

PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA TERHADAP *CYBERLOAFING*

(Survei Pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat Memperoleh

Gelar Sarjana Ekonomi Program Studi Manajemen

Disusun Oleh:

Iyan Muhamad Syamsul Anam

20200510197



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS**

UNIVERSITAS KUNINGAN

2024

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA
TERHADAP *CYBERLOAFING***

(Survei Pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan)

Disusun Oleh :

IYAN MUHAMAD SYAMSUL ANAM

20200510197

Telah berhasil mempertahankan skripsinya pada tanggal 20 Juni 2024 dihadapan Dosen Penguji. Skripsi ini disahkan sebagai bagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Ekonomi pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan.

Susunan Dosen Penguji:

Penguji I,



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

Penguji II,



Dr. H. Yoyo Sunarvo N, Ir., MP
NIP. 195205121978031003

Penguji III,



Dr. Dadang Suhardi, S.E., M.M
NIK. 41038111400

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA
TERHADAP *CYBERLOAFING*
(Survei pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan)**


Oleh:

Iyan Muhamad Syamsul Anam
NIM. 20200510197

Disetujui oleh Pembimbing

Kuningan, Juli 2024

Pembimbing I



Dr. Hj. Lili Karmela F. SE., M.Si
NIK. 41038971054

Pembimbing II



Fauziah Adzimatunur. S.E., M.Si
NIK. 410106920218

Mengetahui:



Dean Fakultas Ekonomi dan Bisnis

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

Chairman of Management Study Program

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

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

Tidak ada kekayaan yang lebih utama daripada akal, tidak ada keadaan yang paling menyedihkan daripada kebodohan, dan tidak ada warisan yang lebih baik daripada pendidikan.

(Ali Bin Abi Thalib)

Matahari memberikan cahaya kepada bulan untuk menerangi bumi namun matahari sendiri yang memadamkan cahaya kepada bulan sehingga memberikan kegelapan

(Iyan Muhamad S A)

No matter how genius you are, when the opponent keeps plying, you won't be able to achieve to it if you are always behind others

(Iyan Muhamad S A)

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya Bapak dan Mamah yang tanpa lelah dengan penuh kasih sayang memanjatkan doa untuk anaknya serta memberikan dukungan baik moril maupun materil. Terimakasih atas pengorbanan dan kerja keras dalam mendidik saya.

PERNYATAAN OTENTISITAS

Bismillahirrohmanirohim,

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap *Cyberloafing*” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, Mei 2024
Yang membuat pernyataan

IYAN MUHAMAD S A
NIM. 20200510197

ABSTRAK

IYAN MUHAMAD SYAMSUL ANAM. 20200510197. 2024. “PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA TERHADAP *CYBERLOAFING* (Survei pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan)” Pembimbing I Dr. Hj. Lili Karmera F., SE., M.Si. Pembimbing II Fauziyah Adzimatunur, SE., M.Si. Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Kuningan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap *Cyberloafing*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuesioner dengan analisis deskriptif dan kuantitatif. Penelitian ini dilakukan pada karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan. Sampel yang diambil sebanyak 100 karyawan dengan menggunakan sampel jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dengan skala interval. Data hasil penelitian diolah menggunakan aplikasi SPSS versi 23. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Beban Kerja dan Stres Kerja secara bersama-sama berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Cyberloafing*. Beban Kerja secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Cyberloafing* dan Stres Kerja secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Cyberloafing*.

Kata Kunci : Beban Kerja, Stres Kerja, *Cyberloafing*

ABSTRACT

IYAN MUHAMMAD SYAMSUL ANAM. 20200510197. 2024. "THE EFFECT OF WORKLOAD AND WORK STRESS ON CYBERLOAFING (Survey on Alfamart Employees of Kuningan District)" Supervisor I Dr. Hj. Lili Karmera F., SE., M.Si. Supervisor II Fauziah Adzimatunur, SE., M.Si. Management Study Program, Faculty of Economics and Business, University of Kuningan.

This study aims to determine the Effect of Workload and Work Stress on Cyberloafing. The method used in this study is a questionnaire method with descriptive and quantitative analysis. This research was conducted on Alfamart employees in Kuningan District. Samples were taken as many as 100 employees using saturated samples. The data collection technique uses questionnaires with interval scales. The research data was processed using the SPSS application version 23. The results showed that Workload and Work Stress together had a positive and significant effect on Cyberloafing. Workload partially has a positive and significant effect on Cyberloafing and Work Stress has a partial positive and significant effect on Cyberloafing.

Keywords : Workload, Work Stress, Cyberloafing

KATA PENGANTAR

Segala Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kelancaran dan kesehatan sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul: “**PENGARUH BEBAN KERJA DAN STRES KERJA TERHADAP *CYBERLOAFING* (Survei pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan)**” sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Ekonomi pada Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Kuningan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan yang disebabkan oleh keterbatasan kemampuan, pengalaman dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan tugas akhir ini. Skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Demikian penyusunan skripsi ini dibuat, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Kuningan, Desember 2023

Penulis,

Iyan Muhamad Syamsul Anam
20200510197

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan berkah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang telah ditetapkan. Rasa terima kasih yang tak terhingga untuk orang tua dan keluarga besarku yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan doa selama ini. Pada kesempatan ini, dengan kerendahan hati peneliti menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Hj. Lili Karmela F., S.E., M.Si., selaku Pembimbing I dan Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis yang telah memberikan banyak pengarahan dan nasehatnya selama proses bimbingan skripsi ini.
2. Fauziah Adzimatunur, S.E., M.Si., selaku Pembimbing II yang telah memberikan banyak pengarahan dan nasehatnya selama proses bimbingan skripsi ini.
3. Dr. H. Dikdik Harjadi, S.E., M.Si., selaku Rektor Universitas Kuningan.
4. Dr. Hj. Lili Karmela F., S.E., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan.
5. Dr. Rina Masruroh, S.E., M.E.Sy., selaku Ketua Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan.
6. Dosen-dosen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Kuningan yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu dan pengetahuan yang sangat bermanfaat selama perkuliahan. Tak lupa Staf TU atas bantuan dan kerjasamanya.
7. Kedua orang tua yang selalu membantu secara moral dan materi serta selalu mengiringi dengan doa yang tidak pernah berhenti dan dorongan motivasi sehingga saya bisa menyelesaikan perkuliahan ini.
8. Seluruh Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan yang telah membantu peneliti menjadi responden dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Untuk rekan-rekan seperjuangan Program Studi Manajemen dan umumnya buat semua mahasiswa Universitas Kuningan atas kebersamaannya.

10. Kepada seorang wanita hebat bernama Windy Nurfatmah yang selalu memberikan support dan tidak pernah menyerah untuk selalu menemani serta membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitiannya
11. Kepada seluruh anggota HMM 2022-2023 yang sudah memperkenalkan dunia perkuliahan dan susah senangnya organisasi dalam kampus
12. Kepada seluruh anggota BEM FEB 2023-2024 yang sudah memperkenalkan berbagai karakter dalam kampus maupun luar kampus dan sudah menunjukkan perjuangan dalam menyelesaikan project organisasi beserta tugas kampus dalam waktu yang bersamaan
13. Kepada seluruh Anggota KKN 47, perangkat dan masyarakat Desa Sindang Kecamatan Cikijing Kabupaten Majalengka yang telah memberikan warna dunia kemasyarakatan dan pengelolaan lingkungan dimasa perkuliahan
14. Kepada keluarga ART yang beranggotakan Iyan Muhamad S A, Muhammad Algiani A F, Aldi Rizki N S, Andre Ahmad F, Angga Aprianjaya, Lugi Maolinda F, dan Anjar Prasetyo yang selalu berjuang bersama suka maupun duka dari awal perkuliahan sampai selesaikan perkulihan dan telah memberikan pengalama yang luar biasa.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan limpahan pahala dan rahmat-Nya, *aamiin*.

Kuningan, Mei 2024

Peneliti

Iyan Muhamad Syamsul Anam

20200510197

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	
PERNYATAAN OTENTITAS	
LEMBAR PERSETUJUAN	i
PERNYATAAN OTENTISITAS	i
ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	12
1.3 Tujuan Penelitian	12
1.4 Manfaat Penelitian	12
1.4.1 Manfaat Teoritis	12
1.4.2 Manfaat Praktis	12
BAB II LANDASAN TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN	
HIPOTESIS	14
2.1 Landasan Teori	14
2.1.1 Manajemen Sumber Daya Manusia	14
2.1.2 <i>Cyberloafing</i>	15
2.1.2.1 Definisi <i>Cyberloafing</i>	15
2.1.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Cyberloafing</i>	17
2.1.2.3 Dimensi <i>Cyberloafing</i>	16

2.1.2.4 Indikator Cyberloafing	16
2.1.3 Beban Kerja.....	18
2.1.3.1 Definisi Beban Kerja	18
2.1.3.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	21
2.1.3.3 Jenis-Jenis Beban Kerja.....	19
2.1.3.4 Dimensi Beban Kerja.....	19
2.1.3.5 Indikator Beban Kerja.....	20
2.1.3.6 Full-Time Equivalent (Fte)	23
2.1.4 Stres Kerja.....	24
2.1.4.1 Definisi Stres Kerja.....	24
2.1.4.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	27
2.1.4.3 Dampak Stres Kerja	25
2.1.4.4 Dimensi Stres Kerja	25
2.1.4.5 Indikator Stres Kerja.....	26
2.1.5 Hubungan Antar Variabel.....	29
2.1.5.1 Pengaruh Beban Kerja Terhadap Cyberloafing.....	29
2.1.5.2 Pengaruh Stres Kerja Terhadap Cyberloafing	29
2.1.5.3 Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Cyberloafing	30
2.1.6 Penelitian Terdahulu.....	31
2.2 Kerangka Berpikir	35
2.3 Hipotesis	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	37
3.1 Metode Penelitian	37
3.2 Definisi Variabel	38
3.3 Operasionalisasi Variabel.....	38

3.4 Populasi Dan Sampel	40
3.4.1 Populasi.....	40
3.4.2 Sampel.....	41
3.5 Jenis Dan Sumber Data	41
3.5.1 Jenis Data	41
3.5.2 Sumber Data.....	42
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.7 Uji Instrumen.....	43
3.7.1 Uji Validitas.....	43
3.7.2 Hasil Uji Validitas	44
3.7.2.1 Variabel Beban Kerja (X1).....	44
3.7.2.2 Variabel Stres Kerja (X2)	45
3.7.2.3 Variabel Cyberloafing (Y).....	45
3.7.3 Reliabilitas	46
3.7.4 Hasil Uji Reliabilitas	47
3.7.4.1 Variabel Beban Kerja (X1).....	47
3.7.4.2 Variabel Stres Kerja (X2)	47
3.7.4.3 Variabel Cyberloafing (Y).....	48
3.8 Teknik Analisis Data.....	48
3.8.1 Analisis Deskriptif.....	49
3.8.2 Uji Asumsi Klasik	49
3.8.2.1 Uji Normalitas	49
3.8.2.2 Uji Multikolinearitas.....	50
3.8.2.3 Uji Heteroskedastisitas	50
3.8.2.4 Analisis Regresi Linier Berganda.....	51

3.8.3 Koefisien Determinasi.....	51
3.8.4 Uji Hipotesis	52
3.8.4.1 Uji Simultan (F).....	52
3.8.4.2 Uji Parsial (T)	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
4.1 Hasil Penelitian	54
4.1.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	54
4.1.1.1 Profil Singkat Alfamart Di Kecamatan Kuningan	54
4.1.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
4.1.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	57
4.1.1.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	58
4.1.2 Analisis Deskriptif.....	59
4.1.2.1. Analisis Deskriptif Beban Kerja	59
4.1.2.2. Analisis Deskriptif Stres Kerja	61
4.1.2.3. Analisis Deskriptif Cyberloafing.....	64
4.1.3 Uji Asumsi Klasik	66
4.1.3.1. Uji Normalitas	66
4.1.3.2. Uji Multikolinearitas	67
4.1.3.3. Uji Heteroskedstisitas	69
4.1.3.4. Uji Analisis Regresi Linear Berganda.....	70
4.1.3.5. Koefisien Determinasi.....	71
4.1.4 Uji Hipotesis	72
4.1.1.1 Uji Simultan (Uji F)	72
4.1.1.2 Uji Parsial (Uji T).....	74
4.2 Pembahasan	75

4.2.1 Pengaruh Beban Kerja, Dan Stres Kerja Terhadap Cyberloafing	75
4.2.2. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Cyberloafing.....	77
4.2.3. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Cyberloafing.....	78
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	79
5.1. Kesimpulan.....	79
5.1 Saran	80
DAFTAR PUSTAKA.....	82
LAMPIRAN.....	86
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	140

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Pra Survei Cyberloafing Pada Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan Tahun 2023	8
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	31
Tabel 3. 1 Operasional Variabel	38
Tabel 3. 2 Populasi Karyawan Alfamart di Kecamatan Kuningan.....	40
Tabel 3. 3 Skala Pengukuran Interval	43
Tabel 3. 4 Uji Validitas Beban Kerja (X1)	44
Tabel 3. 5 Uji Validitas Stres Kerja (X2)	45
Tabel 3. 6 Uji Validitas Cyberloafing (Y)	45
Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas Beban Kerja (X1)	47
Tabel 3. 8 Uji Reliabilitas Stres Kerja (X2)	47
Tabel 3. 9 Uji Reliabilitas Cyberloafing (Y)	48
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	57
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	58
Tabel 4. 4 Hasil Deskriptif Variabel Beban Kerja	59
Tabel 4. 5 Hasil Deskriptif Variabel Stres Kerja	61
Tabel 4. 6 Hasil Deskriptif Variabel Cyberloafing	64
Tabel 4. 7 Hasil Uji Normalitas	67
Tabel 4. 8 Hasil Uji Multikolinearitas	68
Tabel 4. 9 Hasil Uji Heteroskedastisitas	69
Tabel 4. 10 Hasil Uji Analisis Linear Berganda	70
Tabel 4. 11 Hasil Uji Koefisien determinasi	72
Tabel 4. 12 Hasil Uji F (Simultan)	73
Tabel 4. 13 Hasil Uji t (Parsial)	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Penggunaan Internet di Indonesia.....	1
Gambar 1. 2 Hasil Kuisisioner Cyberloafing.....	9
Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	36
Gambar 4. 1 Kedudukan Beban Kerja dalam Kriterium.....	61
Gambar 4. 2 Kedudukan Stres Kerja dalam Kriterium.....	63
Gambar 4. 3 Kedudukan Cyberloafing dalam Kriterium.....	66

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Berita Acara Bimbingan Skripsi
Surat Pengantar Bimbingan
Surat Ijin Penelitian
- Lampiran II : Surat Pengantar Kuisisioner
Kuisisioner
- Lampiran III : Data Hasil Perhitungan Kuisisioner
Data Primer Hasil Perhitungan Kuisisioner
- Lampiran IV : Output Hasil Uji Validitas SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Reliabilitas SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Deskriptif SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Normalitas SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Heteroskedastisitas SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Regresi Linear Berganda SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Koefisien Determinasi SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Simultan F SPSS versi 23.0
Output Hasil Uji Simultan T SPSS versi 23.0
- Lampiran V : Tabel f (taraf signifikan 0,05)
Tabel t (taraf signifikan 0,05)
Tabel r (taraf signifikan 0,05)
Tabel Durbin Waston (taraf signifikan 0,05)
- Lampiran VI : Daftar Riwayat Hidup