
HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *CYBERSLACKING* PADA MAHASISWA

Fara Diba Ferlyta¹, Daniel Kanna Prayitno²

^{1,2}Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Email: ddibbah@gmail.com¹, kannaprayitno16@gmail.com²

Abstrak

Penggunaan internet sangat umum terjadi di kalangan mahasiswa, selain digunakan diluar jam perkuliahan, tak jarang mahasiswa menggunakan internet untuk mengakses banyak hal diluar perkuliahan namun dilakukan saat jam perkuliahan (*cyberslacking*). *Loneliness* atau kesepian adalah salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan perilaku *cyberslacking*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara *loneliness* dengan *cyberslacking*. Subjek dalam penelitian ini adalah 147 mahasiswa. Data diambil menggunakan kuisioner yang disebar melalui *google form*. Teknik analisis data yang digunakan adalah *product moment* yang dikembangkan oleh *spearman*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variable yang memiliki korelasi korelasi (r_{xy}) = 0,231 dengan $p = 0,005$ ($p < 0,050$). Dari perhitungan nilai determinasi (R^2) dalam penelitian ini diperoleh hasil 0,053, hal ini menunjukkan bahwa kesepian menjadi faktor dalam perilaku *cyberslacking* sebesar 5,3% sedangkan 94,7% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci: *Loneliness, Cyberslacking, Mahasiswa.*

Abstract

The use of the internet is very common among students, apart from being used outside of lecture hours, it is not uncommon for students to use the internet to access many things outside of lectures but during lecture hours (cyberslacking). Loneliness or loneliness is one of the factors that cause students to engage in cyberslacking behavior. This research was conducted to determine the relationship between loneliness and cyberslacking in students. The hypothesis in this study is that there is a significant relationship between loneliness and cyberslacking. The subjects in this study were 147 students. Data was taken using a questionnaire distributed via google form. The data analysis technique used is the product moment developed by Spearman. The results showed a positive relationship between the two variables which had a correlation correlation (r_{xy}) = 0.231 with $p = 0.005$ ($p < 0.050$). From the calculation of the value of determination (R^2) in this study, the result was 0.053, this shows that loneliness is a factor in cyberslacking behavior by 5.3% while the remaining 94.7% is influenced by other factors.

Keywords: *Loneliness, Cyberslacking, Student.*

PENDAHULUAN

Seiring dengan semakin berkembangnya zaman, teknologi pun akan semakin canggih. Salah satu teknologi yang paling sering digunakan oleh mahasiswa adalah internet. Pada saat ini penggunaan internet sangatlah penting untuk kehidupan perkuliahan, selain untuk kuliah online, internet juga digunakan untuk mengakses media sosial, dan berbagai keperluan lain yang dapat diakses di internet.

Menurut *We Are Social* (2021) pengguna media sosial di dunia terus meningkat setiap tahunnya. Tercatat sejak Januari 2021 pengguna media sosial meningkat mencapai 4,2 miliar atau bertambah sekitar 13,2% pengguna dibandingkan dengan periode yang sama pada tahun sebelumnya. Dan jika dirinci lebih lanjut, rata-rata pengguna baru media sosial meningkat lebih dari 1,3 juta pengguna setiap harinya sejak 2020, atau setara dengan 155 ribu pengguna baru media sosial setiap detiknya.

Dikalangan mahasiswa sendiri penggunaan internet sangat penting untuk mengakses kebutuhan perkuliahan, namun tak jarang mahasiswa menggunakan kesempatan itu untuk mengakses hal lain saat melakukan perkuliahan selain materi, seperti mengakses sosial media. Pengaksesan internet yang dilakukan mahasiswa saat melakukan perkuliahan namun tidak ada hubungan dengan perkuliahan seperti mengakses *facebook*, *Instagram*, *tiktok* dan berbagai sosial media lain dapat disebut dengan *cyberslacking*. Akbulut, dkk., (2016) mengemukakan bahwa *cyberslacking* adalah penggunaan internet untuk tujuan diluar akademik atau non-akademik.

Menurut Akbulut, dkk. (2016) aspek-aspek dari *cyberslacking* adalah *sharing*, *shopping*, *real-time update*, *accessing online content*, *gaming/gambling*. *Sharing* adalah suatu hal yang dilakukan oleh mahasiswa dengan cara mengecek postingan di media sosial, memberikan komentar di media sosial orang lain, melakukan pembicaraan dengan orang lain, dan berbagai aktivitas lain yang dapat dibagikan dengan orang lain. Yang kedua *shopping* adalah ketika mahasiswa belanja secara online ketika sedang melakukan perkuliahan. *Real-time updating* adalah suatu aktivitas yang dilakukan mahasiswa seperti mengunggah sesuatu di internet, seperti mengunggah foto atau video disaat perkuliahan berlangsung. *Accessing online content* adalah suatu aktivitas yang dilakukan mahasiswa yang menggunakan music, video ataupun aplikasi lain yang terdapat banyak sekali di internet yang bisa diakses ketika perkuliahan berlangsung. Dan yang terakhir adalah *gaming/gambling* hal ini adalah perilaku paling tidak menyenangkan karena ketika bermain *game*

atau melakukan perjudian online memerlukan focus yang banyak, dan ketika melakukan perkuliahan pun mahasiswa membutuhkan focus yang banyak, maka dari itu ketika melangsungkan perkuliahan disambi dengan bermain game dan perjudian online adalah hal yang paling tidak patut dilakukan oleh mahasiswa.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Simajuntak, E., dkk., (2019) mendapatkan hasil bahwa dari 220 mahasiswa fakultas psikologi di sebuah Universitas swasta di Surabaya dengan kategorisasi rentang usia 18-23 tahun yang berjudul Skala *Cyberslacking* pada Mahasiswa, yang mana penelitian ini diteliti menggunakan skala yang diadopsi dengan menggunakan aspek dari teori Akbulut, dkk., (2016) yang didapatkan hasil bahwa skala ini dapat digunakan sebagai alat ukur untuk fenomena *cyberslacking* pada mahasiswa, yang dapat membantu mengembangkan penelitian *cyberslacking* akademik di Indonesia.

Faktor yang melatarbelakangi terjadinya perilaku *cyberslacking* menurut Ozler dan Polat (2012) terbagi menjadi tiga yaitu yang pertama faktor individual yang terdiri dari malu, kesepian (*loneliness*), *isolation*, control diri, harga diri, *locus of control*, kebiasaan, adiksi internet, demografis, keinginan untuk terlibat sesuatu, norma sosial, dan juga kode etik personal atau kode etik yang dimiliki oleh individu. Lalu faktor yang kedua adalah organisasi, yaitu meliputi pembatasan pada penggunaan internet, hasil yang diharapkan, dukungan sosial, pandangan lingkungan terhadap *cyberslacking*, sikap mahasiswa dan karakteristik perkuliahan yang sedang dilakukan. Sedangkan faktor yang terakhir adalah faktor situasional terdiri dari kedekatan antara mahasiswa dengan dosen dan mahasiswa dengan lingkungan.

Berdasarkan dari faktor yang telah dijelaskan diatas maka salah satu faktor yang menyebabkan mahasiswa melakukan *cyberslacking* adalah kesepian. Menurut Lee and Cagle (2017) mengemukakan bahwa kesepian adalah suatu perasaan tertekan yang dirasakan seseorang yang terisolasi dari kehidupan sosial dan kurangnya persahabatan yang berarti.

Menurut Lee dan Cagle (2017) terdapat dua aspek kesepian yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Kesepian emosional adalah ketika seseorang merasa terisolasi dari kehidupan sosialnya akan menyebabkan orang tersebut merasa kesepian, untuk beberapa waktu merasa tidak memiliki teman untuk bercerita, atau merasa ditinggalkan oleh lingkungan, sehingga membuat seseorang dalam beberapa saat merasa sendiri dan kesepian. Sedangkan kesepian sosial adalah ketika seseorang merasa tidak cocok dengan lingkungannya, merasa tidak selaras dan tidak

sepemikiran dengan lingkungan sekitar, tidak merasa dekat dengan siapapun, dan merasa bahwa tidak ada satupun orang yang memahaminya, sehingga membuat seseorang merasa sendirian dan kesepian.

Maka berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa, untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kesepian dengan *cyberslacking* pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini terdapat dua variable yaitu *cyberslacking* sebagai variable tergantung dan *loneliness* sebagai variable bebas. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 147 mahasiswa yang berusia 18-24 tahun yang merupakan pengguna aktif internet. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala *cyberslacking* yang dibuat berdasarkan aspek *cyberslacking* yang dikemukakan oleh Akbulut (2016) yaitu *sharing*, *shopping*, *gaming/gambling*, *real-time update*, *accessing online content*, dan skala *loneliness* yang dibuat berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Lee dan Cagle (2017) yaitu ketika seseorang merasa terisolasi dan tidak adanya hubungan sosial.

Skala *cyberslacking* diukur dengan menggunakan kuisioner, yang disusun berdasar format skala *likert* yang terdiri dari 30 pernyataan, 15 aitem bersifat Favorabel, dan 15 aitem lainnya bersifat unfavorable. Dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban dalam rentang 1 sampai 4 dari sangat tidak sesuai (STS) hingga sangat sesuai (SS) dengan format 1(TS), 2 (TS), 3 (S), dan 4 (SS). Berdasarkan hasil perhitungan analisis statistic menggunakan *software SPSS* menunjukkan bahwa dari 30 aitem terdapat 7 aitem yang gugur dengan koefisien aitem-total (rix) dibawah 0,30 yaitu aitem nomor 8,10,16,17,20,25, dan 30. Adapun 23 aitem lainnya dinyatakan tidak gugur atau valid karena memenuhi kriteria koefisien aitem-total (rix) dengan daya beda aitem berada di rentang 0,308-0,630. Uji reliabilitas skala ini diukur dengan menggunakan rumus *Cronbach Alpha*, dengan hasil koefisien sebesar 0,880 sehingga dapat dinyatakan bahwa skala *cyberslacking* layak untuk dijadikan alat ukur psikologi.

Sedangkan, skala *loneliness* terdiri dari 12 pernyataan, 6 aitem bersifat Favorabel, dan 6 aitem lainnya bersifat unfavorable. dimana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban dalam rentang 1 sampai 4 dari sangat tidak sesuai (STS) hingga sangat sesuai (SS) dengan format

1(TS), 2 (TS), 3 (S), dan 4 (SS). Berdasarkan hasil perhitungan analisis statistic menggunakan *software SPSS* menunjukkan bahwa dari 12 aitem terdapat 2 aitem yang gugur dengan koefisien aitem-total (rix) dibawah 0,30 yaitu aitem nomor 2 dan 11. Adapun 10 aitem lainnya dinyatakan tidak gugur atau valid karena memenuhi kriteria koefisien aitem-total (rix) dengan daya beda aitem berada di rentang 0,325-0,732. Uji reliabilitas skala ini diukur dengan menggunakan rumus *Cronbach Alpha*, dengan hasil koefisien sebesar 0,839 sehingga dapat dinyatakan bahwa skala *loneliness* layak untuk dijadikan alat ukur psikologi.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi, yaitu analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variable yang dalam penelitian ini adalah variable *cyberslacking* dan *loneliness* pada mahasiswa. Maka dari itu, pada penelitian ini analisis data yang digunakan adalah *product moment* yang dikembangkan oleh *spearman*, yang dilaksanakan melalui program *SPSS 26 For Windows*. Dan akan didapatkan hasil semakin tinggi tingkat kesepian mahasiswa maka semakin tinggi pula perilaku *cyberslacking*, dan sebaliknya semakin rendah tingkat kesepian maka semakin rendah pula perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti deidapatkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variable yang memiliki korelasi (r_{xy}) = 0,231 dengan $p = 0,005$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan yaitu semakin tinggi *loneliness* maka semakin tinggi pula *cyberslacking* pada mahasiswa, sebaliknya semakin rendah *loneliness* maka semakin rendah pula *cyberslacking* pada mahasiswa.

Dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara *cyberslacking* dengan *loneliness*. Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Budiana (2018) yang dilakukan kepada 74 karyawan yang bekerja di RSUD Haji Surabaya bagian Administrasi mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara *loneliness* dengan perilaku *cyberslacking* pada karyawan RSUD Haji Surabaya, penelitian dilakukan dengan menggunakan metode skala psikologi. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *loneliness* dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku *cyberslacking*.

Skala ini dilakukan dengan membuat kuisisioner melalui *google form* yang disebar melalui media sosial *twitter*, *Instagram*, *line*, dan *whatsapp*. Yang didapatkan sebanyak 147 responden. Pada penelitian ini terdapat sekitar 23,6% responden laki-laki dan 76,4% responden perempuan, dengan rentang usia 18-21 tahun sekitar 61,8% responden dan rentang usia 22-24 tahun sekitar 38,2% responden, yang berasal dari beberapa universitas yang ada di Indonesia. Hal ini sedikit berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ozdamli & Ercag (2021) yang mana berdasarkan hasil penelitiannya didapatkan bahwa sebagian besar *cyberslacking* dilakukan oleh laki-laki karena kebanyakan laki-laki cenderung bermain game didalam kelas dibanding perempuan, namun dalam penelitian ini cenderung lebih tinggi perempuan dikarenakan subjek dalam penelitian ini cenderung lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki.

Pontes, Griffiths, & Patrão (2014) melakukan penelitian pada 131 siswa di Portugal yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan *cyberslacking*, yang mana dinyatakan bahwa 13% siswa berada di tingkat tinggi pecandu internet dan 8,4% siswa dinyatakan memiliki tingkat kesepian yang sangat tinggi. Pada penelitian ini didapatkan hasil tingkat kategorisasi untuk variable *cyberslacking* pada tingkat tinggi terdapat 19,7%, tingkat sedang 65,5% dan tingkat rendah terdapat 15%. Sedangkan untuk variable *loneliness* atau kesepian kategorisasi pada tingkat tinggi terdapat 18,4%, sedang 66,7%, dan pada tingkat rendah terdapat 15%.

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil dan pembahasan dalam penelitian ini bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dan terdapat hubungan positif antara *cyberslacking* dan *loneliness*, yang dimana semakin tinggi *cyberslacking* maka semakin tinggi *loneliness*, sebaliknya semakin rendah *cyberslacking* maka semakin rendah pula *loneliness*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan penjasalam yang telah dilakukan oleh peneliti, maka dapat disimpulkan bahwa *cyberslacking* adalah perilaku mahasiswa yang mengakses internet untuk keperluan pribadi atau non-akademik disaat perkuliahan sedang berlangsung, seperti mengakses internet untuk melihat media sosial, mengunggah sesuatu di media sosial, berkomunikasi secara daring dengan orang lain, berbelanja secara online, bermain game bahkan hingga bermain judi online disaat perkuliahan sedang berlangsung, yang salah satu faktor penyebabnya adalah *loneliness* atau kesepian. *Loneliness* atau kesepian adalah suatu perasaan ketika seseorang merasa

terisolasi dan memiliki hubungan sosial dengan lingkungan yang kurang baik, dan terdapat dua aspek kesepian yaitu kesepian sosial dan kesepian emosional.

Terdapat beberapa kategori untuk tingkat perilaku *cyberslacking* dan tingkat kesepian atau *loneliness* yaitu variable *cyberslacking* pada tingkat tinggi terdapat 19,7%, tingkat sedang 65,5% dan tingkat rendah terdapat 15%. Sedangkan untuk variable *loneliness* atau kesepian kategorisasi pada tingkat tinggi terdapat 18,4%, sedang 66,7%, dan pada tingkat rendah terdapat 15%.

Yang didapatkan hasil bahwa hubungan *loneliness* dengan *cyberslacking* pada mahasiswa adalah hubungan yang normal dan linear. Hipotesis dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan yang positif antara *loneliness* dengan *cyberslacking* yang mana semakin tinggi tingkat *loneliness* maka semakin tinggi pula *cyberslacking*, sebaliknya semakin rendah tingkat *loneliness* semakin rendah pula *cyberslacking* pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul. Y. (2022). *Teknik pengambilan sampel dalam penelitian. Diakses pada tanggal 9 Agustus 2022.* <https://penerbitbukudeepublish.com>
- Ajimat, Husnul, N. R. I., Prasetya, E. R., Purnomo, L. I., & Sadewa, P. (2020). *Statistik deskriptif..* Tangerang Selatan: Unpam Press.
- 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. [doi: 10.1016/j.chb.2015.11.002](https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.002)
- Bahari, A. K. & Afiati, N. S. (2021). Apakah mahasiswa benar-benar mengakses internet untuk belajar? Studi deskriptif tentang *cyberslacking* pada mahasiswa selama pandemic covid-19. *E-jurnal mercubuana Yogyakarta*, 1-10
- Baron, R. A & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial jilid 2.* Jakarta : Erlangga.
- Blanchard, A. L & Henle, C. A. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 1067-1084. [doi: 10.1016/j.chb.2007.03.008](https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.03.008)
- Budiana, F. A (2018). Hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberloafing* pada Karyawan. *Skripsi.* Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

- Caccioppo, J. T., & Caccioppo, S. (2018). Chapter three – loneliness in the modern age: an evolutionary theory of loneliness (ETL). *Advances in experimental social psychology*. 58, 127-197. [doi: 10.1016/bs.aesp.2018.03.003](https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2018.03.003)
- Christiansen, J., Lund, R., Qualther, P., Andersen, C. M., Pedersen, S. S., & Lasgaard, M. (2020). Loneliness, social isolation, and chronic disease outcomes. *Society of Behavioral Medicine*. 55(3), 203–215. DOI: [10.1093/abm/kaaa044](https://doi.org/10.1093/abm/kaaa044)
- Colak, M & Cetin, C. (2021). Loneliness and Cyberloafing in the Time of COVID-19: A Psychological Perspective. *Research Article*. 57, 15-27. [Doi: 10.2478/ijcm-2021-0002](https://doi.org/10.2478/ijcm-2021-0002)
- Deaux, K., Dane, F. C., Wrighsman, L. S., & Sigelman, C. K (1993). *Social psychology in the '90s*. California : Cole Publishing Company
- Fitriah, E. A. (2014). *Psikologi sosial terapan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Gökçearslan, S., Mumcu, F. K., Haşlamam, T.. & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers In Human Behavior*. 63, 639-649. [doi: 10.1016/j.chb.2016.05.091](https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.091)
- Hawkley, L. C. & Cacioppo, J. T. (2010) Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *The Society of Behavioral Medicine*. 40(2), 218–227. DOI: [10.1007/s12160-010-9210-8](https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8)
- Hendayani, N., & Abdullah, S. M. (2018). Dukungan teman sebaya dan kematangan karier mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 06(1), 28-40.
- HIMPSI (2018). *Psikologi dan Pendidikan dalam Konteks kebangsaan*. <https://publikasi.himpsi.or.id/buku-himpsi/bp03fbce8a2b4d5be123ae43a1cebe6766c788f846dfa9a4bed85d283391523ead82/#p=4>
- Kembaren, D. R. S (2017). Hubungan antara kesepian dan kecenderungan narsistik pada pengguna jejaring sosial media instagram. *Jurnal Psikologi*. 16(2), 147-154.
- Larasati, N. A. (2020). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Lee, J. & Cagle, J. G. (2017). Validating the 11-item revised University of California Los Angeles scale to asses loneliness among older adults: an evaluation of factor structure and other

- measurement properties. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 25(11). 1173-1183.
[doi: 10.1016/j.jagp.2017.06.004](https://doi.org/10.1016/j.jagp.2017.06.004)
- Li, X. & Liu, D. (2022). The influence of technostress on cyberslacking of college students in technology-enhanced learning: mediating effects of deficient self-control and burnout. *Environment research of public health*. 19(18), 1-12. [doi: 10.3390/ijerph191811800](https://doi.org/10.3390/ijerph191811800)
- Lim, V. K. G. (2002). The IT way of loafing on the job : cyberloafing, neutralizing and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*. 23, 675-694. [doi: 10.1002/job.161](https://doi.org/10.1002/job.161)
- Mumu, J. R., Connolly, R., Wanke, P., & Azad, M. A. K. (2022). Understanding cyberslacking intention during Covid-19 online classes: An fsQCA analysis. *Proceedings of the 55th Hawaii International Conference on System Sciences*, 1-10. [doi: 10.24251/HICSS.2022.358](https://doi.org/10.24251/HICSS.2022.358)
- Nurudin, M., Mara, M. N., & Kusanandar, D. (2014). Ukuran sampel dan distribusi sampling dari beberapa variabel random kontinu. *Bulletin Ilmiah Mat. Stat. dan Terapannya (Bimaster)*. 03 (1), 1-6.
- Odzamli, F. & Ercag, E. (2021). Cybersloafing among university students. *TEM journal*. 10(1), 421-426. [DOI: 10.18421/TEM101-53](https://doi.org/10.18421/TEM101-53)
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *Encyclopedia of Mental Health*. 2, 571-581
- Polat, G & Ozler, D. E (2012). *Cyberloafing phenomenon in organizations: determinants and Impacts. international journal of eBusiness and eGovernment Studies*. Vol 4, No 2, 2012
ISSN: 2146-0744
- Pontes, H. M., Griffiths, M. D., & Patrão, I. M. (2014) Internet Addiction and Loneliness Among Children and Adolescents in the Education Setting: An Empirical Pilot Study. *Aloma*. 32(1), 91-98
- Putri, Y. V. S & Sokang, Y. A (2017). Gambaran *cyberslacking* pada mahasiswa. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia 2017 Vol. 2, No. 1, Hal 9-17*.
- Rana, N. P., Slade, E. Kitching, S., & Dwivedi, Y. K. (2019) The IT way of loafing in calss: Extending the theory of planned behavior (TPB) to understand students cyberslacking intentions. *Computers in Human Behavior*. 101, 114-123. [doi: 10.1016/j.chb.2019.07.022](https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.022)
- Riyanto, A. D. (2021). *Hootsuite (We Are Social): Indonesian digital report 2021*. Diakses dari <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2021/>

- Russel, D. W., Cutrona, C. E., McRae, C., & Gomez, M. (2011) Is loneliness the same as being alone?. *The Journal of Psychology*. 146 (1-2), 7-22. [doi.org: 10.1080/00223980.2011.589414](https://doi.org/10.1080/00223980.2011.589414)
- Setiawan, W. Y. (2019). *The impact of cyber-slacking on accounting students' academic performance: A preliminary Study. Review of integrative business and economic Research*. 8.
- Sharma, S. (2020). I want it my way: Using consumerism and neutralization theory to understand students' cyberslacking behavior. *International Journal of Information Management*. 53. [doi: 10.1016/j.ijinfomgt.2020.102131](https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2020.102131)
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. and Ardi, R. (2018). *Cyberslacking: A literature review of non-academic media-multitasking of University Students. Journal of Educational, Health and Community Psychology* Vol 7, No 3.
- Simanjuntak, E., Fajrianti, Purwono & Ardi, R. (2019). Skala *cyberslacking* pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi* Vol. 18 No. 1 April 2019, 55-6.
- Simanjuntak, E., Nawangsari, N. and Ardi, R. (2018). *Cyber Slacking among University Students: The role of internet habit strength, media multitasking efficacy and self regulated learning. Improving mental health and harmony in Global Community*, pages 239-247.
- Sugiyono (2014). *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.
- 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. [doi: 10.1016/j.compedu.2014.11.009](https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.11.009)
- Watson, D. L., Tregerthan, G. D., & Frank, J. (1984). *Social psychology science and application*. United States of America : Librari of Congress Cataloging in Publications Data.
- Widyalisti, N. (2021). Hubungan antara berpikir positif dengan kesepian pada mahasiswa rantau di Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Wirman, A. (2021). Hubungan antara *loneliness* dengan perilaku *cyberloafing* pada Guru SDIT di Kota Pekanbaru. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Wright, S. L., Burt, C. D. B., & Strongman, K. T. (2006). Loneliness in the workplace: construct definition and scale development. *New Zealand Journal of Psychology*, 35(2), 59-68.

Zariulhaq, F. S. (2021). Kesepian dengan *cyberloafing*. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.