

**PENGARUH PERILAKU *CYBERLOAFING* TERHADAP STRESS
KERJA DAN KEPUASAN KERJA**

(Survey Pada Pegawai PT. Mitra Dwi Perkasa)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ekonomi Program Studi Manajemen



Oleh :

WARDAH NAWIROH

20210510061

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS KUNINGAN
2025**

LEMBAR PENGESAHAN
PENGARUH PERILAKU *CYBERLOAFING* TERHADAP
STRESS KERJA DAN KEPUASAN KERJA

(Survey Pada Pegawai PT. Mitra Dwi Perkasa)

Disusun Oleh:

WARDAH NAWIROH

NIM. 202100510061

Telah berhasil mempertahankan skripsinya pada tanggal 19 Juni 2025 dihadapan Dewan Penguji. Skripsi ini disahkan sebagai bagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Ekonomi pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan

Susunan Dewan Penguji

Penguji I



Prof. Dr. H. Disman, MS
NIP. 195902091084121001

Penguji II



Dr. Rina Masruroh, S.E., M.E., Sy
NIK. 41038091296

Penguji III



Deri Prayudi, S.E., M.M
NIK. 410105900257

LEMBAR PERSETUJUAN
PENGARUH PERILAKU CYBERLOAFING TERHADAP
STRESS KERJA DAN KEPUASAN KERJA
(Survey Pada Pegawai PT. Mitra Dwi Perkasa)

Disusun Oleh :

WARDAH NAWIROH
NIM. 20210510061

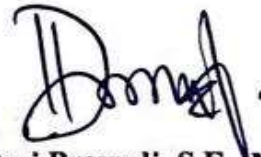
Telah diseminarkan pada tanggal 19 Juni 2025
Dan disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I,



Dr. Hj. Dewi Fatmasari, S.E., M.Si.
NIK. 197301072009012001

Dosen Pembimbing II,



Deri Prayudi, S.E., M.M.
NIK. 410105900257

Mengetahui

Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis,



Dr. Hj. Lili Karmela Fitriani, S.E., M.Si.
NIK. 41038971054

Kepala Program Studi Manajemen,



Dr. Rina Masrurroh, S.E., M.E., Sy.
NIK. 41038091296

PERNYATAAN OTENTISITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya Wardah Nawiroh, menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* Terhadap Stress Kerja dan Kepuasan Kerja (Survey Pada Pegawai PT. Mitra Dwi Perkasa)”** adalah hasil tulisan saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan yang bertentangan atau dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku didalam masyarakat.

Apabila saya melakukan tindakan yang bertentangan dengan hal diatas, baik disengaja maupun tidak, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, 12 Juni 2025

Yang membuat pernyataan



Wardah Nawiroh

NIM. 20210510061

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

*“Segala yang kuperjuangkan diiringi doa yang tak pernah terdengar,
tapi selalu sampai.”*

- Wardah Nawiroh

PERSEMBAHAN

“Persembahan ini saya dedikasikan untuk dua insan yang tak pernah lelah memberikan dukungan, doa, kasih sayang serta selalu memberikan inspirasi sepanjang pendidikan saya, Ayah dan Ibu. Terima kasih atas perjuangan, pengorbanan serta doa yang terus mengalir yang diberikan oleh ayah dan ibu sehingga saya bisa sampai pada tahap dimana skripsi ini telah selesai. Terima kasih untuk segala hal yang selalu diusahakan dan diperjuangkan.”

ABSTRAK

WARDAH NAWIROH. 20210510061. 2025 “PENGARUH PERILAKU CYBERLOAFING TERHADAP STRESS KERJA DAN KEPUASAN KERJA” (Survei pada karyawan PT. Mitra Dwi Perkasa)” Skripsi, Program Studi Manajemen. Universitas Kuningan. Pembimbing I: Dr. Hj. Dewi Fatmasari, S.E., M.Si. Pembimbing II: Deri Prayudi, S.E., M.M.

Penelitian ini merupakan hasil analisis terkait pengaruh perilaku *cyberloafing* terhadap kepuasan kerja dengan stres kerja sebagai variabel mediasi pada PT. Mitra Dwi Perkasa merupakan perusahaan yang bergerak di bidang perawatan kulit wajah dan tubuh bagi kliennya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan metode survei. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah solvin dengan jumlah responden sebanyak 139 orang. Analisis data menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *cyberloafing* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap stres kerja, perilaku *cyberloafing* berpengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja, stres kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kepuasan kerja.

Kata Kunci: Perilaku *Cyberloafing*, Stress Kerja, Kepuasan Kerja.

ABSTRACT

WARDAH NAWIROH. 20210510061. 2025 “THE EFFECT OF CYBERLOAFING BEHAVIOR ON JOB SATISFACTION WITH WORK STRESS AS A MEDIATION VARIABLE” (Survey on employees of PT. Mitra Dwi Perkasa)” Thesis, Management Study Program. Kuningan University. Supervisor I: Dr. Hj. Dewi Fatmasari, S.E., M.Si. Supervisor II: Deri Prayudi, S.E., M.M.

This study was the result of an analysis related to the effect of cyberloafing behavior on job satisfaction with work stress as a mediating variable at PT. Mitra Dwi Perkasa, a company engaged in facial and body skin care for its clients. This study was a quantitative study with data collection conducted using a questionnaire through a survey method. The sampling technique used was Slovin with 139 respondents. Data analysis was conducted using SPSS. The results of the study showed that cyberloafing behavior did not have a significant effect on work stress, cyberloafing behavior had a positive and significant effect on job satisfaction, job stress had a significant negative effect on job satisfaction.

Keywords: Cyberloafing Behavior, Job Stress, Job Satisfaction.

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puja dan puji serta syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Perilaku *Cyberloafing* terhadap Stress Kerja dan Kepuasan Kerja”.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, segala kritik maupun saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk perbaikan selanjutnya.

Kuningan, Juni 2025

Penulis

WARDAH NAWIROH
NIM. 20210510061

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur penulis panjatkan puji dan syukur kepada Allah SWT karena atas limpahan rahmat-Nya penyusunan skripsi telah selesai, dengan sepenuh hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Hj. Dewi Fatmasari, S.E., M.Si selaku dosen pembimbing I, yang telah memberikan ilmu serta arahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Bapak Deri Prayudi, S.E., M.M selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan ilmu serta arahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
3. Ibu Dr. Rina Masruroh. S.E., M.E.Sy selaku Ketua Program Studi Manajemen Universitas Kuningan.
4. Ibu Dr. Hj. Lili Karmela Fitriani., S.E., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis sekaligus pembimbing akademik Universitas Kuningan.
5. Bapak Dr. H. Dikdik Harjadi, M.Si., selaku Rektor universitas Kuningan.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
7. Kedua orangtua tersayang. Ayahanda Warid dan Ibu Ukin yang telah memberikan nasihat, doa serta dukungan yang penuh hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
8. Bapak Devan serta seluruh karyawan PT. Mitra Dwi Perkasa yang telah memberikan bantuan, serta meluangkan waktu guna memenuhi permintaan penulis.
9. Kakak perempuan saya Siti Nuryani dan Dina Amelia yang telah memberikan support dan membantu penulis.
10. Ponakan-ponakan tercinta Safira Zahwa Ramadhani, Ibrahim Dhefin El fatih dan Muhammad Abidzar Alfarizi yang selalu menghibur serta menemani penulis setiap harinya.
11. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Yuda Hendar di Firmansyah. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis.

Berkontribusi banyak dalam fase skripsi ini, baik tenaga maupun waktu untuk penulis.

12. Hana dan Zaskia yang selalu memberikan support, motivasi kepada penulis dan berjuang bersama di fase skripsi ini.
13. Sahabat Mila Tarmilah dan Intan Wulandari yang saat ini selalu memberikan doa dan semangat kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
14. Teman kelas Manajemen C yang telah memberikan keceriaan dan pengalaman selama pendidikan.
15. Seluruh keluarga, teman, pihak terkait yang tidak bisa penulis ucap satu persatu yang telah tulus ikhlas memberikan do'a dan dukungan.
16. Terakhir saya ucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri. Wardah Nawiroh. Terimakasih telah bertanggungjawab untuk menyelesaikan skripsi ini dan terima kasih telah bertahan sejauh ini untuk tidak mengenal kata menyerah.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERSETUJUAN	
PERNYATAAN OTENTISITAS	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	
ABSTRAK.....	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS.....	9
2.1 Landasan Teori.....	9
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia.....	9
2.1.2 Stress Kerja.....	10
2.1.3 Kepuasan Kerja.....	13
2.1.4 <i>Cyberloafing</i>	17
2.1.5 Penelitian Terdahulu.....	20
2.1.6 Hubungan Antar Variabel.....	24
2.2 Kerangka Berpikir.....	26
2.3 Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
3.1 Metode Penelitian yang Digunakan	28

3.2	Operasionalisasi Variabel	28
3.3	Populasi dan Sampel	32
3.3.1	Populasi	32
3.3.2	Sampel	32
3.4	Jenis dan Sumber Data.....	33
3.4.1	Jenis Data.....	33
3.4.2	Sumber Data	34
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	34
3.6	Uji Instrumen	35
3.6.1	Uji Validitas.....	35
3.6.2	Uji Reliabilitas.....	38
3.7	Teknik Analisis Data.....	39
3.7.1	Analisis Deskriptif	39
3.7.2	Uji Asumsi Klasik	41
3.7.3	Analisis Jalur (<i>Path Analysis</i>).....	42
3.7.4	Uji Hipotesis	44
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	45
4.1	Hasil Penelitian	45
4.1.1	Gambaran Umum Objek Penelitian.....	45
4.1.2	Karakteristik Umum Responden	45
4.2	Teknik Analisis Data.....	47
4.2.1	Analisis Deskriptif	47
4.3	Uji Asumsi Klasik.....	55
4.3.1	Uji Normalitas	55
4.3.2	Uji Multikolinearitas.....	56
4.3.3	Uji Heterokedastisitas.....	57
4.4	Analisis Jalur (<i>Path Analys</i>).....	58
4.5	Uji Hipotesis	59
4.5.1	Uji Parsial (Uji t)	59
4.6	Pembahasan.....	61
4.6.1	Pengaruh Perilaku <i>Cyberloafing</i> terhadap Stress Kerja	61

4.6.2	Pengaruh Stress Kerja terhadap Kepuasan Kerja	62
4.6.3	Pengaruh Perilaku <i>Cyberloafing</i> terhadap Kepuasan Kerja	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		65
5.1	Kesimpulan	65
5.2	Saran	65
DAFTAR PUSTAKA		67
LAMPIRAN - LAMPIRAN		73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Pra Survei Stress Kerja Karyawan PT. Mitra Dwi Perkasa	2
Tabel 1. 2 Turnover PT. Mitra Dwi Perkasa tahun 2022-2024	5
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu.....	20
Tabel 3. 1 Operasionalisasi Variabel.....	29
Tabel 3. 2 Hasil Uji Validitas Perilaku cyberloafing.....	35
Tabel 3. 3 Hasil Uji Validitas Stress Kerja.....	36
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Kepuasan Kerja	37
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Perilaku Cyberloafing	38
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Stress Kerja.....	39
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Kepuasan Kerja.....	39
Tabel 4. 1 Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 4. 2 Responden Berdasarkan Usia	46
Tabel 4. 3 Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	46
Tabel 4. 4 Responden Berdasarkan Lama Waktu Bekerja	47
Tabel 4. 5 Analisis Deskriptif.....	47
Tabel 4. 6 Uji Normalitas Data.....	55
Tabel 4. 7 Uji Multikolinearitas	56
Tabel 4. 8 Uji Heteroskedastisitas	57
Tabel 4. 9 Analisis Jalur Model 1.....	58
Tabel 4. 10 Analisis Jalur Model 1.....	58
Tabel 4. 11 Hasil Uji t Perilaku cyberloafing Terhadap Stress Kerja	60
Tabe 4. 12 Hasil Uji t Stress Kerja Terhadap Kepuasan Kerja	60
Tabe 4. 13 Hasil Uji t Perilaku cyberloafing Terhadap Kepuasan Kerja	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Turnover PT. Mitra Dwi Perkasa	5
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	27
Gambar 3. 1 Skala Pengukuran yang Berbentuk Semantic Defferensial	34
Gambar 3. 2 Hasil Uji Reliabilitas Kepuasan Kerja	43
Gambar 4. 1 Deskripsi Variabel Perilaku cyberloafing.....	50
Gambar 4. 2 Deskripsi Variabel Stress Kerja.....	52
Gambar 4. 3 Deskripsi Variabel Kepuasan Kerja.....	55
Gambar 4. 4 Diagram Jalur Model 2	59