

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN
KECANDUAN INTERNET DALAM PROSES BELAJAR DARING**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Psikologi



OLEH:

LIDYA ASTUTISARI

17111024330007

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2021

**Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet dalam
Proses Belajar Daring**

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

Lidya Astutisari

17111024330007

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2021

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN
KECANDUAN INTERNET DALAM PROSES BELAJAR DARING**

Oleh :

Lidya Astutisari

17111024330007

Samarinda, 6 Juli 2021

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Aniq Hudyah Bil Haq, S.Psi., M.A
NIDN. 0610018902

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET DALAM PROSES BELAJAR DARING

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Lidya Astutisari
NIM : 17111024330007
Fakultas : Psikologi

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 8 Juli 2021 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Susunan Penguji :

Penguji I : Rahmawati Pratiwi, S.Psi., M.Psi., Psikolog.

Penguji II : Aniq Hudiyah Bil Haq, S.Psi., M.A.



Mengetahui,

Dekan
Fakultas Psikologi

Dr. R. Yudhi Satria R.A., M.Si.
M.Psi., Psikolog
NIDN. 0610077201

Ketua
Program Studi

Karina Putri Alamanda S.Psi.,
NIDN. 1112088901

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan yang Maha Kuasa atas segala petunjuk serta limpahan rahmat dan hidayah-Nya hanya dengan kehendak-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Kontrol Diri dengan Tingkat Kecanduan Gadget Dalam Proses Belajar Daring“.

Skripsi ini diajukan guna memenuhi persyaratan penyelesaian pendidikan akhir di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Penulis menyadari sepenuhnya, dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini tidak semata karena kemampuan penulis terdapat campur tangan Allah SWT dan kontribusi dari berbagai belah pihak. Maka dalam kesempatan ini izinkan penulis untuk mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Bambang Setiaji, selaku rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah memberikan kesempatan penulis menuntut ilmu.
2. Bapak Dr. Yudhi R.A., M.Si Selaku Dekan Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang sangat mendukung angkatan 2017 dalam penyelesaian skripsi.
3. Ibu Karina Putri Alamanda S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Prodi Psikologi Universitas Kalimantan Timur yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Aniq Hudiyah Bil Haq, S.Psi., M.A, selaku dosen pembimbing Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur atas dorongan, bimbingan dan masukan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.

5. Ibu Rahmawati Pratiwi, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen Program Studi Psikologi sekaligus penguji yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama penyusunan skripsi.
6. Bapak/Ibu Dosen Prodi Psikologi yang telah memberikan ilmunya kepada penulis dan berkontribusi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak/ Ibu Staf Administrasi, yang telah membantu dalam hal administrasi selama proses perkuliahan.
8. Bapak/Ibu Staf Perpustakaan yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada kedua orang tua saya dan adik saya yang selalu memberikan doa dan dukungan kepada saya selama perkuliahan dan penyusunan skripsi. Lidya saya kalian I Love You sehat terus dan panjang umur
10. Kepada diri sendiri, sang penulis telah berjuang selama ini semaksimal mungkin dalam menjalankan kehidupan termasuk dalam menyelesaikan skripsi. Alhamdulillah terima kasih buat perjuangan dan kekuatan yang tahan banting hingga akhirnya bisa sampai ditahap ini yaitu menyelesaikan skripsi penuh dengan air mata dan lika liku.
11. Kepada semua partisipan penelitian yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk turut membantu dalam penyusunan skripsi.
12. Sahabat dan teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih untuk semangat dan dukungan kalian.
13. Seluruh teman-teman Fakultas Psikologi Program Studi Psikologi UMKT angkatan 2017 yang selalu saling memberikan doa dan dukungan selama

proses penyusunan skripsi.

14. Untuk dia yang memberikan semangat, motivasi dan selalu ada disaat titik terendah penulis, terimakasih atas semuanya.
15. Pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terimakasih untuk dukungan dan doanya.

Samarinda, 6 Juli 2021

Penulis



Lidya Astuti Sari
17111024330007

Hubungan Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet dalam Proses Belajar Daring

Lidya Astutisari¹, Aniq Hudiyah Bil Haq²

Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H. Juanda No 15, Samarinda

INTISARI

Kecenderungan kecanduan internet adalah disaat individu tidak dapat mengontrol keinginan dan menyebabkan dampak yang negatif. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan internet dalam proses belajar daring. Penelitian dengan responden 200 terdiri dari 151 perempuan dan 49 laki-laki dengan rentang usia 18 hingga 34 tahun. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah dengan menyebarkan dua skala penelitian yang terdiri dari skala kecenderungan kecanduan internet yang dimodifikasi dari Young (1998) dan skala kontrol diri yang dimodifikasi dari De Ridder dkk (2012). Data analisis dengan menggunakan analisis *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dengan nilai r sebesar $-.512$ dengan nilai $p = .000$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet. Sumbangan efektifnya adalah sebesar 26%.

Kata Kunci: Kecenderungan Kecanduan Internet, Kontrol Diri

1 Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2 Dosen Program Studi S1 Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Relationship of Self-Control with Internet Addiction Tendency in Online Learning Process

Lidya Astutisari¹, Aniq Hadiyah Bil Haq²

1Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Jl. Ir. H. Juanda No 15, Samarinda

ABSTRACT

The tendency of internet addiction is when individuals cannot control their desires and cause negative impacts. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and internet tendencies in the online learning process. The study with 200 respondents consisted of 151 women and 49 men with an age range of 18 to 34 years. The data collection method used was by distributing two research scales consisting of a modified Internet addiction tendency scale from Young (1998) and a modified self-control scale from De Ridder et al (2012). Data analysis using product moment analysis. The results showed that there was a significant relationship between self-control and internet addiction tendencies with an r value of $-.512$ with a p value $= .000$ ($p < 0.05$). The higher the self-control, the lower the tendency for internet addiction. The effective contribution is 26%

Keywords: *Internet Addiction, Self Control*

*1 Student Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2 Lecturer Program Studi S1 Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
a. Manfaat Teoritis	7
b. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Kecanduan Internet	9
a. Definisi Kecanduan Internet	9
b. Dimensi.....	10
c. Faktor Yang Mempengaruhi	11
d. Bentuk-Bentuk Kecanduan Internet	12
e. Kriteria Kecanduan Internet.....	13

B. Kontrol Diri	14
a. Definisi Kontrol Diri	14
b. Dimensi	15
c. Faktor Yang Mempengaruhi	16
C. Kerangka Berpikir	16
D. Hipotesis Peneliti.....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian.....	21
B. Definisi Konseptual	21
a. Kecanduan Internet	21
b. Kontrol Diri.....	22
C. Definisi Operasional.....	22
a. Kecanduan Internet	22
b. Kontrol Diri.....	22
D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	23
a. Populasi	23
b. Sampel.....	23
c. Teknik Sampling	23
E. Metode Pengumpulan Data	24
1. Skala Kecenderungan Kecanduan Internet	24
2. Skala Kontrol Diri.....	26
F. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	27
a. Uji Validitas	27

b. Uji Reliabilitas	29
G. Teknik Analisa Data.....	29
a. Kategorisasi Subjek.....	30
b. Uji Normalitas	30
c. Uji Linearitas.....	30
d. Uji Korelasi	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Persiapan Penelitian	31
1. Gambaran Penelitian.....	31
2. Lokasi Penelitian	31
B. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	32
1. Persiapan.....	32
2. Waktu Pelaksanaan.....	34
3. Jumlah Subjek Uji Coba	34
4. Prosedur Pelaksanaan Uji Coba.....	34
C. Prosedur Pengumpulan Data	34
D. Hasil Analisis Data	35
1. Kategorisasi Subjek	35
2. Analisis Data.....	37
E. Pembahasan	40
BAB V PENUTUP	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44

1. Bagi Responden	44
2. Saran Praktis	44
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	16
--	----

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Kecanduan Internet	24
Tabel 3.2 Skala <i>Print</i> Kontrol Diri	25
Tabel 3.3 Uji Validitas Skala Kecanduan Internet.....	26
Tabel 3.4 Uji Validitas Skala Kontrol Diri	26
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Skala Kontrol Diri.....	32
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Skala Kecanduan Internet	33
Tabel 4.3 Kategorisasi Subjek Mahasiswa Yang Ada Di Kampus Samarinda	35
Tabel 4.4 Deskripsi Uji Statistik Normalitas Data Kontrol Diri.....	39
Tabel 4.5 Deskripsi Uji Statistik Normalitas Kecanduan Internet.....	40
Tabel 4.6 Uji Linearitas Kontor Diri Dan Kecenderungan Kecanduan Internet	41
Tabel 4.7 Korelasi Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Dalam Proses Daring	42
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis Variabel Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Dalam Proses Belajar Daring	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pengantar Kuesioner	53
Lampiran 2 Identitas Responden.....	54
Lampiran 3 Tabulasi Data <i>Try Out</i>	60
Lampiran 4 Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	62
Lampiran 5 Tabulasi Data.....	65
Lampiran 6 Uji Data	80