***HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN CYBERSLACKING PADA MAHASISWA YANG MENGIKUTI KULIAH DARING DI MASA PANDEMI***

***THE CORRELATION BETWEEN ACADEMIC STRESS AND CYBERSLACKING IN COLLEGE STUDENT TAKING ONLINE LECTURES DURING PANDEMIC***

**Novita Fanisha Putri1, Martaria Rizky Rinaldi 2**

1,2Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[1Novitafanisha@gmail.com](mailto:1Novitafanisha@gmail.com)

108994106510

**Abstrak**

Mahasiswa yang mengalami stres saat perkuliahan daring dapat memicu terjadinya perilaku *cyberslacking*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Karakteristik subjek yaitu mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan Sarjana di Perguruan Tinggi, dan mahasiswa yang mengikuti kuliah daring. Subjek penelitian ini berjumlah 107 mahasiswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode Pengumpulan data menggunakan Skala *Cyberslacking* dan Skala Stres Akademik. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh hasil korelasi (rxy) = 0,204 dengan p = 0,017 (p < 0,050). berarti ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Hal ini menunjukkan hipotesis yang diajukan diterima. Koefisien determinansi (R2) yang diperoleh sebesar 0,042, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel stres akademik memiliki kontribusi sebesar 4,2% terhadap variabel *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi dan sisanya 95,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

**Kata kunci**: stres akademik, *cyberslacking*, mahasiswa

**Abstract**

*College student who experience stress in online lectures can trigger cyberslacking behavior. This research aimed to indicate the correlation between academic stress and cyberslacking in college student taking online lectures during pandemic. The hypothesis proposed is that there is a positive correlation between academic stress and cyberslacking in college student taking online lectures during pandemic. Characteristics of the subject were active college student taking pursuing a undergrad in college, and college student taking online lectures. The subject of this research was 207 students. The method used in this research is quantitative research. The data collection method used the Academic Stress Scale and Cyberslacking Scale. The data collection method used the Academic Stress Scale and Cyberslacking Scale. The data analysis technique applied product moment correlation analysis. Based on the results of data analysis, the correlation results (rxy) = 0.204 with p = 0.017 (p < 0.050). This means that there is a positive correlation between academic stress and cyberslacking in college student taking online lectures during pandemic. This shows that the proposed hypothesis is accepted. The coefficient of determination (R2) obtained is 0.042, indicating that the academic stress variable has a 4.2% contribution to the cyberslacking variable and the remaining 95.8% is influenced by other variables.*

***Keywords****:* *academic stress, cyberslacking, college student.*

# **PENDAHULUAN**

Maulana & Hamidi (2020) pembelajaran daring merupakan pendidikan jarak jauh secara *online* dengan tujuan untuk meningkatkan akses bagi peserta didik untuk memperoleh pembelajaran yang lebih baik dan bermutu. Secara umum pembelajaran daring dapat dilaksanakan dengan dua cara yaitu secara asinkron dan secara sinkron, pembelajaran daring secara asinkron dapat dilakukan dengan cara pendidik memberikan bahan ajar yang dapat diakses oleh peserta didik pada waktu pembelajaran, sedangkan pembelajaran daring secara sinkron bersifat *real time* sehingga terjadi komunikasi antara pendidik dengan peserta didik pada waktu yang sama (Firman dkk, 2021).

Proses pembelajaran daring seharusnya lebih mudah dilaksanakan, karena terdapat kelebihan yaitu tidak terbatasi oleh ruang dan waktu pelaksanaan kuliah sehingga lebih mudah diatur dan tidak ada waktu terbuang untuk perjalanan (Manapa dkk, 2020). Selain itu pembelajaran daring dapat membuat mahasiswa lebih aktif dan mandiri dalam belajar (Mulyono, 2020). Tidak hanya terdapat kelebihan atau kemudahan pada pembelajaran daring namun terdapat keterbatasan dalam pembelajaran daring yaitu pendidik tidak dapat memastikan apakah peserta didik benar-benar mengikuti dan memperhatikan materi yang disampaikan.

Firman dkk (2021) ada beberapa aktivitas lain yang dilakukan mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan daring seperti menggunakan media sosial, selain itu banyak mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring, tetapi melakukan kegiatan mengirim pesan melalui *WhatsApp* bersama teman-temannya, dan membagikan status pada *Facebook* atau mengunggah kiriman di *instagram* (Firman dkk, 2021). Aktivitas tersebut dikenal dengan istilah “*cyberslacking*” atau “*cyberloafing*”.

Peristiwa penggunaan akses internet secara disengaja pada saat waktu bekerja atau perkuliahan dengan tujuan pribadi (tidak terkait dengan pekerjaan atau perkuliahan) disebut dengan *cyberslacking* atau *cyberloafing* (Akbulut dkk, 2016)*.* Pada konteks akademik, Kalayc (dalam Gökçearslan dkk, 2018) *cyberslacking* didefinisikan sebagai aktivitas penggunaan internet oleh mahasiswa selama proses pembelajaran berlangsung yang tidak berhubungan dengan akademik. Yilmaz, dkk (2015) *cyberslacking* pada akademik merupakan aktivitas penggunaan internet untuk tujuan selain urusan akademik yang dilakukan selama proses perkuliahan berlangsung. Adapun aspek-aspek *cyberslacking* menurut Akbulut dkk (2016) terdapat lima aspek, yaitu *sharing, shopping, realtime updating, accessing online content* dan *gaming/gambling.*

Hasil survei Lutfiyah (2018) pada mahasiswa menyatakan bahwa perilaku *cyberslacking* dapat menyebabkan mahasiswa tidak fokus belajar sehingga tidak memahami materi yang disampaikan, tidak aktif diskusi dalam perkuliahan, dan menurunkan nilai akademik mahasiswa. Tang & Austin (dalam Gökçearslan dkk, 2018) *cyberslacking* dianggap sebagai situasi negatif yang dapat mengurangi keberhasilan akademik.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 35 mahasiswa yang mengikuti perkuliahan daring diperoleh bahwa 25 mahasiswa pernah melakukan *cyberslacking* pada saat perkuliahan*.* Seharusnya mahasiswa tidak melakukan *cyberslacking* pada saat pembelajaran daring berlangsung, karena *cyberslacking* dapat mengurangi keberhasilan akademik (Tang & Austin, dalam Gökçearslan dkk, 2018).

Dari penelitian-penelitian terdahulu, didapatkan berbagai faktor yang memiliki hubungan dengan *cyberslacking*. Faktor-faktor tersebut antara lain kecanduan *smartphone,* regulasi diri, *self control* dan stres akademik. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi *cyberslacking*, peneliti memilih stres akademik sebagai variabel bebas.

Desmita (2017) bahwa stres akademik merupakan kondisi stres atau perasaan tidak nyaman yang dialami individu akibat adanya tuntutan sekolah yang dinilai menekan, sehingga memicu terjadinya ketegangan fisik, psikologis, dan perubahan tingkah laku, serta dapat mempengaruhi prestasi belajar individu tersebut. Beban perkuliahan yang berat membuat mahasiswa mencari penyaluran stres dengan melakukan pengalihan, yang salah satu bentuknya berupa penggunaan akses internet tidak sesuai dengan konteks pembelajaran seperti untuk media sosial, *chatting*, dan sebagai hiburan (Pardede, 2018). Bedewy & Gabriel (2015) menyetakan bahwa terdapat tiga aspek stres akademik yaitu ekspektasi akademik dan tekanan untuk berprestasi, persepsi beban tugas dan ujian, dan persepsi diri akademik.

Blanchard & Henle (2008) menyatakan bahwa *Cyberslacking* adalah salah satu bentuk lain dari *emotion-focused coping* yang mana hal ini merupakan usaha mengatasi stres dengan cara mengatur respon emosional dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang dianggap penuh tekanan. Individu yang melakukan *cyberslacking* merupakan individu yang berada pada kondisi atau situasi stres.

Hal tersebut didukung dari hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hibrian (2020) bahwa terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung. Terdapat penelitian sebelumnya mengenai hubungan stres akademik dengan perilaku *cyberslacking* pada mahasiswa dalam kondisi normal*,* akan tetapi dalam penelitian ini mengungkapkan bagaimana hubungan kedua variabel pada kondisi pembelajaran di masa pandemi. Hal ini sesuai dengan saran yang di ajukan Hibrian (2020) yang menyarankan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian stres akademik dan *cyberslacking* di era pademi.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, peneliti mengajukan hipotesism yaitu ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. semakin tinggi stres akademik mahasiswa maka semakin tinggi *cyberslacking* yang dilakukannya. dan sebaliknya semakin rendah stres akademik mahasiswa maka semakin rendah *cyberslacking* yang dilakukannya.

# **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode pengambilan data menggunakan teknik *sampling purposive*. *Sampling purposive* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015). Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki dan perempuan, yang disesuaikan dengan kriteria subjek yang telah ditentukan. kriteria dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang sedang menempuh pendidikan Sarjana di Perguruan Tinggi, dan mahasiswa yang mengikuti kuliah daring.Pada penelitian ini, peneliti menggunakan subjek sebanyak 107 subjek.

Penelitian ini menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data. Skala yang digunakan dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu skala *cyberslacking* dan skala stres akademik. Skala *cyberslacking* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Simanjuntak, Purwono, & Ardi (2019), skala ini berjumlah 24 aitem *favorable* yang disusun berdasarkan aspek-aspek *cyberslacking* yang dikemukakan oleh Akbulut dkk (2016) yaitu *sharing, shopping, real time updating, accessing online content,* dan *gaming/gambling.* Skala *cyberslaking* menunjukkan bahwa 24 aitem dinyatakan valid dengan interval validitas antara 0,50 – 0,89 dan besar koefisien reliabiltas dari skala *cyberslaking* sebesar 0,871 (Simanjuntak, Purwono, & Ardi, 2019).

Skala stres akademik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala Fatimah (2021) yaitu *Perception of Academic Stress Scale* (PASS) yang telah diadaptasi melalui proses penerjemah ke Bahasa Indonesia, dan uji coba alat ukur skala. Skala ini berjumlah 16 terdiri dari 11 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable* yang disusun berdasarkan aspek-aspek stres akademik yang dikemukakan oleh Bedewy & Gabriel (2015) yaitu, ekspektasi akademik dan tekanan untuk berprestasi, persepsi beban tugas dan ujian, dan persepsi diri akademik. Skala stres akademikmenunjukkan bahwa dari 18 aitem terdapat 16 aitem dinyatakan valid dengan interval validitas antara 0,272 – 0,590 dan besar koefisien reliabiltas dari skala stres akademiksebesar 0,802 (Fatimah, 2021).

Peneliti menggunakan teknik statistik korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Pearson pada metode analisis data untuk menguji hubungan antara stres akademik dengan *cyberslacking.* Peneliti menggunakan teknik analisis ini karena analisis korelasi *product moment* sesuai dengan tujuan peneliti yaitu menguji hubungan antara dua variabel. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 22.00 *for windows.*

# **HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Pada penelitian ini peneliti mendeskripsikan subjek penelilitan berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat semester, asal Universitas, dan jurusan/Program Studi. Adapun deskripsi subjek dapat dilihat pada tabel 1 berikut.

Tabel 1. Deskripsi Subjek Penelitian

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Karakteristik** | **Frekuensi** | **Persentase (%)** |
| **Jenis Kelamin** |  |  |
| Laki-Laki | 22 | 20,6% |
| Perempuan | 85 | 79,4% |
| **Usia** |  |  |
| 19 tahun | 9 | 8,4% |
| 20 tahun | 8 | 7,5% |
| 21 tahun | 40 | 37,4% |
| 22 tahun | 39 | 36,4% |
| 23 tahun | 7 | 6,5% |
| 24 tahun | 2 | 1,9% |
| 26 tahun | 1 | 0,9% |
| 27 tahun | 1 | 0,9% |
| **Semester** |  |  |
| 2 | 7 | 6,5% |
| 3 | 1 | 0,9% |
| 4 | 3 | 2,8% |
| 5 | 3 | 2,8% |
| 6 | 16 | 15,0% |
| 7 | 8 | 7,5% |
| 8 | 69 | 64,5% |
| **Asal Universitas** |  |  |
| PTS | 47 | 43,9% |
| PTN | 60 | 56,1% |
| **Jurusan/Prodi** |  |  |
| Soshum | 56 | 52,3% |
| Saintek | 51 | 47,7% |

Keterangan :

PTS : Perguruan Tinggi Swasta;

PTN : Perguruan Tinggi Negeri;

Soshum : sosial dan humaniora;

Saintek : sains dan teknologi

Pada tabel 1 menunjukan bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh mahasiswa perempuan (79,4%), yang berusia 21 tahun (37,4%), semester 8 (64,5%), berasal dari PTN (56,1%), dan jurusan soshum (52,3%).

Hasil deskripsi data dari variabel *cyberslacking* dan variabel stres akademikdapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Deskripsi Data Dari Variabel *Cyberslacking* dan Variabel Stres Akademik

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **N** | **Data Hipotetik** | | | | **Data Empirik** | | | |
| **Min** | **Maks** | **M** | **SD** | **Min** | **Maks** | **M** | **SD** |
| **Cyberslacking** | 107 | 24 | 120 | 72 | 16 | 28 | 109 | 70,71 | 17,366 |
| **Stres Akademik** | 107 | 16 | 80 | 48 | 10,7 | 29 | 61 | 46,32 | 6,790 |

Keterangan :

N : Jumlah Subjek;

Min : Skor Minimal;

Maks : Skor Maksimal;

M : Mean;

SD : Standar Deviasi

Pada tabel 2 menunjukan bahwa pada skala *cyberslacking* skor minimum skor empirik sebesar 28 dan skor hipotetik sebesar 24. Skor maksimal empirik sebesar 109 dan dan skor hipotetiknya sebesar 120. Mean empirik sebesar 70,71 dan mean hipotetiknya 72. Standar deviasi empirik sebesar 17,366 dan hipotetiknya sebesar 16. Sedangkan pada skala stres akademik skor minimum skor empirik sebesar 29 dan skor hipotetik sebesar 16. Skor maksimal empirik sebesar 61 dan pada skor hipotetiknya sebesar 80. Mean empirik sebesar 46,32 dan mean hipotetiknya 48. Standar deviasi empirik sebesar 6,790 dan hipotetiknya sebesar 10,7.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Skala *Cyberslacking*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Norma** | **Interval Skor** | **Kategori** | **Frekuensi** | **Presentase** |
| 1. | X ≥ (µ + 1.σ) | X ≥ 88 | Tinggi | 17 | 16% |
| 2. | (µ - 1.σ) ≤ X < (µ + 1.σ) | 56 ≤ X < 88 | Sedang | 68 | 64% |
| 3. | X < (µ - 1.σ) | X < 56 | Rendah | 22 | 21% |
| **Total** | | | | 107 | 100% |

Keterangan :

X : Skor Subjek;

µ : Mean Hipotetik;

σ : Standar Deviasi

Pada tabel 3 menunjukan bahwa dari 107 subjek penelitian, terdapat 17 subjek (16%) yang memiliki *cyberslacking* pada kategori tinggi, 68 subjek (63%) memiliki *cyberslacking* pada kategori sedang dan 22 subjek (21%) memiliki *cyberslacking* pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini secara umum subjek memiliki *cyberslacking* dengan kategori sedang.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Skala Stres Akademik

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Norma** | **Interval Skor** | **Kategori** | **Frekuensi** | **Presentase** |
| 1. | X ≥ (µ + 1.σ) | X ≥ 58,7 | Tinggi | 3 | 3% |
| 2. | (µ - 1.σ) ≤ X < (µ + 1.σ) | 37,3 ≤ X < 58,7 | Sedang | 94 | 88% |
| 3. | X < (µ - 1.σ) | X < 37,3 | Rendah | 10 | 9% |
| **Total** | | | | 107 | 100% |

Keterangan :

X : Skor Subjek;

µ : Mean Hipotetik;

σ : Standar Deviasi

Pada tabel 4 menunjukan bahwa dari 107 subjek penelitian, terdapat 3 subjek (3%) yang memiliki stres akademikpada kategori tinggi, 94 subjek (88%) memiliki stres akademikpada kategori sedang dan 10 subjek (9%) memiliki stres akademikpada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa dalam penelitian ini secara umum subjek memiliki stres akademikdengan kategori sedang.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **rxy** | **p** | **R2** | **Keterangan** |
| *Cyberslacking* | 0,204 | 0,017 | 0,042 | Signifikan |
| Stres Akademik |

Analisis korelasi *product moment* diperoleh koefisien korelasi (rxy) = 0,204 dengan p = 0,017 (p < 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara variabel stres akademik dengan *cyberslacking*. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan koefisien determinasi atau (R2) yang diperoleh sebesar 0,042, hal tersebut menunjukkan bahwa variabel stres akademik memiliki kontribusi sebesar 4,2% terhadap variabel *cyberslacking*.

Analisis tambahan dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara tingkat kecenderungan *cyberslacking* dan stres akdemik pada jenis kelamin, asal universitas, dan asal jurusan/program studi. Uji beda dilakukan dengan menggunakan teknik analisa *independent sample t-test.*

Hasil uji independent variabel *cyberslacking* yang ditinjau berdasarka jenis kelamin diperoleh p = 0,541 (p ≥ 0,050), artinya tidak ada perbedaan yang signifikan, berdasarkan asal Universitas tidak ada perbedaan (p = 0,997 ≥ 0,050), dan berdasarkan asal jurusan tidak ada perbedaan (p = 0,333 ≥ 0,050). Sedangkan hasil uji independent variabel stres akdemik yang ditinjau berdasarka jenis kelamin diperoleh p = 0,534 (p ≥ 0,050), artinya tidak ada perbedaan, berdasarkan asal Universitas diperoleh p = 0,033 (p < 0,050), artinya ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal PTS dengan mahasiswa asal PTN, mahasiswa asal PTS memiliki stres akademik lebih rendah (Mean = 44,74) dibandingkan dengan stres akademik pada mahasiswa asal PTN (Mean = 47,55). Berdasarkan asal jurusan tidak ada perbedaan (p = 0,482 ≥ 0,050).

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil pengujian terhadap hipotesis penelitian, diperoleh koefisien korelasi rxy = 0,204 dengan p = 0,017. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang mendukung adanya hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* yakni penelitian Hibrian (2020) bahwa terdapat hubungan positif antara stres akademik dengan perilaku *cyberloafing* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa semakin tinggi stres akademik pada karyawan bank maka semakin tinggi perilaku *cyberslacking* mahasiswa.

Selanjutnya variabel stres akademik memiliki kontribusi sebesar 0,042 yang menunjukan bahwa variabel stres akademik memberikan sumbangan efektif sebesar 4,2% terhadap variabel *cyberslacking* dan sisanya 95,8% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Semakin tinggi stres akademikmaka semakin tinggi *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin rendah *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi.

Selain itu, peneliti juga melakukan analisis tambahan terhadap 107 responden mahasiswa dengan membandingkan tingkat kecenderungan perilaku *cyberslacking* dan stres akdemik pada jenis kelamin, asal universitas, dan asal jurusan/program studi. Hal ini didasarkan bahwa jenis kelamin yang berbeda memunculkan karakter otak yang berbeda, tersimpan potensi yang berbeda, dan cara belajar yang berbeda (Amin, 2018). Selain itu, proses belajar di lingkungan yang berbeda mempengaruhi karakter hasil belajar individu yang berbeda-beda (Ramdhani, 2017).

Hasil analisis tambahan terhadap uji independent pada jenis kelamin pada variabel *cyberslacking* diperoleh bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Hal ini serupa dengan Azzahra (2018) bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin laki-laki maupun perempuan ketika melakukan perilaku *cyberloafing.* Sedangkan untuk variabel stres akademik diperoleh bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Hasil ini serupa dengan Hafifah, Widiani & Rahayu (2017) bahwa tidak ada perbedaan stres akademik antara mahasiswa laki-laki dan perempuan, hal ini dikarenakan kesamaan stressor ataupun tekanan stres akademik yang diterima antara mahasiswa laki-laki dan perempuan selama kuliah.

Pada hasil analisis tambahan terhadap uji independent pada asal Universitas diperoleh tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa asal Perguruan Tinggi Swasta (PTS) dengan mahasiswa mahasiswa asal Perguruan Tinggi Negeri (PTN). Sedangkan pada variabel stres akdemik diperoleh ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal PTS dengan mahasiswa asal PTN. Mahasiswa asal PTS memiliki stres akademik lebih rendah (Mean = 44,74) dibandingkan dengan stres akademik pada mahasiswa asal PTN (Mean = 47,55). Hasil ini serupa dengan hasil penelitian Eva, dkk (2015) bahwa ada perbedaan signifikan antara stres mahasiswa kedokteran di PTN dengan stres mahasiswa kedokteran di PTS, mahasiswa kedokteran di PTN lebih banyak tekanan daripada mahasiswa kedokteran di PTS, sehingga stres akademik pada mahasiswa di PTN lebih besar daripada mahasiswa di PTS.

Pada hasil analisis tambahan terhadap uji independent pada asal Jurusan/program studi diperoleh tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa mahasiswa asal jurusan saintek dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa asal jurusan saintek. Hal ini serupa dengan Bataineh (2013) bahwa tidak ada perbedaan antara stres akademik mahasiswa dengan perbedaan jurusan.

Kelemahan dari penelitian ini yaitu pada skala stres akademik yang digunakan peneliti terdapat beberapa aitem yang tidak mengungkapkan stres akademik yang dirasakan subjek penelitian.

# **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Semakin tinggi stres akademikmaka semakin tinggi *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin rendah *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan hipotesis dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan yang positif antara stres akademik dengan *cyberslacking* pada mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi diterima. Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengikuti kuliah daring di masa pandemi memiliki tingkat stres akademik dan *cyberslacking* yang sedang.

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa variabel stres akademik memberikan sumbangan efektif sebesar 4,2% terhadap variabel *cyberslacking* dan sissanya 95,8% dipengaruhi faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Selain itu, pada hasil analisis tambahan membuktikan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan, dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa laki-laki dengan mahasiswa perempuan. Begitu juga pada asal Universitas, tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa asal Perguruan Tinggi Swasta (PTS) dengan mahasiswa mahasiswa asal Perguruan Tinggi Negeri (PTN), namun pada variabel stres akdemik ada perbedaan yang signifikan antara stres akademik pada mahasiswa asal PTS dengan mahasiswa asal PTN, Mahasiswa asal PTS memiliki stres akademik lebih rendah dibandingkan dengan stres akademik pada mahasiswa asal PTN. Dan untuk uji beda pada asal jurusan/program studi tidak ada perbedaan yang signifikan antara *cyberslacking* pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa mahasiswa asal jurusan saintek, dan tidak ada perbedaan yang signifikan antara stres akdemik pada mahasiswa asal jurusan soshum dengan mahasiswa asal jurusan saintek.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti mengenai permasalahan yang sejenis diharapkan menggunakan alat ukur skala stres akademik yang dapat lebih mengungkapkan stres akademik, dan disarankan untuk memilih faktor lain yang akan lebih memiliki pengaruh dengan variabel *cyberslacking* dan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel lain diluar variabel yang telah digunakan dalam penelitian ini sehingga dapat melihat sumbangan masing-masing variabel lain terhadap *cyberslacking*.

# **DAFTAR PUSTAKA**

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>

Amin, M. S. (2018). Perbedaan struktur otak dan perilaku belajar antara pria dan wanita; Eksplanasi dalam sudut pandang neuro sains dan filsafat. *Jurnal Filsafat Indonesia*, *1*(1), 38-43. <https://doi.org/10.23887/jfi.v1i1.13973>

Azzahra, S. (2018). *Pengaruh kepribadian hexaco, self regulation dan variabel demografis terhadap academic cyberloafing pada Mahasiswa* (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/44126>

Bataineh, M. Z. (2013). Academic stress among undergraduate students: the case of education faculty at King Saud University. *International interdisciplinary journal of education*, *1*(1033), 1-7. <https://doi.org/10.12816/0002919>

Bedewy, D., & Gabriel, A. (2015). Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health psychology open*, *2*(2). [https://doi.org/10.1177/2055102915 596714](https://doi.org/10.1177/2055102915%20596714)

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. [https://doi.org/10.1016/j.chb.2007. 03.008](https://doi.org/10.1016/j.chb.2007.%2003.008)

Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Eva, E. O., dkk. (2015). Prevalence of stress among medical students: a comparative study between public and private medical schools in Bangladesh. *BMC research notes*, *8*(1), 1-7. [https://doi.org/10.1186 /s13104-015-1295-5](https://doi.org/10.1186%20/s13104-015-1295-5 )

Fatimah, P. L. (2021). Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19*. Skripsi.* Malang, Universitas Muhammadiyah Malang. <https://eprints.umm.ac.id/75642/>

Firman, F., Sari, A. P., & Firdaus, F. (2021). Aktivitas Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring Berbasis Konferensi Video: Refleksi Pembelajaran Menggunakan Zoom dan Google Meet. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, *3*(2), 130-137. [https://ojs.unsulbar.ac.id/ind ex.php/ijes/article/view/969](https://ojs.unsulbar.ac.id/ind%20ex.php/ijes/article/view/969)

Gökçearslan, Ş., Uluyol, Ç., & Şahin, S. (2018). Smartphone addiction, cyberloafing, stress and social support among university students: A path analysis. *Children and Youth Services Review*, *91*, 47-54. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.05.036>

Hibrian, H. (2020). Hubungan Stres Akademik dengan Perilaku Cyberloafing pada Mahasiswa Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia Bandung. *Skripsi*, tidak diterbitkan, Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia.

Lutfiyah, B. (2018). *Pengaruh persepsi mengenai metode mengajar terhadap aktivitas cyberloafing dimoderasi kontrol diri pada mahasiswa Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang). <http://etheses.uin-malang.ac.id/13789/>

Manapa, E. S., Sampetoding, E. A. M., Natalin, M., Sinambela, B., Sitohang, D. I. L., Ambabunga, Y. A. M., & Ardhana, V. Y. P. (2020). Analisis Terhadap Metode Kuliah Daring dan Biaya Tranposrtasi Mahasiswa Indonesia Dalam Masa Pandemi COVID-19. *Journal Dynamic Saint*, *5*(2), 985-991. <https://doi.org/10.47178/dynamicsaint.v5i2.1108>

Maulana, H. A., & Hamidi, M. (2020). Persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring pada mata kuliah praktik di pendidikan vokasi. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, *8*(2), 224-231. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v8i2.3443>

Mulyono, W. D. (2020). Respon Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *Steam Engineering*, *2*(1), 23-30. <https://e-journal.upr.ac.id/index.php/JPTM/article/view/1661>

Pardede, J. (2018). *Hubungan Academic Stress dengan Cyberloafing pada Mahasiswa* (Doctoral dissertation, Universitas Sumatra Utara). <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/10239>

Ramdhani, M. A. (2017). Lingkungan pendidikan dalam implementasi pendidikan karakter. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, *8*(1), 28-37. <https://journal.uniga.ac.id/index.php/JP/article/view/69>

Simanjuntak, E., Fajrianthi., Purwono, U., & Ardi, R. (2019). Skala cyberslacking pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro*, *18*(1), 41-54. <https://doi.org/10.14710/jp.18.1.55-68>

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan*. Bandung: Alfabeta

Widiastuti, R., & Margaretha, M. (2016). Personality factors and cyberloafing of college students in Indonesia. Informal Credit and Rural Indebtedness in India, 9227-9238.<https://www.researchgate.net/publication/316474969_Personality_factors_and_cyberloafing_of_college_students_in_Indonesia>

Yılmaz, F. G. K., Yılmaz, R., Öztürk, H. T., Sezer, B., & Karademir, T. (2015). Cyberloafing as a barrier to the successful integration of information and communication technologies into teaching and learning environments. *Computers in Human Behavior*, *45*, 290-298. [https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.023](https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.023 )