4
Kadang-Kadang (KK)	3	3	3
Sering (SR)	4	4	2
Selalu (SL)	5	5	1

Tabel 2. Skor skala *boredom*

Alternative Jawaban		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	1	5
Tidak Setuju (TS)	2	2	4
Netral (N)	3	3	3
Setuju (S)	4	4	2
Sangat Setuju (SS)	5	5	1

HASIL

Tabel 3. Kategorisasi *cyberslacking*

Pedoman	Skor	Kategori	F	%
$X < (\mu - 1\sigma)$	$X < 56$	Rendah	23	6,6%
$(\mu - 1\sigma) \leq X < (\mu + 1\sigma)$	$56 \leq X < 88$	Sedang	179	51,7%
$X \geq (\mu + 1\sigma)$	$X \geq 88$	Tinggi	144	41,6%

Data ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek penelitian memiliki tingkat *cyberslacking* yang sedang, yaitu sebesar 51,7% (179 orang) dari total responden. *Cyberslacking* yang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa subjek dalam kelompok ini memiliki kecenderungan melakukan aktivitas *online* non-pekerjaan selama waktu kerja atau belajar, tetapi frekuensinya masih dalam batas yang tidak ekstrem. Subjek-subjek ini kemungkinan terlibat dalam *cyberslacking* sesekali atau dalam jumlah waktu yang sedang, tanpa mengganggu produktivitas utama secara signifikan.

Temuan ini memberikan gambaran tentang distribusi tingkat *cyberslacking* di antara subjek yang diteliti. Sebaran data pada kategori ini menggambarkan bahwa mereka mungkin masih memiliki kontrol terhadap penggunaan waktu mereka, tetapi terkadang terdistraksi oleh

aktivitas digital yang tidak berhubungan dengan pekerjaan atau studi. Meski tidak secara berlebihan, perilaku *cyberslacking* pada kelompok ini tetap bisa berdampak pada efisiensi dan fokus mereka, terutama jika aktivitas tersebut terjadi secara berulang.

Tabel 4. Uji hipotesis

Variabel	N	P	Pearson Correlation
<i>Cyberslacking</i> <i>Boredom</i>	346	0,000	0,684

Berdasarkan hasil uji hipotesis pada tabel tersebut, ditemukan bahwa untuk variabel *cyberslacking* dan boredom, nilai $P = 0,000$. Ini berarti bahwa nilai P berada di bawah ambang batas signifikansi umum ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Selain itu, dari tabel dapat dilihat bahwa nilai *Pearson correlation* (korelasi Pearson) untuk kedua variabel adalah 0,684, yang menunjukkan bahwa hubungan antara *cyberslacking* dan *boredom* bersifat positif. Korelasi positif ini berarti bahwa ketika nilai variabel *boredom* meningkat, maka nilai *cyberslacking* juga cenderung meningkat, dan sebaliknya. Dengan nilai korelasi 0,684, hubungan ini berada dalam kategori korelasi kuat berdasarkan pedoman korelasi yang umum digunakan. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kebosanan dan *cyberslacking*, di mana semakin tinggi tingkat kebosanan seseorang, semakin besar kecenderungannya untuk melakukan *cyberslacking*.

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara rasa bosan (*boredom*) dan kecenderungan untuk melakukan *cyberslacking* (penggunaan internet untuk aktivitas pribadi saat belajar) di kalangan mahasiswa Universitas Negeri Padang. Hasil analisis menunjukkan nilai $P = 0,000$, yang mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini berarti ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut, menunjukkan bahwa tingkat kebosanan yang dialami mahasiswa berhubungan langsung dengan kecenderungan mereka untuk terlibat dalam aktivitas *cyberslacking*. Dengan kata lain, semakin tinggi rasa bosan mahasiswa, semakin besar kemungkinan mereka melakukan *cyberslacking* selama waktu belajar.

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan SPSS, diperoleh nilai *Pearson correlation* sebesar 0,684 untuk variabel *cyberslacking* dan boredom. Nilai ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif. Artinya, semakin tinggi tingkat kebosanan yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk

melakukan *cyberslacking*. Korelasi positif ini menunjukkan hubungan yang searah, di mana kenaikan pada satu variabel (*boredom*) diikuti oleh kenaikan pada variabel lainnya (*cyberslacking*). Korelasi positif ini menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung mencari distraksi melalui internet ketika mereka merasa bosan, yang mengindikasikan bahwa kebosanan dapat memicu perilaku yang kurang produktif, seperti *cyberslacking*. Penelitian Azizah & Setyawati (2019) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang mengalami kebosanan cenderung memanfaatkan jaringan internet sebagai cara untuk menghilangkan rasa bosan yang mereka alami. Dalam situasi ini, pelajar menggunakan *smartphone* untuk mengakses media sosial disaat perkuliahan berlangsung di kelas dan tidak ada hubungannya dengan apa yang sedang di pelajari.

Mirsha & Tajeja (2022) menyatakan bahwa saat merasa bosan, seseorang cenderung mencari cara untuk menghilangkannya, misalnya dengan mengakses internet, meskipun kegiatan tersebut sering kali tidak berhubungan dengan keperluan akademis mereka saat seharusnya belajar. Menurut Azizah (2019), dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa kegiatan mengakses internet (*cyberslacking*) dapat mengatasi kebosanan dengan nilai korelasi sebesar 0,46. Temuan ini menunjukkan bahwa kebosanan mendorong individu untuk mencari distraksi yang dapat memberikan hiburan atau variasi dari rutinitas yang monoton. Temuan Yanti et al. (2022), menyatakan bahwa *boredom* berhubungan positif dan signifikan dengan *cyberslacking*, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa kebosanan menjadi alasan utama yang banyak disebutkan oleh pelajar untuk melakukan tindakan *cyberslacking*. Temuan ini menggambarkan bagaimana kebosanan dapat menjadi pendorong yang kuat bagi mahasiswa untuk mencari aktivitas alternatif yang lebih menarik, meskipun aktivitas tersebut tidak berkaitan dengan studi mereka. Lebih lanjut, hasil penelitian sejalan dengan temuan Simanjuntak et al. (2018) dan Kornhauser et al. (2016), yang menunjukkan bahwa pelajar yang melakukan *cyberslacking* karena kebosanan cenderung berkaitan dengan nilai akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan partisipan yang melakukan *cyberslacking* karena alasan lain.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan kebosanan memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *cyberslacking* di kalangan mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kebosanan cenderung mencari distraksi melalui internet, terutama dengan menggunakan *smartphone* untuk mengakses media sosial dan konten non-akademik. Oleh sebab itu, penting bagi institusi pendidikan merancang strategi pembelajaran yang menarik dan interaktif guna mengurangi rasa bosan yang dialami mahasiswa. Dengan demikian, diharapkan dapat meningkatkan keterlibatan mahasiswa dalam

proses belajar, sekaligus meminimalisir perilaku *cyberslacking* yang berpotensi mengganggu pencapaian akademik mereka.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *boredom* (kebosanan) dan *cyberslacking* pada mahasiswa Universitas Negeri Padang dengan kategori *cyberslacking* yang tergolong sedang.

REFERENSI

- 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.
- Anam, K., & Prastomo, G. A. (2019). Fenomena cyberslacking pada mahasiswa.
- Azizah, S. N., & Setyawati, H. A. (2019). Cyberloafing sebagai strategi mengatasi kebosanan kerja. *Fokus Bisnis: Media Pengkajian Manajemen Dan Akuntansi*, 18(1), 1-7.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi (II). PUSTAKA PELAJAR.
- Gerow, J. E., Galluch, P. S., & Thatcher, J. B. (2010). To slack or not to slack: Internet usage in the classroom. *JITTA: Journal of Information Technology Theory and Application*, 11(3), 5.
- Hamdi, A. S., & Bahrudin, E. (2015) Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi Dalam Pendidikan. Deepublish.
- Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah, 11(3), 202-210.
- Junco, R., & Cotten, S. R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic performance. *Computers & Education*, 59(2), 505-514.
- 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.
- Lavoie, J. A., & Pychyl, T. A. (2001). Cyberslacking and the procrastination superhighway: A web-based survey of online procrastination, attitudes, and emotion. *Social Science Computer Review*, 19(4), 431-444.
- Mishra, D., & Tajeja, N. (2022). Cyberslacking for coping stress? Exploring the role of mindfulness as personal resource. *International Journal of Global Business and Competitiveness*, 17(Suppl 1), 56-67.
- Nasir, N., Adetya, S., & Yuliana, Y. V. (2023). Dampak Cyberslacking pada Tingkat Pembelajaran Mahasiswa. *Journal on Education*, 5(2), 4624-4632.
- O'Neill, T. A., Hambley, L. A., & Chatellier, G. S. (2014). Cyberslacking, engagement, and personality in distributed work environments. *Computers in Human Behavior*, 40, 152-161.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. Pascal Books.
- Ragan, E. D., Jennings, S. R., Massey, J. D., & Doolittle, P. E. (2014). Unregulated use of laptops over time in large lecture classes. *Computers & Education*, 78, 78-86.
- 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.
- 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.