

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data statistik yang sudah dilakukan untuk mengetahui pengaruh *Self-Control* dan *Self-Awareness* terhadap Perilaku *Cyberloafing* pada siswa SMKN 8 Jakarta dengan *Academic Burnout* sebagai variabel mediasi menggunakan bantuan *software* SmartPLS 4.0, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh langsung secara negatif dan signifikan antara *self-control* terhadap *academic burnout* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-control* siswa, maka semakin rendah *academic burnout* pada siswa begitu pun sebaliknya.
2. Terdapat pengaruh langsung secara negatif dan signifikan antara *self-awareness* terhadap *academic burnout* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-awareness* siswa, maka semakin rendah *academic burnout* siswa begitu pun sebaliknya.
3. Terdapat pengaruh langsung *self-control* terhadap perilaku *cyberloafing* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta secara signifikan dengan arah korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah

*self-control* pada siswa, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dimiliki oleh siswa, begitu pun sebaliknya.

4. Terdapat pengaruh langsung *self-awareness* terhadap perilaku *cyberloafing* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta secara signifikan dengan arah korelasi negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah *self-awareness* pada siswa, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* yang dimiliki oleh siswa. Begitu pun sebaliknya, semakin tinggi *self-awareness* pada siswa, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing* yang dimiliki oleh siswa.
5. Terdapat pengaruh langsung secara positif dan signifikan antara *academic burnout* terhadap perilaku *cyberloafing* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta. Hal ini menunjukkan semakin tinggi *academic burnout* siswa, maka semakin tinggi perilaku *cyberloafing* siswa. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah *academic burnout* siswa, maka semakin rendah perilaku *cyberloafing*.
6. Variabel *academic burnout* mampu memediasi pengaruh *self-control* terhadap perilaku *cyberloafing* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMK N 8 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa dengan mempertahankan *academic burnout* pada siswa dapat meningkatkan pengaruh *self-control* terhadap perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh siswa.
7. Variabel *academic burnout* mampu memediasi pengaruh *self-awareness* terhadap perilaku *cyberloafing* pada siswa Manajemen Perkantoran di SMKN 8 Jakarta. Hal ini menunjukkan bahwa dengan mempertahankan

*academic burnout* pada siswa dapat meningkatkan pengaruh *self-awareness* terhadap perilaku *cyberloafing* yang dilakukan oleh siswa.

## 5.2. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan penelitian ini mampu memberikan implikasi secara teoritis dan implikasi secara praktis, yakni sebagai berikut:

### 5.2.1. Implikasi Teoritis

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dikemukakan oleh peneliti, maka implikasi teoritis dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Pada variabel perilaku *cyberloafing* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai terendah yaitu indikator aktivitas sosial. Hal ini menggambarkan siswa SMKN 8 Jakarta masih memiliki kebiasaan melakukan aktivitas sosial saat kegiatan pembelajaran seperti menghidupkan mode hening pada telepon genggam mereka. Berdasarkan hasil tersebut, kemampuan siswa dalam beraktivitas sosial selama kegiatan belajar perlu dipertahankan.
2. Pada variabel *self-control* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai tertinggi yaitu kontrol perilaku. Hal ini menunjukkan siswa SMKN 8 Jakarta memiliki kontrol perilaku yang tinggi meskipun seseorang menyinggung perasaan mereka. Karena sudah dinilai tinggi oleh siswa, maka kemampuan siswa dalam mengontrol perilaku mereka terhadap emosi yang mereka hadapi perlu untuk dipertahankan.

3. Pada variabel *self-awareness* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai tertinggi yaitu *self confidence*. Hal ini menunjukkan siswa SMKN 8 Jakarta memiliki kepercayaan terhadap potensi yang dimiliki dapat membantu mereka diterima di bidang studi impian. Karena sudah dinilai tinggi oleh siswa, maka kepercayaan diri yang mereka miliki dalam mengembangkan potensi yang mereka miliki perlu untuk dipertahankan.
4. Pada variabel *academic burnout* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai terendah yaitu penurunan keyakinan belajar. Hal ini menunjukkan siswa memiliki kemampuan dalam menemukan motivasi dan semangat saat mengerjakan tugas yang banyak. Berdasarkan hasil tersebut, kemampuan siswa terhadap keyakinan belajar yang mereka miliki perlu dipertahankan.

### **5.2.2. Implikasi Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan referensi bagi para guru dan sekolah SMKN 8 Jakarta mengenai perilaku *cyberloafing* dalam dunia pendidikan. Hasil penelitian ini juga sekolah mengenali pentingnya konsep *self-control*, *self-awareness*, dan *academic burnout* kepada siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini sekolah dapat memberikan kebijakan atau solusi yang efektif untuk mengatasi masalah perilaku *cyberloafing* pada siswa.

### **5.3. Rekomendasi Bagi Penelitian Selanjutnya**

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang telah dikemukakan peneliti, maka rekomendasi yang dapat penulis berikan yakni sebagai berikut:

1. Pada variabel perilaku *cyberloafing* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai tertinggi yaitu indikator aktivitas hiburan. Hal ini menggambarkan siswa SMKN 8 Jakarta masih memiliki kebiasaan melakukan aktivitas hiburan saat kegiatan pembelajaran. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti merekomendasikan pada guru untuk melakukan aktivitas hiburan disela-sela pembelajaran seperti melakukan *ice breaking*.
2. Pada variabel *self-control* memiliki nilai item kuesioner dengan nilai terendah yaitu siswa akan melakukan hal yang menyenangkan tanpa menyulitkan orang lain. Hal ini menunjukkan siswa SMKN 8 Jakarta pada kemampuan siswa dalam melakukan aktivitas yang mereka sukai terkadang masih menyulitkan orang di sekitar mereka. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti merekomendasikan untuk siswa diberikan pemahaman apabila kegiatan yang mereka lakukan membebani orang lain, sehingga siswa memiliki kontrol atau logika atas perilaku mereka.
3. Pada variabel *self-awareness* indikator yang memiliki nilai item kuesioner dengan nilai terendah yaitu *emotional awareness*. Hal ini menunjukkan siswa SMKN 8 Jakarta tidak memiliki kepercayaan diri terhadap setiap emosi yang mereka miliki. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti merekomendasikan siswa bersama dengan orang tua siswa untuk berkonsultasi kepada ahli sehingga siswa dan orang sekitar mereka dapat membantu siswa memahami setiap emosi yang mereka rasakan.

4. Pada variabel *academic burnout* memiliki nilai item kuesioner dengan nilai tertinggi yaitu depersonalisasi dan kelelahan emosional. Hal ini menunjukkan siswa SMKN 8 Jakarta masih merasa rendah diri apabila memiliki teman dengan prestasi yang lebih baik dari diri mereka sendiri, serta tidak memiliki motivasi untuk berkembang karena merasa bahwa belajar merupakan kegiatan yang melelahkan. Berdasarkan hasil tersebut, peneliti merekomendasikan pada siswa untuk mengelola gangguan depersonalisasi dan kelelahan emosional yang mereka miliki dengan melakukan penetapan rutinitas yang terstruktur sehingga memberikan rasa stabilitas dan kontrol diri pada individu.
5. Peneliti selanjutnya dapat lebih mengeksplor mengenai variabel yang memengaruhi *academic burnout* selain *self-control* dan *self-awareness*.

#### **5.4. Keterbatasan Penelitian**

Berdasarkan pada pengalaman peneliti selama proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi pertimbangan untuk peneliti selanjutnya. Berikut beberapa keterbatasan penelitian dalam penelitian ini:

1. Objek penelitian hanya di fokuskan pada siswa dari jurusan Manajemen Perkantoran, sehingga mungkin hasil penelitian tidak relevan untuk menggambarkan keadaan pada siswa jurusan lain di sekolah yang sama.
2. Penelitian ini hanya menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui kuesioner tanpa melakukan wawancara dan terlibat

langsung dalam aktivitas sekolah, sehingga hasil yang dikemukakan peneliti hanya berdasarkan pada data yang terkumpul melalui kuesioner.

