

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA SISWA KELAS 2
DI SMA NEGERI 3 PALEMBANG**



SKRIPSI

OLEH:

**RESTU AFRIYUZALYA
04041281419035**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
INDRALAYA
2018**

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA SISWA KELAS 2
DI SMA NEGERI 3 PALEMBANG**



SKRIPSI

OLEH:

RESTU AFRIYUZALYA

04041281419035

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA

2018

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN
SMARTPHONE PADA SISWA KELAS 2 DI SMA NEGERI 3
PALEMBANG**

Skripsi

Dipersiapkan dan disusun oleh
RESTU AFRIYUZALYA
NIM. 04041281419035

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Tanggal, 31 Agustus 2018

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I



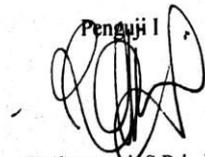
Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi, M.Si
NIP. 197805212002122004

Pembimbing II



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A
NIP. 198612152015042004

Penguji I



Rachmawati, S.Psi., M.A.
NIP. 197703282012092201

Penguji II



Rosada Dwi Iswari, M. Psi., Psikolog
NIP. 199010282018032001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal, 31 Agustus 2018



Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A.
NIP. 198612152015042004

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya Restu Afriyuzalya, dengan disaksikan oleh tim penguji skripsi, dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaannya di suatu perguruan tinggi manapun. Dan sepanjang sepengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan, maka saya bersedia derajat kesarjanaannya saya dicabut.

Indralaya, 31 Agustus 2018


6000
Restu Afriyuzalya

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan ridhonya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa Kelas 2 Di SMA Negeri 3 Palembang” selesai tepat pada waktunya.

Penyusunan skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan dukungan dari pihak-pihak yang selalu hadir dalam proses ini. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Orang tua tercinta, Mami saya HJ. Yusnani dan Papi saya Ir. H. Zainal Aripin D. yang selama ini selalu memberikan doa, semangat dan bantuan serta dukungan baik secara emosional, instrumental, informasi, dan penghargaan.
2. Saudara saya Rachmad Robby Yuzaldy, S.I.P., Dr. Rachmad Ricky Arnandy dan Siti Indah Oktaviani, S.Pd., M.Si yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini dan juga untuk Deni Rahman, S.Pd yang juga membantu saya dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang selalu sabar dalam membimbing, memberikan motivasi, bimbingan, kritikan, dan saran serta bantuan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Ibu Rachmawati, S.Psi., MA selaku Dosen Pembimbing Akademik sekaligus Penguji I saya yang selalu memberikan motivasi, saran, bimbingan dan juga arahan selama saya menjadi mahasiswa Program Studi Psikologi.
5. Sahabat saya yang selalu berusaha ada disaat saya membutuhkan mereka Oktavia, Kiky, Maharani, Maya, Intania, Ayu serta Rey yang selalu memberikan support dan menghibur disaat masa-masa sulit saya dalam pengerjaan skripsi.
6. Sahabat yang selalu menemani masa perkuliahan saya Syarifa, Restu Amalia, Alda, Bima, Ama, Regina, Wim, Gio, Richi, Mei, Farras, Anis, Desty, Syifa, Amanda, Ninik, Riza, Fariha, Margareta, Meisi dan juga teman kelas A angkatan 2014 lainnya.
7. Seluruh teman Psikologi angkatan 2014 yang telah banyak memberikan kesan, keceriaan, dan keseruan kepada penulis.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan proposal penelitian ini yang berjudul “**Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa Kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang**”.

Dalam melaksanakan proses dan penyusunan proposal penelitian ini, peneliti menyadari bahwa tidak akan dapat menyelesaikan semuanya dengan baik tanpa bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE, selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Dr. H. Syarif Husin, M.S, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A, selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Sayang Ajeng Mardhiyah, S.Psi, M.Si, selaku Dosen Pembimbing I yang sangat membantu dan membimbing dengan kesabaran, ketulusan dan telah memberikan motivasi dan pelajaran yang sangat berharga bagi peneliti.
5. Ibu Ayu Purnamasari, S.Psi., M.A, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pelajaran dan motivasi untuk peneliti.
6. Ibu Marisya Pratiwi, M.Psi., Psikolog, dan Bapak M. Zainal Fikri, S.Psi., MA., selaku dewan penguji skripsi.
7. Bapak dan Ibu guru SMA Negeri 3 Palembang yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian dan adik-adik siswa SMAN 3 yang telah berpartisipasi dan membantu dalam penelitian ini.
8. Serta semua pihak dan teman-teman seperjuangan yang telah membantu terlaksananya penelitian ini baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kesalahan dan kekurangan, serta jauh dari kata sempurna baik dalam penyusunan maupun materi. Oleh sebab itu, saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan untuk penelitian lanjutan di masa mendatang. Akhir kata, semoga proposal penelitian ini bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Palembang, 31 Agustus 2018

Restu Afriyuzalya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
1. Teoritis	12
2. Praktis.....	13
E. Keaslian Penelitian.....	13
BAB II LANDASAN TEORI	19
A. Kecanduan <i>Smartphone</i>	19
1. Pengertian Kecanduan <i>Smartphone</i>	19
2. Ciri-ciri Kecanduan <i>Smartphone</i>	20
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan <i>Smartphone</i>	22
4. Komponen Kecanduan <i>Smartphone</i>	24
5. Dampak Kecanduan <i>Smartphone</i>	26
B. Kontrol Diri.....	29
1. Pengertian Kontrol Diri	29
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	31
3. Aspek-aspek Kontrol Diri	32
C. Hubungan antar Variabel	35
D. Kerangka Berpikir.....	38
E. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	39
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	39

1. Kecanduan <i>Smartphone</i>	39
2. Kontrol Diri	40
C. Populasi dan Sampel Penelitian	40
1. Populasi	40
2. Sampel.....	41
D. Metode Pengumpulan Data	43
1. Skala Kecanduan <i>Smartphone</i>	43
2. Skala Kontrol Diri	44
E. Validitas dan Reliabilitas	47
1. Validitas	47
2. Reliabilitas.....	47
F. Metode Analisis Data	48
1. Uji Asumsi Penelitian.....	48
2. Uji Hipotesis.....	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Orientasi Kancan Penelitian	50
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian	51
1. Persiapan Administrasi.....	51
2. Persiapan Alat Ukur	52
a. Skala Kecanduan <i>Smartphone</i>	53
b. Skala Kontrol Diri	55
3. Pelaksanaan Penelitian	56
C. Hasil Penelitian	59
1. Deskripsi Subjek Penelitian	59
2. Deskripsi Data Penelitian	61
3. Hasil Analisis Data Penelitian.....	63
a. Uji Asumsi	63
1) Uji Normalitas.....	63
2) Uji Linearitas.....	64
b. Uji Hipotesis	65
D. Hasil Analisis Tambahan	66
E. Pembahasan	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. <i>Blue Print</i> Skala Kecanduan <i>Smartphone</i>	44
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala Kontrol Diri	45
Tabel 3.3. Skor Jawaban Skala Penelitian	46
Tabel 4.1. Distribusi Aitem Sahih dan Gugur Skala Kecanduan <i>Smartphone</i> ...	54
Tabel 4.2. Penomoran Baru Skala Kecanduan <i>Smartphone</i> Setelah Uji Coba...	54
Tabel 4.3. Distribusi Aitem Sahih dan Gugur Skala Kontrol Diri.....	55
Tabel 4.4. Penomoran Baru Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba	56
Tabel 4.5. Deskripsi Usia Subjek Penelitian.....	59
Tabel 4.6. Deskripsi Jenis Kelamin Subjek Penelitian	60
Tabel 4.7. Deskripsi Jurusan Subjek Penelitian.....	60
Tabel 4.8. Deskripsi Data Penelitian.....	61
Tabel 4.9. Rumus Pengkategorian	61
Tabel 4.10. Deskripsi Kategorisasi Kecanduan <i>Smartphone</i> Pada Subjek Penelitian.....	62
Tabel 4.11. Deskripsi Kategorisasi Kontrol Diri Pada Subjek Penelitian	63
Tabel 4.12. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Untuk Tiap Variabel.....	64
Tabel 4.13. Rangkuman Hasil Analisis Linearitas.....	64
Tabel 4.14. Rangkuman Hasil Analisis Hipotesis	65
Tabel 4.15. Rangkuman Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia.....	66
Tabel 4.16. Hasil Signifikansi Perbedaan Kecanduan <i>Smartphone</i> Berdasarkan Usia	67
Tabel 4.17. Deskripsi Perbedaan Mean Kecanduan <i>Smartphone</i> Berdasarkan Usia.....	67
Tabel 4.18. Rangkuman Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin.....	68
Tabel 4.19. Deskripsi Perbedaan Mean Kecanduan <i>Smartphone</i> Berdasarkan Jenis Kelamin	69
Tabel 4.20. Rangkuman Hasil Uji Beda Berdasarkan Jurusan	69

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	85
A. Skala Uji Coba Penelitian	86
B. Skala Setelah Uji Coba Penelitian.....	89
LAMPIRAN B	92
A. Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Kecanduan <i>Smartphone</i>	93
B. Hasil Uji Validitas & Reliabilitas Kontrol Diri	96
LAMPIRAN C	98
A. Deskripsi Data Penelitian	99
B. Frekuensi Data Penelitian	99
C. Frekuensi Subjek Penelitian.....	102
D. Hasil Uji Normalitas	103
E. Hasil Uji Linearitas	104
F. Hasil Uji Hipotesis	104
LAMPIRAN D	105
A. Hasil Uji Beda Berdasarkan Usia.....	106
B. Hasil Uji Beda Berdasarkan Jenis Kelamin	107
C. Hasil Uji Beda Berdasarkan Jurusan.....	109
LAMPIRAN E	110
A. Hasil Tabulasi Data Uji Coba Alat Ukur	111
B. Hasil Tabulasi Data Penelitian	121
SURAT PENELITIAN	151

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN SMARTPHONE PADA SISWA KELAS 2 DI SMA NEGERI 3 PALEMBANG

Restu Afriyuzalya¹, Sayang Ajeng Mardhiyah²

ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Hipotesis penelitian yaitu ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone*.

Populasi penelitian adalah 415 siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang yang memiliki *smartphone*. Penelitian menggunakan *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling* dan menetapkan responden sebanyak 191 siswa. Skala kontrol diri mengacu pada aspek-aspek kontrol diri dari Averill (1973). Sedangkan skala kecanduan *smartphone* mengacu pada komponen kecanduan *smartphone* dari Kwon, et, al., (2013). Analisis data menggunakan metode *pearson product moment*.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang dengan nilai $r = -0,464$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Ini menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kecanduan *smartphone*. Dengan demikian hipotesis pada penelitian ini diterima. Nilai r bernilai negatif artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecanduan *smartphone* yang dialami begitu juga sebaliknya.

Kata Kunci: Kontrol Diri, Kecanduan *Smartphone*.

¹Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

²Dosen Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONTROL WITH SMARTPHONE
ADDICTION IN STUDENTS CLASS 2 OF SENIOR HIGH SCHOOL 3
PALEMBANG**

Restu Afriyuzalya¹, Sayang Ajeng Mardhiyah²

ABSTRACT

The research objective was to determine relations of self control with smartphone addiction in students class 2 of senior high school 3 palembang.

The study population was 415 grade 2 students in senior high school 3 in palembang who had a smartphone. The study used probability sampling with simple random sampling technique and set 191 student as the number of the respondents. Self-control scale was measured used aspects from Averill (1973). Smartphone addiction scale was measured used component from Kwon, et, al., (2013). Data analysis using the Pearson product moment method.

The results of data analysis showed that there was a relationship between self-control and smartphone addiction in students class 2 of senior high school 3 palembang with a value of $r = - 0.464$ and $p = 0.000$ ($p < 0.05$). It shows that self-control has a significant relationship with smartphone addiction. Thus the hypothesis in this study was accepted. R had a negative value, it means that the higher the self-control, the lower the smartphone addiction experienced and vice versa.

Keywords: *Self-Control, Smartphone Addiction.*

¹ *Student of Psychology Departement of Medical Faculty, Universitas Sriwijaya.*

² *Lecturer of Psychology Departement of Medical Faculty, Universitas Sriwijaya.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi dan informasi dunia saat ini berkembang pesat. Dengan perkembangan zaman yang semakin maju, kecanggihan teknologi memang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan manusia. Berbagai inovasi-inovasi teknologi di realisasikan dan membantu manusia di kehidupan sehari-hari. Banyak teknologi canggih yang telah diciptakan, salah satunya yaitu *gadget* seperti *smartphone*.

Pada era digital seperti sekarang ini, orang tidak lagi harus bertemu dengan lawan bicara untuk menyampaikan pesan karena dengan adanya *smartphone* menjadi perangkat yang mampu mengantarkan pesan tersebut dalam hitungan detik. Bentuknya yang praktis dan fungsi yang beragam, menjadikan *smartphone* sebagai perangkat yang mampu membuat hidup seseorang menjadi lebih mudah (Hanika, 2015).

Gowthami dan Kumarr (2016) mengatakan bahwa *smartphone* merupakan ponsel dengan fitur dan fungsi yang canggih seperti membuat panggilan telepon dan mengirim pesan teks. *Smartphone* dilengkapi dengan kemampuan yang beragam seperti untuk menampilkan foto, bermain *game*, memutar video, kamera, pemutaran audio, video dan rekaman, mengirim atau menerima *email*, aplikasi untuk situs *website* sosial dan menjelajahi *website*, internet dan banyak lagi.

Smartphone dengan keyboard mini memiliki fungsi yang menyerupai komputer, seperti email, kalender dan buku alamat, dan program perkantoran

untuk membaca dan mengedit. Selain itu, memiliki fitur multimedia seperti kamera, video, rekaman suara atau podcasting dan bisa bersaing dengan peralatan khusus. Terdapat juga platform komunikasi sosial seperti *Facebook*, *Twitter*, *Instagram*, *WhatsApp*, GPS dan permainan yang sangat populer (Kibona & M gaya, 2015). Dengan keunggulan dan fungsi tersebut membuat *smartphone* saat ini menjadi barang prioritas utama di setiap kalangan, khususnya dikalangan pelajar.

Saat ini sekitar 60 juta penduduk Indonesia memiliki *gadget*, dan Indonesia berada di urutan kelima dunia terbanyak kepemilikan *gadget* (Devega, 2017). Lembaga riset digital marketing Emarketer memperkirakan pada tahun 2018 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia mencapai lebih dari 100 juta orang. Dengan jumlah yang sebesar itu, Indonesia menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbesar keempat di dunia setelah negara Cina, India dan Amerika. Ironisnya, menurut data *wearesocial* per Januari 2017 mengatakan bahwa orang Indonesia bisa menatap layar *smartphone* kurang lebih 9 jam sehari dan Indonesia urutan ke 5 dunia dalam hal media sosial (Devega, 2017).

Survei yang juga dilakukan APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2016 melaporkan bahwa terdapat 132,7 juta atau setara 51,7% dari 256,2 juta jiwa pengguna internet. Data survei tersebut ditemukan bahwa rata-rata orang di Indonesia yang mengakses internet menggunakan *smartphone* sebanyak 63,1 juta orang, sedangkan yang mengakses melalui *smartphone* dan laptop mencapai 67,2 juta orang. Dimana sebanyak 75,5% pengguna berusia 10 sampai 24 tahun. Menurut ketua APJII penyebabnya ialah

perkembangan infrastruktur dan mudahnya dalam mendapatkan *smartphone* tersebut (Buletin APJII, 2016).

Populasi pengguna *smartphone* di Indonesia mayoritas berasal dari usia muda yaitu sebanyak 80% dari usia 15 sampai 17 tahun sementara 75% dari usia 18 sampai 24 tahun dan 79% dari usia 25 sampai 34 tahun (Cahyo, 2017). Selanjutnya, dari data statistik kepemilikan *smartphone* di Indonesia mengungkapkan bahwa yang menjadi peringkat pertama pengguna *smartphone* sebanyak 79,20% pada usia 16 sampai 25 tahun (Kominfo, 2018). Menurut Santrock (2011) seseorang yang berusia 13-22 tahun termasuk kedalam periode perkembangan masa remaja.

Data tersebut menunjukkan bahwa banyak remaja di Indonesia yang telah menggunakan *smartphone*. Remaja yang hidup di jaman sekarang ini berada pada masa yang serba canggih, banyak informasi dari belahan dunia manapun bisa di akses dengan mudah hanya dengan *smartphone* yang dimiliki.

Kemampuan ponsel yang menjadi lebih canggih dan multifungsi, membuat remaja semakin ketergantungan atau kecanduan terhadap teknologi ini tidak hanya untuk komunikasi interpersonal melalui suara atau teks seperti layanan pesan singkat (SMS), tapi juga sebagai alat untuk mencari informasi secara *online*, untuk hiburan, relaksasi di waktu luang, pengambilan gambar dan video, ekspresi di status dan identitas, dan aplikasi lainnya (Leung, 2007).

Penggunaan *smartphone* bagi remaja dapat membawa dampak positif maupun negatif seperti membantu dalam proses belajar mereka, memudahkan dalam berkomunikasi dengan teman atau keluarganya, serta membantu mereka

dalam mendapatkan semua informasi yang diinginkan dan mereka dapat belajar dengan tidak terpaku hanya pada buku yang dimiliki saja. Dari beberapa dampak positif tersebut, terdapat pula dampak negatif dari penggunaan *smartphone* untuk remaja jika keseringan bermain dengan *smartphone*, seperti mereka yang berlebihan dalam penggunaan *smartphone* akan mempengaruhi proses belajar siswa seperti malas belajar dan cenderung lebih banyak menghabiskan waktu mereka dengan bermain *smartphone* dibandingkan belajar (Dewanti, Widada & Triyono, 2016). Saat pelajar tidak mampu mengontrol dirinya dalam penggunaan *smartphone*, pengguna akan mengalami ketergantungan atau dengan kata lain mengalami kecenderungan kecanduan pada *smartphone*.

Kamus besar bahasa Indonesia (KBBI) menjelaskan bahwa kecanduan merupakan ketergantungan terhadap suatu kegemaran sehingga melupakan hal-hal yang lain. Seorang individu yang dapat dikatakan pecandu ketika memiliki ketergantungan terhadap suatu hal baik ketergantungan secara fisik maupun psikologis. Selanjutnya, menurut Kwon, Kim, Cho & Yang (2013) kecanduan *smartphone* merupakan perilaku ketergantungan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol terhadap diri seseorang.

Kebanyakan siswa saat ini tidak bisa lepas dari penggunaan *smartphone* yang dimiliki sehingga mengakibatkan dampak yang tidak baik bagi kehidupan mereka yaitu mengalami kecenderungan ketergantungan terhadap *smartphone* dan mengganggu proses belajarnya di sekolah.

Demikian juga fenomena yang peneliti temukan pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang, saat peneliti melakukan pengamatan secara langsung pada tanggal 25 September 2017 peneliti menemukan bahwa hampir seluruh dari mereka menggunakan *smartphone* nya saat jam pelajaran sudah harus dimulai.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada dua orang siswa di SMA tersebut kepada dua orang subjek dengan inisial MI dan SI yang berusia 16 tahun. Menurut MI *smartphone* merupakan suatu barang yang sangat penting bagi dirinya karena banyak hal yang bisa didapatkan mulai dari kebutuhan pendidikan maupun kebutuhan *refreshing*. MI mengatakan banyak sekali waktu yang telah ia habiskan bersama *smartphone* dibandingkan belajar. MI bisa menghabiskan sekitar 15 jam atau lebih dalam sehari hanya untuk bermain *smartphone*. Kemudian menurut MI dengan bermain *smartphone* dapat membantunya dalam melupakan dan menghilangkan stres dari permasalahan yang sedang dihadapi.

Selanjutnya SI mengatakan bahwa *smartphone* merupakan suatu barang yang sangat penting baginya karena *smartphone* bisa menghiburnya di saat kesepian. SI bisa menghabiskan sekitar 18 jam dalam sehari untuk bermain *smartphone* seperti memainkan *game*, membuka sosial media, dan *chatting*. *Smartphone* merupakan salah satu barang yang harus dibawa kemana pun SI pergi. SI merasa tanpa *smartphone* nya ada sesuatu yang aneh atau hilang pada dirinya. SI juga merasa cemas dan panik ketika *smartphone* yang dimilikinya tidak bisa digunakan. SI mengatakan bahwa ketika sedang ada masalah ia selalu melampiaskannya dengan cara *on-line* di sosial media dan memainkan *smartphone* nya. SI pun merasa kesal ketika ada orang yang mengganggu dan

melarangnya saat bermain *smartphone*. Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan, siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang diduga memiliki kecanduan *smartphone* yang tinggi.

Selain itu peneliti juga melakukan wawancara pada tanggal 13 Februari 2018 ke salah satu guru yang ada di SMA tersebut, beliau mengatakan bahwa siswa memang diperbolehkan untuk membawa *smartphone* yang mereka miliki ke sekolah, tapi tetap dengan peraturan yang ada yaitu siswa hanya boleh menggunakan *smartphone* nya tersebut disaat mata pelajaran dan guru memperbolehkan siswa untuk mengakses informasi yang lebih dari internet. Namun masih ada beberapa siswa yang suka melanggar peraturan tersebut, seperti mendengarkan musik disaat jam pelajaran, bermain *game online*, aktif media sosial, dan lain-lain. Menurut guru tersebut saat siswa melanggar aturan mereka akan langsung mengambil atau menyita *smartphone* tersebut dan baru akan dikembalikan pada siswa yang bersangkutan saat jam pulang sekolah. Kemudian guru juga akan memberikan teguran kepada siswanya yang melanggar sebanyak 3 kali dan disertai dengan surat peringatan kepada siswa tersebut.

Guru juga mengatakan bahwa tetap saja setiap hari ada siswa yang mendapatkan teguran karena ketahuan memainkan *smartphone* nya baik disaat jam pelajaran sedang berlangsung maupun saat di luar jam pelajaran. Hal ini membuat konsentrasi siswa menjadi terganggu dalam proses belajar karena penggunaan *smartphone* yang tidak tepat seperti siswa yang diam-diam menggunakan *smartphone* ketika guru sedang mengajar dan membuat guru juga merasa terganggu dengan hal tersebut. Berdasarkan hasil wawancara yang telah

peneliti lakukan, kecanduan *smartphone* mengakibatkan dampak yang negatif bagi siswa dan guru di SMA Negeri 3 Palembang.

Selanjutnya, fenomena ini diperkuat oleh hasil data angket survey awal yang telah peneliti lakukan pada tanggal 14 Maret 2018 dan dibagikan kepada 17 siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang, menunjukkan bahwa seluruh siswa yang di survey membawa *smartphone* nya ke sekolah. Seluruh subjek survey memberikan jawaban yang beragam mengenai apa yang mereka lakukan saat bermain *smartphone* seperti mencari informasi yang diinginkan, bermain *games online*, menonton *youtube*, mencari referensi tugas sekolah, membaca novel, membaca berita, *chatting*, dan aktivitas sosial media lainnya. Kemudian peneliti mendapatkan beragam jawaban dari siswa mengenai waktu yang telah mereka habiskan untuk penggunaan *smartphone*, sebanyak 10 siswa (58,8%) menggunakan *smartphone* selama lebih dari 5 jam dalam satu hari bahkan terdapat satu siswa yang menggunakan *smartphone* hampir setiap waktu kecuali saat tidur.

Sebanyak 13 siswa (76,5%) merasa cemas ketika terjadi sesuatu pada *smartphone* yang dimiliki dan 14 siswa (82,4%) merasa panik ketika lupa menaruh *smartphonenya*. Ada 11 siswa (64,7%) melampiaskan permasalahan yang sedang dihadapi dengan cara bermain *smartphone*. Terdapat 15 siswa (88,2%) mengatakan bahwa bermain *smartphone* dapat menghilangkan stres, dan sisanya 2 siswa (11,8%) beranggapan bermain *smartphone* tidak menghilangkan stres.

Kemudian 4 siswa (23,5%) menganggap *smartphone* merupakan hal yang sangat penting baginya dan sisanya 13 siswa (76,5%) mengatakan bahwa *smartphone* penting dalam hidup mereka. Sebanyak 15 siswa (88,2%) menyatakan *smartphone* merupakan suatu kebutuhan yang harus dipenuhi, dengan jawaban yang beragam seperti *smartphone* yang sudah menjadi sebuah keperluan dalam kegiatan sehari-hari mereka, sebagai sarana komunikasi dengan keluarga dan teman, untuk menghibur diri saat merasa bosan dan kesepian, yang terakhir siswa mengatakan bahwa *smartphone* merupakan suatu prioritas yang harus dipenuhi. Terdapat 12 siswa (70,6%) khawatir saat tidak memegang *smartphone* yang dimiliki dan 14 siswa (82,4%) merasa ada yang hilang, ketika tidak membawa *smartphone* saat sedang berpergian.

Berdasarkan hasil angket yang peneliti sebar dan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan, siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang menunjukkan ciri-ciri kecanduan *smartphone* menurut Leung (2007). Dimana siswa merasa cemas dan merasa kehilangan saat tidak menggunakan *smartphone*, menjadikan *smartphone* sebagai pengalihan rasa kesepian dan bosan. Selain itu terdapat ciri-ciri kecanduan *smartphone* menurut Bianchi dan Philips (Leung, 2007), dimana siswa mengalami *preokupasi* atau pikiran yang terpusat pada *smartphone*, misalnya ketika berada di luar jangkauan untuk beberapa waktu dan menggunakan *smartphone* dalam waktu yang lama.

Chiu (2014) mengatakan adanya gangguan kecanduan *smartphone* adalah sebagai salah satu alasan untuk pengalihan rasa stres pada diri seorang individu khususnya dikalangan remaja, dan tidak adanya kontrol diri yang kuat terhadap

pemakaian *smartphone* sehingga sebagai awal terjadinya ketergantungan akan alat komunikasi tersebut (Karuniawan & Cahyati, 2013). Perilaku yang dapat dikatakan sebagai perilaku kecanduan ketika individu tidak mampu untuk mengontrol keinginannya dan menyebabkan dampak yang negatif pada diri individu (Yuwanto, 2013).

Melihat dampak negatif dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan, kontrol diri merupakan peranan penting dalam kemampuan untuk mengendalikan penggunaan *smartphone* agar sesuai dengan kebutuhan (Asih & Fauziah, 2017). Namun menurut Widyastuti (Dewanti, dkk., 2016) individu pada usia remaja identik dengan rasa ingin tahu yang besar dengan kontrol terhadap perilaku adaptif yang rendah.

Young (Widiana, Retnowati, Hidayat, 2004) mengatakan bahwa seorang pecandu internet atau *smartphone* tidak merasa dirinya mengalami kecanduan bahkan tidak mau disebut pecandu karena tidak menyadari bahwa perilakunya berlebihan. Pecandu internet atau *smartphone* tidak dapat menghentikan keinginannya untuk menggunakan *smartphone*, sehingga kehilangan kontrol dari penggunaan *smartphone* dan kehidupannya.

Kontrol diri menurut Averill (1973) disebut juga dengan kontrol personal merupakan variabel psikologis yang di dalamnya terdapat tiga konsep yang berbeda tentang kemampuan dalam mengontrol diri yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakininya. Selanjutnya, menurut Kail (Asih & Fauziah

2017) kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku dan menahan diri dari godaan.

Gottfredson dan Hirschi mengatakan bahwa seseorang yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, bersifat egois, senang dalam mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah merasa frustrasi (Aroma & Suminar, 2012).

Berdasarkan hasil data angket survey awal yang telah peneliti bagikan kepada 17 siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang, sebanyak 16 siswa (94,1%) mengatakan bahwa dapat menyelesaikan tugas-tugas sekolah yang diberikan dengan baik dan 11 siswa (64,7%) percaya telah menyelesaikan tugasnya dengan semaksimal mungkin, namun sebanyak 15 siswa (88,2%) juga merasa menyesal apabila tidak dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik. Selanjutnya 15 siswa (88,2%) tidak merasa terbebani dengan peraturan-peraturan yang ada di sekolah saat ini, menurut mereka peraturan sekolah dibuat untuk membantu mereka menjadi lebih baik seperti mengajarkan kedisiplinan dan kerapian, sebanyak 14 siswa (88,2%) mengatakan datang ke sekolah dengan tepat waktu dan 14 siswa (82,4%) dapat menolak ajakan temannya untuk membolos saat jam pelajaran sedang berlangsung.

Sebanyak 12 siswa (70,6%) mengatakan dapat mengontrol emosinya ketika mereka sedang menghadapi suatu masalah, seperti 16 siswa (94,1%) tidak menyalahkan orang lain atas kegagalan yang mereka alami dan 12 siswa (70,6%) tidak menyerah apabila mereka sedang menemui suatu hambatan dan dapat

mengambil suatu keputusan dengan tenang tanpa tergesa-gesa. Selain itu terdapat 8 siswa (47,1%) mengikuti kegiatan akademik diluar sekolah, namun dengan waktu yang banyak mereka habiskan disekolah maupun diluar sekolah, seluruh subjek survey mengatakan bahwa mereka tetap bisa berinteraksi dengan baik bersama keluarganya dirumah, bahkan terdapat 11 siswa (64,7%) tetap bisa menyelesaikan pekerjaan rumah sebelum berpergian. Berdasarkan hasil data angket survey tersebut yang telah peneliti sebar, siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang diduga memiliki kontrol diri yang tinggi.

Kemampuan remaja dalam mengontrol diri sangat diperlukan untuk mengendalikan perilaku terhadap dorongan dan keinginan yang dapat berdampak negatif. Setiap individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu menginterpretasi stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensi yang ada sehingga mampu memilih tindakan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan, sedangkan individu dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya (Widiana, Retnowati, Hidayat, 2004).

Berdasarkan teori diatas mengungkapkan bahwa individu yang mengalami kecanduan *smartphone* memiliki kontrol diri yang rendah, dan sebaliknya individu yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* memiliki kontrol diri yang tinggi. Namun berbeda dengan fenomena yang ditemukan peneliti mengungkapkan bahwa siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang memiliki kontrol diri yang tinggi, tetapi tetap mengalami kecanduan *smartphone*. Sehubungan dengan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melihat

apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah pada penelitian ini berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan yaitu apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang?

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang ada dalam penelitian ini, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya dan memberikan sumbangan ilmu pengetahuan terhadap perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dan psikologi sosial yang berkaitan dengan kontrol diri dan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada remaja agar lebih mampu membatasi waktu penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari efek negatif kecanduan *smartphone*.

b. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah dalam menerapkan peraturan mengenai penggunaan *smartphone* ketika jam pelajaran sehingga menghindari siswa dari efek negatif kecanduan *smartphone* dan juga memberikan informasi mengenai efek negatif dari kecanduan *smartphone* yang dapat dipaparkan kepada siswa melalui penyuluhan.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil pencarian yang berhubungan dengan judul penelitian yang akan dibahas oleh peneliti dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa Kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang”. Peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan judul penelitian sebagai berikut:

Penelitian dengan judul Hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna *facebook* yang dilakukan oleh Putri Wulan Sari L.B (2015). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna *facebook*. Dimana semakin tinggi kontrol diri seorang remaja dalam menggunakan *facebook* maka pengungkapan dirinya akan semakin rendah,

sebaliknya semakin rendah kontrol diri seorang remaja dalam menggunakan *facebook* maka pengungkapan dirinya akan semakin tinggi, sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel terikat dan subjek penelitian. Variabel terikat yang akan digunakan adalah kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna *facebook*” menggunakan pengungkapan diri sebagai variabel terikat dan subjek yang digunakan adalah remaja pengguna *facebook*.

Penelitian dengan judul Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir yang dilakukan oleh Resti Fauzul Muna dan Tri Puji Astuti (2014). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan antara variabel kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin rendah kemampuan kontrol diri yang dimiliki remaja, maka kecenderungan kecanduan media sosial akan semakin tinggi. Begitu sebaliknya, semakin tinggi kemampuan kontrol diri yang dimiliki remaja, maka kecenderungan kecanduan media sosial akan semakin rendah.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel terikat dan subjek penelitian. Variabel terikat yang akan digunakan adalah kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3

Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir” menggunakan kecenderungan kecanduan media sosial sebagai variabel terikat dan subjek yang digunakan adalah remaja akhir.

Penelitian dengan judul Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku kenakalan remaja pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta tahun pelajaran 2014/2015 yang dilakukan oleh Fitrianingrum Munawaroh (2015). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku kenakalan remaja pada siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Nilai koefisien korelasi negatif menunjukkan arah kedua variabel yang negatif, yaitu semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku kenakalan remaja, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku kenakalan remaja pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel terikat dan subjek penelitian. Variabel terikat yang akan digunakan adalah kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku kenakalan remaja pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta tahun pelajaran 2014/2015” menggunakan perilaku kenakalan remaja sebagai variabel terikat dan subjek yang digunakan adalah siswa kelas X SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta tahun pelajaran 2014/2015.

Penelitian dengan judul Hubungan antara kontrol diri dan keterampilan sosial dengan kecanduan internet pada siswa SMK yang dilakukan oleh Dwi Istri (2016). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet. Artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah kecanduan internet siswa tersebut begitu juga sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis yang peneliti ajukan diterima.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel terikat dan subjek penelitian. Variabel terikat yang akan digunakan adalah kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara kontrol diri dan keterampilan sosial dengan kecanduan internet pada siswa SMK” menggunakan kecanduan internet sebagai variabel terikat dan subjek yang digunakan adalah siswa SMK.

Penelitian dengan judul Hubungan antara kecanduan *gadget (smartphone)* dengan empati pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang dilakukan oleh Rahmad Adi Prasetyo (2017). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecanduan gadget dengan empati pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang artinya semakin tinggi kecanduan gadget maka semakin rendah empati pada mahasiswa, dan sebaliknya semakin rendah kecanduan gadget maka semakin tinggi empati pada mahasiswa.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada kedua variabel yang mana variabel bebas peneliti adalah variabel kontrol diri dan variabel terikat peneliti adalah variabel kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “Hubungan antara kecanduan dengan empati pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta” menggunakan empati sebagai variabel terikat dan kecanduan *gadget (smartphone)* sebagai variabel bebas dan subjek yang digunakan adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penelitian dengan judul *Relationship between smartphone addiction and physical activity in Chinese international students in Korea* yang dilakukan oleh Sung-Eun Kim, Jin-Woo Kim dan Yong-Seok Jee (2015). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecanduan *smartphone* secara negatif dapat mempengaruhi kesehatan fisik dengan mengurangi jumlah aktivitas fisik, seperti berjalan kaki, sehingga terjadi peningkatan massa lemak dan penurunan massa otot yang terkait dengan konsekuensi kesehatan yang merugikan.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada kedua variabel yang mana variabel bebas peneliti adalah variabel kontrol diri dan variabel terikat peneliti adalah variabel kecanduan *smartphone* dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul “*Relationship between smartphone addiction and physical activity in Chinese international students in Korea*” menggunakan aktivitas fisik sebagai variabel

terikat dan kecanduan *smartphone* sebagai variabel bebas dan subjek yang digunakan adalah siswa Internasional Cina di Korea.

Penelitian dengan judul *Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of University Students* yang dilakukan oleh Assoc. Prof. Hatice Kumcağiz & Asst. Prof. Yüksel Gündü (2016). Dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kesejahteraan psikologis mahasiswa dan kecanduan *smartphone*. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kesejahteraan psikologis dan kecanduan *smartphone* mahasiswa seperti gender, nilai, sikap orang tua, status ekonomi keluarga, dan tingkat persepsi.

Penelitian ini memiliki perbedaan pada variabel bebas dan subjek penelitian. Variabel bebas yang akan digunakan adalah kontrol diri dan subjek yang akan digunakan adalah siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Sedangkan penelitian dengan judul "*Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of University Students*" menggunakan *well-being* sebagai variabel bebas dan subjek yang digunakan adalah mahasiswa Universitas.

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan peneliti memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari subjek penelitian maupun variabel penelitiannya. Peneliti mengambil subjek sampel siswa kelas 2 di SMA Negeri 3 Palembang. Oleh karena itu penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. (2016). Faktor-faktor resiko kecanduan menggunakan smartphone pada siswa di Smk Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*. 3, 86-96.
- Aljomaa, S., et., al. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*. 61, 155-164.
- Aroma, I.S., & Suminar, D.R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 1(2), 1-6.
- Asih, A.T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari smartphone (nomophobia) pada mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. Fakultas psikologi, universitas diponegoro. *Jurnal Empati*. 6(2), 15-20.
- Averill, J.R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. University of massachusetts. *Psychological Bulletin*. 8(4), 286-303.
- Azwar, S. (2014). *Penyusunan skala psikologi (Edisi II)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bian, M. & Leung L. (2014). Linking loneliness, shyness, smartphone addiction and patterns of smartphone use to capital. *Journal: Social Science Computer Review*, 1-19.
- Borba, M. (2008). *Membangun kecerdasan moral*. Jakarta: Gramedia PustakaUtama.
- Buletin APJII. (2016). Saatnya jadi pokok perhatian pemerintah dan industri. <https://www.apjii.or.id/> 05 November 2016.
- Cahyo, D. (2017). Penggunaan smartphone di Indonesia tahun 2017. <http://dewina-journal.foutasp.com/> 18 April 2017.
- Calhoun, J.F., & Acocella, J.R. (1995). *Psikologi tentang penyesuaian dan hubungan kemanusiaan*. Terjemah oleh Satmoko. Semarang: IKIP Semarang.

- Cha, S.S., & Soe, B.K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game us. *Journals sagepub*. <https://doi.org/10.1177/20551029187550>.
- Chaplin, J.P. (2011). *Kamus lengkap psikologi*. Alih bahasa: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Ching, K.H., & Tak, L.M. (2017). The structural model in parenting style, attachment style, self-regulation and self-esteem for smartphone addiction. *Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*. 3(1), 85-103.
- Choi, S.W., et., al. (2015). Comparison of risk and protective factors associated with smartphone addiction and internet addiction. *Journal of Bevahioral Addictions*. 4(4), 308-314. Doi: 10.1556/2006.4.2015.043.
- Devega, E. (2017). Teknologi masyarakat Indonesia: malas baca tapi cerewet di medsos. <https://kominfo.go.id/content/detail/> 10 Oktober 2017.
- Dewanti, T.C., Widada., & Triyono. (2016). Hubungan keterampilan sosial dan penggunaan gadget smartphone dengan prestasi belajar siswa Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*. 1(3), 126-131, ISSN: 2503-3417.
- Ghufron, M., & Risnawita, R. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gowthami, S., & Kumar, S.V. (2016). Impact of smartphone: a pilot study on positive and negative effects. *International Journal of Scientific Engineering and Applied Science (IJSEAS)*, 2(3), 473-478.
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197.
- Gunarsa, S.D. (2004). *Bunga rampai psikologi perkembangan dari anak sampai usia lanjut*. Jakarta : BPK.
- Hanika, I.M. (2015). Fenomena phubbing di era milenia (ketergantungan seseorang pada smartphone terhadap lingkungannya). *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42-51.
- Hatice, K., & Gündüz, Y. (2016). Relationship between psychological well-being and smartphone addiction of university students. *International Journal of Higher Education*. 5(4), 144-155. ISSN: 1927-6044.

- Istri, Dwi. (2016). *Hubungan antara kontrol diri dan keterampilan sosial dengan kecanduan internet pada siswa Smk*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Karuniawan, A., & Cahyati, I.Y. (2013). Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1), 16-20.
- KBBI, 2017. *Kamus besar bahasa Indonesia (KBBI)*. [Online] Available at: <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kecanduan>.
- Kibona, L. & Mgaya, G. (2015). Smartphones' effects on academic performance of higher learning students. *Journal of multidisciplinary engineering science and technology*. 2(4), ISSN: 3159-0040.
- Kim, M., Kim, H., Kim, K., et., al. (2015). Smartphone addiction: (focused depression, aggression and impulsion) among college students. *Indian Journal of Science and Technology*, 8(25). ISSN: 0974-5645. Doi: 10.17485/ijst/2015/v8i25/80215.
- Kim, S.E., Kim, J.K., & Jee, Y.S. (2015). Relationship between smartphone addiction and physical activity in chinese international students in Korea. *Journal Of Behavioral Addictions*, 4(3), 200-205. Doi: 10.1556/2006.4.2015.028
- Kominfo. (2018). Kepemilikan telpon genggam oleh individu menurut umur dan jenis telpon genggam. <https://statistik.kominfo.go.id/>.
- Kwon, M., et al. (2013). The smartphone addiction scale: development dan validation of a short version for adolescent. *Plos ONE*, 8(12): e83558.
- Kwon, M., et al. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2): e56936. Doi: 10.1371/journal.pone.0056936.
- Lee, Changho., & Lee, Sook-Jung. (2017). Prevalence and predictions of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*. 77, 10-17. Doi: 10.1016/j.childyouth.2017.04.002.
- Leung, L. (2007). Linking psychological attributes to addiction and improper use of the mobile phone among adolescents in Hongkong. *Journal Of Children & Media*. 2, 93–113.

- Mok, J.Y., et al. (2014). Latent class analysis on internet and smartphone addiction in college students. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*. 10, 817-828. Doi: 10.2147/NDT.S59293.
- Muna, R.F., & Astuti, T.P. (2014). *Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Munawaroh, F. (2015). *Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku kenakalan remaja pada siswa kelas x Sma Muhammadiyah 7 Yogyakarta tahun pelajaran 2014/2015*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ningtyas, S.D. (2012). Hubungan antara self control dengan internet addiction pada mahasiswa. *Educational Psychology Journal*. 1 (1), 25-30. ISSN: 2252-634.
- Owens-Sabir, M.C. (2007). *The effects of race and family attachment on self esteem, self-control, and delinquency*. New York: LFB Scholarly Publishing LLC.
- Prak, R.G., et al. (2014). The moderation effect of smart phone addiction in relationship between self-leadership and innovative behavior. *International Scholarly and Scientific Research & Innovation*. 8(5), 1308-1310.
- Prasetyo, R.A. (2017). *Hubungan antara kecanduan gadget (smartphone) dengan empati pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Roberts, James A., Pullig, Chris., & Manolis Chris., (2015). I need my smartphone: a hierarchical model of personality and cell-phone addiction. *Personality and Individual Differences*, 79, 13-19. Doi: 10.1016/j.paid.2015.01.049.
- Roberts., et al. (2014). The invisible addiction: cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254-265. Doi: 10.1556/JBA.3.2014.015.
- Santrock. (2011). *Remaja*. Edisi 11 Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Sari, W.P. (2015). *Hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna facebook*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Sarjono, H., dan Julianita, W. (2011). *SPSS vs LISREL: Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta : Salemba Empat.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Ubaedy, A.N. (2005). *Menggali potensi meraih prestasi*. Jakarta : Cahaya Ilmu.
- Widiana, H.S, Retnowati, S., & Hidayat, R. (2004). Kontrol diri dan kecenderungan kecanduan internet. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*. 1(1), 6-16.
- Yuwanto, L. (2013). Pengembangan alat ukur blackberry addict. *Jurnal Proceeding Pessat*. Bandung, 8-9 Oktober 2013. 05. ISSN: 1858-2559.