YASIN
Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya

p-ISSN: 2808-2346
e-ISSN: 2808-1854

Terindeks: SINTA 5, Copernicus, Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/yasin.v6i3.10044

SCROLLING VS STUDYING: DAMPAK CYBERLOAFING TERHADAP *STUDENT ENGAGEMENT* MAHASISWA DALAM PERKULIAHAN DARING

Scrolling vs Studying: The Impact of Cyberloafing on Student Engagement among University Students in Online Lectures

Fathimah Az Zahra & Indriyani Santoso
Universitas Negeri Padang
fathimahazz21@gmail.com; indriyani@fpk.unp.ac.id

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Mar 25, 2026	Apr 22, 2026	May 4, 2026	May 9, 2026

Abstract

The phenomenon of cyberloafing in online lectures has become an issue that can affect students' academic engagement, particularly in the context of digital learning. Although this issue has received attention in educational studies and academic psychology, research that specifically examines the relationship between cyberloafing and student engagement among students who actively participate in online lectures still needs to be strengthened. This study aims to analyze the relationship between cyberloafing and student engagement among students undergoing online lectures. This study used a quantitative approach with a correlational design, involving 84 students selected through purposive sampling. Data were collected using a cyberloafing scale and a student engagement scale, and were then analyzed using Pearson Product-Moment correlation. The results showed that the level of cyberloafing was in the low-to-moderate category, with a mean score of M = 53.01 from a theoretical range of 20–100, whereas student engagement was in the moderate-to-high category, with a mean score of M = 76.52 from a theoretical range of 24–120.

Yasin Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

The correlation analysis results indicated a significant negative relationship between cyberloafing and student engagement, with r = -0.422 and p = 0.000. These findings indicate that the higher students' involvement in non-academic activities during online lectures, such as accessing social media or playing games, the lower their engagement in learning. The conclusion of this study emphasizes the importance of controlling cyberloafing to maintain students' academic engagement. The implications of this study suggest that lecturers and educational institutions should design more interactive online learning and encourage students' self-regulation so that learning engagement can be maintained.

Keywords: Cyberloafing; Student Engagement; Online Learning; Students; Self-Regulation

Abstrak: Fenomena *cyberloafing* dalam perkuliahan daring menjadi persoalan yang dapat memengaruhi keterlibatan akademik mahasiswa, terutama dalam konteks pembelajaran digital. Meskipun isu ini telah mendapat perhatian dalam kajian pendidikan dan psikologi akademik, penelitian yang secara khusus menguji hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang aktif mengikuti perkuliahan daring masih perlu diperkuat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan daring. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, melibatkan 84 mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala *cyberloafing* dan skala *student engagement*, kemudian dianalisis menggunakan korelasi Pearson *Product-Moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *cyberloafing* berada pada kategori rendah-sedang dengan nilai rata-rata M = 53,01 dari rentang teoritis 20–100, sedangkan *student engagement* berada pada kategori sedang-tinggi dengan nilai rata-rata M = 76,52 dari rentang teoritis 24–120. Hasil analisis korelasi menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *cyberloafing* dan *student engagement* dengan nilai r = -0,422 dan p = 0,000. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas non-akademik selama perkuliahan daring, seperti mengakses media sosial atau bermain gim, semakin rendah keterlibatan mereka dalam pembelajaran. Simpulan penelitian ini menegaskan pentingnya pengendalian *cyberloafing* untuk menjaga keterlibatan akademik mahasiswa. Implikasi penelitian ini menyarankan dosen dan lembaga pendidikan untuk merancang pembelajaran daring yang lebih interaktif serta mendorong regulasi diri mahasiswa agar keterlibatan belajar tetap terjaga.

Kata Kunci: *Cyberloafing*; *Student Engagement*; Pembelajaran Daring; Mahasiswa; Regulasi Diri

PENDAHULUAN

Sarana belajar pendidikan tinggi telah berubah secara akibat adanya teknologi digital yang terus berkembang dengan pesat. Kuliah daring (dalam jaringan) atau kuliah *online*, sudah banyak digunakan pasca terjadinya pandemi Covid-19. Pembelajaran daring dapat menggunakan berbagai *platform* yang dengan gampang diakses pada saat pandemik maupun kini, pasca pandemi Covid-19 (Nopriyeni et al., 2022). Sistem kelas melalui *Zoom, Google Meet*, grup *WhatsApp*, ataupun *e-learning* dan yang lainnya menjadi ruang kelas baru yang

menawarkan fleksibilitas tanpa batas. Melalui pembelajaran daring, baik guru maupun siswa dapat lebih luwes dalam pemanfaatan waktu belajar dan mengajar (Rohana, 2020).

Pembelajaran daring didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang diselenggarakan melalui jaringan internet dengan memanfaatkan berbagai platform digital yang tersedia (Feni Haryati & Nursaptini, 2021). Pelaksanaan pembelajaran daring terbagi atas dua model, yaitu asinkronus dan sinkronus. Pada model asinkronus, peserta didik memiliki kemudahan atau fleksibilitas untuk dapat mengakses materi pembelajaran secara mandiri tanpa dibatasi oleh waktu maupun tempat yang sama. Sebaliknya, pembelajaran sinkronus berlangsung secara *real-time* yang mewujudkan interaksi langsung antara peserta didik dan pendidik pada waktu yang bersamaan.

Diterapkannya pembelajaran daring menimbulkan berbagai perubahan yang membawa serta dua mata sisi dampaknya; positif maupun negatif. Dampak positif salah satunya adalah terciptanya fleksibilitas belajar bagi mahasiswa, dimana proses pembelajaran dapat diakses tanpa batas waktu dan ruang. Selain itu, pembelajaran daring membuka gerbang kemungkinan penggunaan teknologi interaktif seperti vidio pembelajaran, forum diskusi, dan simulasi digital yang memperkaya pengalaman belajar. Menurut hasil penelitian oleh Firman dan Rahayu (2020) sistem daring meningkatkan kemandirian belajar mahasiswa karena menuntut kemampuan mengatur waktu dan tanggung jawab pribadi yang lebih tinggi dibandingkan pembelajaran tatap muka.

Meskipun demikian, pembelajaran daring juga memiliki dampak negatif, terutama terkait dengan menurunnya interaksi sosial antara mahasiswa dan dosen. Keterbatasan komunikasi nonverbal serta berkurangnya dinamika sosial dalam kelas daring dapat menyebabkan rasa keterasingan (*academic isolation*) dan menurunkan motivasi belajar (Adedoyin & Soykan, 2023). Mereka juga mengatakan, bahwa dari sisi psikologis, pembelajaran daring juga berpotensi menimbulkan kelelahan digital (*digital fatigue*) akibat durasi interaksi layar yang panjang.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, diketahui bahwa siswa tidak sepenuhnya fokus selama pembelajaran daring. Putri et al. (2021) menyatakan bahwa dalam pembelajaran daring, seringkali siswa merasa tidak dapat berkonsentrasi dalam menyimak materi selama pembelajaran. Hal ini dikarenakan siswa terkadang fokus pada kegiatan lainnya diluar pembelajaran ketika berada di rumah. Ketidakfokusan selama pembelajaran ini dapat menyebabkan munculnya perilaku *cyberloafing*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan

sebelumnya oleh Nining et al. (2024) di Universitas Winaya Mukti pada tahun 2024, sebesar 65% mahasiswa merasakan kejenuhan dalam mengikuti pembelajaran secara daring

Awalnya, fenomena *cyberloafing* diteliti dalam konteks dunia kerja. Namun seiring waktu, cakupan kajian mengenai *cyberloafing* meluas ke bidang pendidikan, terkhususnya di perguruan tinggi. Hal ini dilatarbelakangi oleh maraknya praktik mahasiswa yang mengakses internet untuk keperluan non-akademik selama sesi perkuliahan berlangsung. Temuan Handikarsa et al. (2018) mendukung dengan menyatakan bahwa persentase pengguna media sosial oleh kelompok mahasiswa di rentang usia 18-25 tahun sebanyak 89.7%, kelompok ini merupakan kelompok dengan pengguna terbanyak dibandingkan dengan kelompok lainnya. Salah satu alasan yang melatarbelakangi berlangsungnya *cyberloafing* ialah sulit dalam memahami materi perkuliahan, pembelajaran yang berlangsung dengan tidak interaktif, mahasiswa yang cenderung tidak berkonsentrasi ketika sedang berlangsungnya pembelajaran, serta metode pembalajaran yang tidak menarik.

Untuk meningkatkan keberhasilan pembelajaran pada siswa, maka *student engagement* penting untuk dimiliki oleh tiap siswa. *Student engagement* dapat dipahami sebagai manifestasi dari perilaku, kognitif, serta emosi siswa (Connell & Wellborn, 1991). Sementara itu, menurut Marks (2000), mendefinisikan *student engagement* sebagai suatu proses psikologis yang melibatkan perhatian, minat, investasi serta upaya yang dilakukan oleh siswa dalam aktivitas pembelajaran. Perilaku *student engagement* memiliki peran yang krusial dikarenakan dapat mendukung kelancaran serta efektivitas dalam proses pembelajaran (Reeve, 2012).

Lebih jauh, peran motivasi intrinsik menjadi kunci penting dalam menjaga keterlibatan belajar. Berdasarkan *Self-Determination Theory* Deci & Ryan (2000), individu dengan motivasi intrinsik tinggi akan menunjukkan keterlibatan (*engagement*) akademik yang lebih besar karena didorong oleh rasa ingin tahu dan kepuasan pribadi dalam belajar.

Mahasiswa yang dengan sengaja memilih untuk mengalihkan perhatian dari materi pembelajaran ataupun aktivitas akademik lainnya menjadi bermain media sosial, bermain game, belanja *online* ataupun yang lainnya selama sesi belajar dapat mengakibatkan penurunan dari *student engagement*. Perhatian yang terpecah dapat menyebabkan proses pemahaman selama pembelajaran menjadi terputus-putus. Waktu dan usaha yang seharusnya digunakan untuk menyimak, mencatat, berdiskusi ataupun mengerjakan tugas, teralihkan dengan *cyberloafing*. Sehingga dikarenakan siklus tersebut maka materi menjadi tidak dapat dipahami.

Dari paparan diatas, dapat diketahui bahwa *cyberloafing* memiliki konstruk yang berhubungan dengan *student engagement*. Penelitian yang mengkaji hubungan antara *cyberloafing* dengan *student engagement* di konteks mahasiswa Indonesia masih terbatas. Kebanyakan penelitian masih terfokus pada *cyberloafing* di tempat kerja ataupun dalam latar non-akademikal ini menjadi celah penelitian yang perlu dijembatani, Selain itu, faktor-faktor seperti fleksibilitas waktu, penggunaan teknologi yang berlebihan, serta kurangnya kontrol dan supervisi dalam pembelajaran daring juga turut memperkuat risiko terjadinya *cyberloafing*.

Dengan memahami hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement*, institusi pendidikan dapat merancang strategi intervensi yang lebih efektif. Misalnya, dengan memperkuat komponen motivasional melalui pendekatan pembelajaran berbasis proyek atau gamifikasi, serta meningkatkan kesadaran mahasiswa akan dampak *cyberloafing* terhadap pencapaian akademik mereka.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara perilaku *cyberloafing* dengan *student engagement* pada mahasiswa, khususnya pada mahasiswa yang mengikuti perkuliahan daring dengan tingkat fleksibilitas belajar dan waktu yang lebih tinggi, yang berpotensi memengaruhi kecenderungan melakukan *cyberloafing*.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatif untuk menguji hubungan antara variabel *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan daring. Desain yang diterapkan adalah korelasional dengan teknik analisis korelasi Pearson Product-Moment untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan antara kedua variabel serta menguji signifikansinya. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari *cyberloafing* sebagai variabel bebas, yang didefinisikan sebagai perilaku penggunaan sumber daya internet untuk keperluan pribadi yang tidak berkaitan dengan tugas akademik selama jam belajar, dan *student engagement* sebagai variabel terikat, yang merujuk pada tingkat keterlibatan psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang aktif mengikuti perkuliahan daring, dengan sampel yang berjumlah 84 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan dibantu dengan aplikasi G*Power. Data dikumpulkan melalui kuesioner daring yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang mengukur *cyberloafing* dan *student engagement* dengan menggunakan skala Likert yang terdiri dari lima pilihan jawaban. Instrumen yang digunakan diuji validitas dan reliabilitasnya,

dengan hasil yang menunjukkan reliabilitas tinggi, yaitu 0,898 untuk *cyberloafing* dan 0,868 untuk *student engagement*, menggunakan koefisien Cronbach Alpha. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan SPSS versi 22.0, dengan terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan linearitas untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat untuk analisis korelasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement* dalam konteks pembelajaran daring.

.

HASIL

1. Uji Normalitas

Uji ini bertujuan untuk dapat mengetahui sebuah data pada setiap variabel yang ditinjau berdistribusi normal atau tidak. Dalam hal ini, digunakannya aplikasi SPSS versi 22.0 untuk melakukan analisis *one sample* Kolmogrov-Smirnov. Jika p>0.05 data dianggap terdistribusi normal, namun jika p<0.05 dapat dinyatakan tidak terdistribusi normal (Malay, 2022)

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	P	Keterangan
Cyberloafing	84	0.200	Normal
Student engagement	84	0.89	Normal

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *one sample* Kolmogrov Smirnov Test. Data dianggap terdistribusi normal jika nilai *asymptotic significance* (Asymp. Sig) >0,05 (Widodo, 2017). Nilai Asymp. Sig pada variabel *cyberloafing* adalah 0,200 > 0,05 menunjukkan bahwa sebaran data termasuk normal. Selanjutnya pada variabel *student engagement* nilai Asymp Sig = 0.089 > 0,05 menunjukkan bahwa sebaran data bersifat normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki distribusi data yang normal.

2. Uji Linearitas

Tujuan uji linearitas adalah untuk untuk membuktikan apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang bersifat linear atau tidak. Apabila nilai signifikansi *deviation from linearity* <0.05, maka hubungan antar variabel dapat dikatakan linear (Winarsunu, 2009). Uji linearitas menentukan apakah variabel *cyberloafing* berkorelasi secara linear dengan variabel *student engagement*. Penelitian memanfaatkan aplikasi SPSS versi 22.0 untuk melakukan

uji linearitas dengan melihat *deviaton for linearity*. Jika nila p> 0.05 maka data dianggap linear, namun jika data p< 0.005, data dianggap tidak linear.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

	Sig
Deviation From Linearity	0,259

Berdasarkan hasil olah data yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa nilai p dari variabel *cyberloafing* dan *student engagement* sebesar 0.259 (p>0.05). Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini menunjukka hubungan yang bersifat linear.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk dapat mengetahui apakah terdapat penerimaan atau penolakan terhadap hipotesis berdasarkan taraf signifikasi dari koefisien yang diperoleh (Winarsunu, 2009). Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh nilai signifikansi sebesar p=0.00, yang menunjukkan bahwa hasil tersebut signifikan secara statistik.

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk mengevaluasi hipotesis yang telah dirumuskan. Peneliti menggunakan aplikasi SPSS versi 22.0 sebagai alat bantu analisis data dengan menerapkan teknik statistik korelasi *Product Moment* Pearson, guna mengetahui hubungan antara variabel *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran daring.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	**N**	**Pearson Correlation**	**Sig.**
Cyberloafing	84	-0.422	0.000
Student engagement			

Nilai koefisien korelasi (r) = -0.422 yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang atau moderat. Selain itu, tanda negatif pada nilai korelasi tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara variabel *cyberlaofing* dan *student engagement* bersifat negatif, artinya semakin tinggi tingkat *cyberloafing*, maka semakin rendah tingkat *student engagement* mahasiswa dalam pembelajaran daring.

Hasil korelasi yang tertera diatas memperlihatkan bahwa adanya hubungan *cyberloafing* dengan *student engagement* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring. Dengan demikian hipotesis pada penelitian dapat diterima, dimana terdapat hubungan antara *cyberloafing* dengan *student engagement*. Hal ini menunjukkan semakin tinggi *cyberloafing*, maka

akan semakin rendah *student engagement* yang dimiliki oleh mahasiswa, dan sebaliknya. Semakin rendah *cyberloafing*, maka akan semakin tinggi *student engagement*.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan antara *cyberloafing* dengan *student engagement* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring. Berdasarkan hasil penelitian diketahui terdapat hubungan negatif antara *cyberloafing* dengan *student engagement*. Dengan hasil koefisien korelasi (r) = -0.422, sehingga hubungan antar variabel berada pada tingkat sedang atau moderat dan arah korelasi negatif, dengan artian pada hasil penelitian jika *cyberloafing* semakin tinggi, maka *student engagement* semakin rendah, begitupun sebaliknya. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran secara daring.

Temuan ini menjawab tujuan penelitian, yaitu untuk menganalisis hubungan antara *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang aktif mengikuti perkuliahan daring. Hasil tersebut menunjukkan bahwa aktivitas non-akademik yang dilakukan mahasiswa selama proses pembelajaran daring, seperti membuka media sosial, menonton video hiburan, bermain gim, atau mengakses situs yang tidak berkaitan dengan materi kuliah, dapat mengurangi perhatian, fokus, dan partisipasi mahasiswa dalam pembelajaran. Dengan demikian, *cyberloafing* bukan hanya menjadi perilaku penggunaan internet yang tidak relevan, tetapi juga berhubungan dengan kualitas keterlibatan akademik mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian, maka tingkat *cyberloafing* yang terjadi pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring berada di level rendah, berkebalikan dengan *student engagement* dimana mahasiswa menunjukkan partisipasi aktif dalam pembelajaran. Hasil ini menunjukkan bahwa perilaku *cyberloafing* berada ditingkat yang rendah (mean = 53) sementara *student engagement* mencapai tingkat yang tinggi (mean= 76.4), melebihi ekspetasi teoritik (mean hipotetik = 72).

Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa pembelajaran daring memiliki dua sisi yang saling berkaitan. Di satu sisi, pembelajaran daring memberikan kemudahan akses, fleksibilitas waktu, dan peluang penggunaan berbagai sumber belajar digital. Di sisi lain, pembelajaran daring juga membuka peluang terjadinya distraksi karena mahasiswa berada dalam ruang digital yang sama dengan berbagai hiburan, media sosial, dan aktivitas pribadi lainnya. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan pembelajaran daring tidak

hanya ditentukan oleh ketersediaan teknologi, tetapi juga oleh kemampuan mahasiswa dalam mengelola perhatian dan mengontrol penggunaan internet selama proses belajar.

Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *cyberloafing* yang dilakukan oleh mahasiswa, maka semakin rendah *student engagement* yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah terjadinya perilaku *cyberloafing*, maka semakin tinggi tingkat *student engagement* dalam pembelajaran daring.

Hasil penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *cyberloafing* dengan *student engagement* pada mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring. Nilai koefisien korelasi sebesar (r) = -0.422 menandakan hubungan yang moderat dengan arah negatif, yang berarti semakin tinggi tingkat *cyberloafing* mahasiswa, maka semakin rendah tingkat keterlibatan mereka dalam kegiatan akademik daring. Temuan ini konsisten dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lim & Chen (2012) dalam *Computers in Human Behavior* yang menjelaskan bahwa *cyberloafing* memiliki efek langsung terhadap penurunan produktivitas seseorang.

Cyberloafing sendiri didefinisikan sebagai pemanfaatan jaringan internet untuk aktivitas pribadi yang tidak terkait langsung dengan pekerjaan (Askew et al., 2014). Dalam konteks pendidikan tinggi, perilaku ini mencakup aktivitas di media sosial, menonton vidio pendek yang bersifat hiburan, atau berbelanja daring pada saat proses akademik berlangsung. Menurut (Prasad et al., 2017) dalam *Education and Information Technologies*, meningkatnya akses digital tanpa kontrol diri yang baik dapat memunculkan distraksi akademik yang signifikan, sehingga menurunkan keterlibatan kognitif dan emosional mahasiswa.

Hubungan negatif yang ditemukan antara *cyberloafing* dan *student engagement* juga didukung oleh teori *Self-Regulated Learning* (Zimmerman, 2002), yang menegaskan urgensi kemampuan pengendalian diri dan fokus untuk dapat mencapai tujuan belajar. Mahasiswa dengan kontrol diri baik cenderung berhasil membatasi penggunaan teknologi secara tidak relevan, sehingga tetap memiliki keterlibatan aktif ketika belajar daring berlangsung (Talan et al., 2023). Dengan demikian, perilaku *cyberloafing* dapat dianggap sebagai bentuk kegagalan regulasi diri dalam konteks akademik.

Penelitian ini juga menegaskan temuan riset dari Junco (2012) yang menyebutkan penggunaan media sosial secara berlebihan selama perkuliahan berkorelasi negatif dengan *engagement* mahasiswa dan prestasi akademik. Ketika mahasiswa lebih banyak berinteraksi dengan konten non-akademik di dunia maya, energi kognitif dan waktu yang seharusnya

dialokasikan untuk aktivitas belajar menjadi berkurang. Dalam konteks pembelajaran daring, situasi ini menjadi lebih kritis karena tidak adanya batasan fisik antara kegiatan belajar dan hiburan digital (Islam & Walisongo, 2019).

Sementara itu, *student engagement* merupakan komponen penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa yang terdiri dari keterlibatan kognitif, emosional, dan perilaku (Fredricks, Blumenfeld, & Paris, 2004). Keterlibatan yang tinggi menunjukkan adanya minat, komitmen, dan motivasi mahasiswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran daring. Berdasarkan hasil penelitian, nilai rata-rata empiris *student engagement* sebesar 76.5 lebih tinggi dibandingkan nilai hipotetik 72, yang menandakan bahwa mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini masih menunjukkan semangat dan partisipasi aktif meskipun sistem belajar dilakukan secara daring.

Ketika perhatian mahasiswa terpecah antara aktivitas belajar dan aktivitas non-akademik pada perkuliahan daring, maka sumber daya kognitif untuk memproses materi pembelajaran akan berkurang (Mark et al., 2008). Akibatnya, keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas akademik mengalami penurunan.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tingkat *student engagement* mahasiswa masih berada pada kategori sedang hingga tinggi. Hal ini berarti bahwa tidak semua mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring mengalami penurunan keterlibatan secara drastis. Sebagian mahasiswa tetap mampu mempertahankan partisipasi aktif, minat belajar, dan tanggung jawab akademik meskipun berada dalam lingkungan digital yang berpotensi menimbulkan distraksi. Temuan ini memperlihatkan bahwa *cyberloafing* tidak berdiri sendiri, tetapi kemungkinan berkaitan dengan faktor lain, seperti motivasi belajar, kontrol diri, desain pembelajaran, dukungan dosen, serta suasana kelas daring.

Selain itu, penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa meskipun mahasiswa memiliki tingkat keterlibatan sedang hingga tinggi, masih terdapat sebagian yang melakukan *cyberloafing* dengan intensitas rendah hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa *cyberloafing* bukan semata-mata indikasi kemalasan, tetapi dapat juga merupakan bentuk *coping mechanism* terhadap stres akademik (Lu et al., 2024). Dalam konteks ini, mahasiswa terkadang menggunakan aktivitas *online* non-akademik untuk mengurangi kejenuhan selama perkuliahan daring.

Dari sisi institusi pendidikan, temuan ini memiliki implikasi yang signfikan terhadap pengembangan strategi pembelajaran daring. Pendidik perlu merancang lingkungan belajar

yang interaktif, kolaboratif, dan relevan dengan kebutuhan dan karakteristik mahasiswa, agar dapat meningkatkan keterlibatan mahasiswa untuk tetap tinggi meskipun perkuliahan dilakukan secara daring. Pendekatan pembelajaran berbasis proyek dan *gamification* terbukti mampu menurunkan tingkat *cyberloafing* karena meningkatkan motivasi intrinsik mahasiswa (Muntean, 2011)

Selain faktor lingkungan belajar, dukungan sosial dan peran teknologi pembelajaran juga berpengaruh terhadap keterlibatan mahasiswa. Menurut penelitian (Kahu & Nelson, 2018), interaksi yang bermakna antara dosen dan mahasiswa secara signifikan menurunkan kemungkinan munculnya perilaku *cyberloafing* karena mahasiswa merasa terhubung dan dihargai dalam proses belajar. Oleh karena itu, strategi komunikasi yang efektif dan kehadiran dosen secara aktif di ruang digital perlu ditingkatkan.

Temuan korelasi negatif yang moderat dalam penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi intervensi psikologis berbasis regulasi diri digital. Program pelatihan *digital mindfulness* dan *self-control training* terbukti efektif dalam menurunkan tingkat *cyberloafing* di kalangan mahasiswa (Chen & Zhang, 2024). Dengan meningkatkan kesadaran diri terhadap penggunaan teknologi, mahasiswa akan lebih mampu membedakan aktivitas produktif dan non-produktif dalam konteks pembelajaran daring.

Implikasi teoretis dari penelitian ini adalah bahwa hasil penelitian memperkuat pemahaman mengenai hubungan antara perilaku digital non-akademik dan keterlibatan belajar mahasiswa. Temuan ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan konsep ***student engagement*** dalam konteks pembelajaran daring, khususnya dengan menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa tidak hanya dipengaruhi oleh faktor motivasi dan strategi pembelajaran, tetapi juga oleh kemampuan mahasiswa dalam mengendalikan aktivitas digital yang tidak relevan dengan pembelajaran.

Implikasi praktis dari penelitian ini ditujukan kepada dosen dan lembaga pendidikan tinggi. Dosen perlu merancang pembelajaran daring yang lebih interaktif, komunikatif, dan bermakna agar mahasiswa tetap terlibat secara aktif. Strategi seperti diskusi kelompok, kuis interaktif, studi kasus, proyek kolaboratif, refleksi singkat, dan penggunaan media pembelajaran yang menarik dapat membantu mengurangi peluang mahasiswa melakukan ***cyberloafing***. Selain itu, dosen juga perlu membangun kehadiran sosial dalam kelas daring melalui komunikasi yang jelas, umpan balik yang cepat, serta pengelolaan kelas digital yang terarah.

Bagi mahasiswa, temuan ini menekankan pentingnya regulasi diri dalam mengikuti pembelajaran daring. Mahasiswa perlu membangun kesadaran bahwa penggunaan internet yang tidak terkontrol selama perkuliahan dapat mengurangi kualitas pemahaman dan keterlibatan belajar. Upaya sederhana seperti menonaktifkan notifikasi media sosial, membuat jadwal belajar, menggunakan aplikasi pembatas waktu, serta menetapkan target selama mengikuti perkuliahan daring dapat membantu mahasiswa menjaga fokus akademik.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah partisipan dalam penelitian ini relatif terbatas, yaitu 84 mahasiswa, sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati. Kedua, penelitian ini menggunakan desain korelasional, sehingga hasil penelitian hanya menunjukkan adanya hubungan antara ***cyberloafing*** dan ***student engagement***, bukan hubungan sebab-akibat secara langsung. Ketiga, data penelitian dikumpulkan melalui skala atau laporan diri, sehingga terdapat kemungkinan bias subjektif dari responden dalam menilai perilaku dan keterlibatan mereka sendiri. Keempat, penelitian ini belum menguji faktor lain yang mungkin memengaruhi hubungan antara ***cyberloafing*** dan ***student engagement***, seperti motivasi belajar, kontrol diri, kualitas pengajaran daring, dukungan dosen, atau beban akademik mahasiswa.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan berasal dari berbagai program studi atau perguruan tinggi agar hasil penelitian lebih representatif. Penelitian berikutnya juga dapat menggunakan pendekatan longitudinal untuk melihat perubahan perilaku ***cyberloafing*** dan ***student engagement*** dalam jangka waktu tertentu. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel mediasi atau moderasi, seperti regulasi diri, motivasi akademik, stres akademik, atau kualitas pembelajaran daring, agar pemahaman mengenai hubungan antarvariabel menjadi lebih mendalam.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *cyberloafing* merupakan faktor penting yang berpotensi mempengaruhi kualitas keterlibatan akademik mahasiswa dalam pembelajaran daring. Meskipun hubungan yang ditemukan bersifat moderat, dampaknya terhadap efektivitas pembelajaran sangat signifikan jika tidak dikendalikan. Oleh karena itu, baik mahasiswa maupun lembaga pendidikan perlu berkolaborasi dalam menciptakan sistem pembelajaran digital yang mendukung disiplin diri, pengawasan yang sehat, serta keterlibatan aktif dalam proses belajar.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengonfirmasi bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *cyberloafing* dan *student engagement* pada mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring. Nilai korelasi r = -0,422 dengan p = 0,000 menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel berada pada kategori moderat dengan arah negatif. Artinya, semakin tinggi keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas digital non-akademik selama perkuliahan daring, semakin rendah keterlibatan mereka dalam pembelajaran. Sebaliknya, semakin rendah perilaku *cyberloafing*, semakin tinggi *student engagement* mahasiswa. Temuan ini menjawab tujuan penelitian dan mendukung hipotesis bahwa perilaku penggunaan internet yang tidak relevan dengan kegiatan akademik berkaitan dengan menurunnya keterlibatan belajar mahasiswa dalam lingkungan digital.

Secara ilmiah, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi pendidikan dan perilaku digital, khususnya dalam memahami keterkaitan antara pengendalian aktivitas daring dan keterlibatan akademik mahasiswa. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi dosen dan pengelola perguruan tinggi untuk merancang pembelajaran daring yang lebih interaktif, terarah, dan mampu meminimalkan peluang terjadinya *cyberloafing*. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah dan karakteristik sampel, menggunakan desain longitudinal agar dinamika hubungan antarvariabel dapat diamati secara lebih mendalam, serta menambahkan variabel mediasi atau moderasi seperti motivasi belajar, regulasi diri, kontrol diri, atau stres akademik untuk memperkaya analisis teoritis.

DAFTAR PUSTAKA

Adedoyin, O. B., & Soykan, E. (2023). COVID-19 pandemic and online learning: The challenges and opportunities. *Interactive Learning Environments, 31*(2), 863–875. https://doi.org/10.1080/10494820.2020.1813180

Askew, K., Buckner, J. E., Taing, M. U., Ilie, A., Bauer, J. A., & Coovert, M. D. (2014). Explaining cyberloafing: The role of the theory of planned behavior. *Computers in Human Behavior, 36*, 510–519. https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.006

Chen, M., & Zhang, X. (2024). Factors influencing internet addiction among university students: The mediating roles of self-control and anxiety. *Acta Psychologica, 250*, Article 104535. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104535

Connell, J. P., & Wellborn, J. G. (1991). Competence, autonomy, and relatedness: A motivational analysis of self-system processes. In M. R. Gunnar & L. A. Sroufe (Eds.), *Self processes and development: The Minnesota Symposia on Child Psychology* (Vol. 23, pp. 43–77). Lawrence Erlbaum Associates. https://psycnet.apa.org/record/1991-97029-002

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Dixson, M. D. (2015). Measuring student engagement in the online course: The Online Student Engagement Scale (OSE). *Online Learning, 19*(4), 143–157. https://doi.org/10.24059/olj.v19i4.561

Feni Haryati, L., & Nursaptini, N. (2021). Konferensi Video sebagai Alternatif Media Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. *AL MA'ARIEF: Jurnal Pendidikan Sosial dan Budaya, 3*(2), 85–91. https://doi.org/10.35905/almaarief.v3i2.2477

Handikasari, R. H., Jusuf, I., & Johan, A. (2018). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Gejala Depresi Mahasiswa Kedokteran: Studi pada Mahasiswa Kedokteran Tingkat Akhir yang Menggunakan Kurikulum Modul Terintegrasi. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro), 7*(2), 919–934. https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/20790

Harnani, N., Amijaya, D. T., & Ahmadi, R. S. (2024). Kejenuhan Belajar Pengaruhnya terhadap Minat Belajar Mahasiswa selama Pandemi Covid-19. *Techno-Socio Ekonomika, 17*(1), 87–94. https://doi.org/10.32897/techno.2024.17.1.2860

Junco, R. (2012). Too much face and not enough books: The relationship between multiple indices of Facebook use and academic performance. *Computers in Human Behavior, 28*(1), 187–198. https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.08.026

Kahu, E. R., & Nelson, K. (2018). Student engagement in the educational interface: Understanding the mechanisms of student success. *Higher Education Research & Development, 37*(1), 58–71. https://doi.org/10.1080/07294360.2017.1344197

Lu, X., Wang, Y., Chen, X., & Lu, Q. (2024). From stress to screen: Understanding cyberloafing through cognitive and affective pathways. *Behavioral Sciences, 14*(3), Article 249. https://doi.org/10.3390/bs14030249

Mark, G., Gudith, D., & Klocke, U. (2008). The cost of interrupted work: More speed and stress. In *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 107–110). ACM. https://doi.org/10.1145/1357054.1357072

Marks, H. M. (2000). Student engagement in instructional activity: Patterns in the elementary, middle, and high school years. *American Educational Research Journal, 37*(1), 153–184. https://doi.org/10.3102/00028312037001153

Muntean, C. I. (2011). Raising engagement in e-learning through gamification. In *Proceedings of the 6th International Conference on Virtual Learning ICVL 2011* (pp. 323–329). https://doi.org/10.5281/zenodo.8133016

Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L., & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology, 1*(2), 151–160. https://doi.org/10.21580/wjit.2019.1.2.4067

Nopriyeni, N., Lestari, F. A., Irwandi, I., & Hartati, M. S. (2022). Efektifitas Pembelajaran Daring Berbasis Google Classroom pada Masa Covid-19 di Sekolah Menengah Atas. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 4*(4), 6092–6100. https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i4.3667

Prasad, S., Gupta, I. C., & Totala, N. K. (2017). Social media usage, electronic word of mouth and purchase-decision involvement. *Asia-Pacific Journal of Business Administration, 9*(2), 134–145. https://doi.org/10.1108/APJBA-06-2016-0063

Putri, M., Kuntarto, E., & Alirmansyah, A. (2021). Analisis Kesulitan Belajar Siswa dalam Pembelajaran Daring di Era Pandemi: Studi Kasus pada Siswa Kelas III Sekolah Dasar. *AULADUNA: Jurnal Pendidikan Dasar Islam, 8*(1), 91–108. https://doi.org/10.24252/auladuna.v8i1a8.2021

Reeve, J. (2012). A self-determination theory perspective on student engagement. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of research on student engagement* (pp. 149–172). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-2018-7_7

Rohana, S. (2020). Model Pembelajaran Daring Pasca Pandemi Covid-19. *At-Ta'dib: Jurnal Ilmiah Prodi Pendidikan Agama Islam, 12*(2), 192–208. https://doi.org/10.47498/tadib.v12i02.441

Sarıtepeci, M., & Sert, U. (2021). Cyberloafing level of university students: A scale development study. *Research on Education and Psychology, 5*(1), 41–52. https://dergipark.org.tr/en/pub/rep/issue/63330/919481

Talan, T., Dogan, Y., & Kalinkara, Y. (2023). Relationships between smartphone addiction, academic performance, life satisfaction, hopelessness and cyberloafing among university undergraduate students. *i-manager's Journal of Educational Technology, 19*(4), 24–36. https://doi.org/10.26634/jet.19.4.19429

Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan*. UMM Press.

Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice, 41*(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2