

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN  
KECENDERUNGAN KECANDUAN INTERNET  
PADA ANAK-ANAK**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk  
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)  
Psikologi (S.Psi)



Nabillah Nur Faizah

J71216118

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL  
SURABAYA**

**2022**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Self Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Anak-anak” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 01 Agustus 2022



Nabillah Nur Faizah

**HALAMAN PERSETUJUAN**

SKRIPSI

Hubungan Antara *Self Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Internet  
Pada Anak-anak

Oleh:

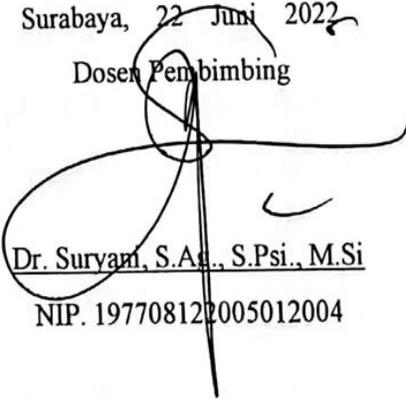
Nabillah Nur Faizah

J71216118

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 22 Juni 2022

Dosen Pembimbing

  
Dr. Suryani, S.Ag., S.Psi., M.Si

NIP. 197708122005012004

## HALAMAN PENGESAHAN

### SKRIPSI

#### Hubungan antara *Self Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Internet pada Anak-Anak

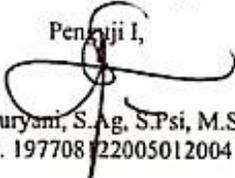
Yang disusun oleh:  
Nabillah Nur Faizah  
J71216118

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
pada Tanggal 08 Agustus 2022

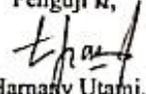


Susunan Tim Penguji

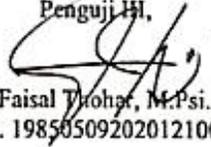
Penguji I,

  
Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si  
NIP. 197708122005012004

Penguji II,

  
Dr. Lufiana Harnany Utami, S.Pd, M.Si  
NIP. 197602272009122001

Penguji III,

  
Syafruddin Faisal Trohor, M.Psi., Psikolog  
NIP. 198505092020121008

Penguji IV,

  
Fonsu Arudita, M.Kes  
NIP. 198710142014032002



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA**  
**PERPUSTAKAAN**

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300  
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nabillah Nur Faizah  
NIM : J71216118  
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi  
E-mail address : nabillahfaizah@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi  Tesis  Desertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan antara *Self Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Internet

pada Anak-anak

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 01 Agustus 2022

Penulis

( Nabillah Nur Faizah )  
nama terang dan tanda tangan

## ABSTRAK

Fenomena kecanduan internet pada anak-anak menjadi hal yang serius dikarenakan internet saat ini mudah sekali untuk didapatkan dan digunakan oleh berbagai kalangan baik remaja atau anak-anak. Melihat dari fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak.

Penelitian ini dilakukan pada anak-anak sekolah dasar dengan jumlah responden 139. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner pada tiap-tiap sekolah dasar. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *simple random sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecanduan internet adalah modifikasi dari teori Young (1999). Sedangkan alat ukur yang digunakan untuk mengukur *self control* dimodifikasi dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004).

Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasi *product moment* dengan bantuan SPSS 25.0 *for windows*. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa signifikansi korelasi yang didapatkan sebesar 0,00 ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet. Untuk nilai koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar -0,464 yang menunjukkan hubungan kekuatan hubungan antar variabel tersebut adalah cukup kuat. Selain itu, hubungan antar kedua variabel bersifat negatif artinya apabila *self control* tinggi maka kecenderungan kecanduan internet pada anak rendah.

Kata kunci: *Self Control*, Kecenderungan Kecanduan Internet, *anak-anak*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## ABSTRACT

*The occurrence of internet addiction tendency in children is a serious matter because the internet is currently very easy to obtain and use by various groups, both teenagers and children. Seeing this phenomenon, this study aims to determine the relationship between self-control and the tendency of internet addiction in children.*

*This research was conducted on elementary school children with a total of 139 respondents. Data were collected by distributing questionnaires to each elementary school. The sampling technique used is simple random sampling. The measuring instrument used to measure internet addiction is a modification of Young's (1999) theory. Meanwhile, the measuring instrument used to measure self-control was modified by Tangney, Baumeister, and Boone (2004).*

*The analytical technique used in this research is the product-moment correlation test with the help of SPSS 25.0 for windows. Based on the results of the analysis, it is known that the significance of the correlation obtained is 0.00 ( $p < 0.05$ ). This shows that there is a relationship between self-control and internet addiction tendencies. The value of the correlation coefficient ( $r$ ) of -0.464 indicates the strength of the relationship between these variables is quite strong. In addition, the relationship between the two variables is negative, meaning that if self-control is high, internet addiction tendency in children is low.*

*Keywords: Self Control, Internet Addiction Tendency, children*

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Penelitian .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Keaslian Penelitian.....	11
D. Tujuan Penelitian .....	15
E. Manfaat Penelitian .....	15
F. Sistematika Penelitian .....	16
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>18</b>
A. Kecenderungan Kecanduan Internet .....	18
B. Hubungan Antara Kecenderungan Kecanduan Internet Dengan <i>Self Control</i> .....	24
C. Kerangka Teoritik .....	30
D. Hipotesis.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>35</b>
A. Rancangan Penelitian .....	35
B. Identifikasi Variabel.....	35
C. Definisi Operasional.....	36
D. Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling.....	36

E. Instrumen Penelitian.....	38
F. Analisis Data.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>49</b>
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pengujian Hipotesis.....	62
C. Pembahasan.....	66
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>72</b>
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	72
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>74</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>80</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Data Jumlah Siswa yang Menjadi Populasi .....	37
Tabel 3.2 Skor Aitem Skala Likert .....	39
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Kecanduan Internet .....	39
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas pada Uji Coba Instrumen Kecanduan Internet .....	41
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala Kecanduan Internet Setelah Aitem Digugurkan dan Diperbaiki.....	42
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecanduan Internet .....	43
Tabel 3.7 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Control</i> .....	43
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas pada Uji Coba Instrumen Skala <i>Self Control</i> .....	44
Tabel 3.9 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Control</i> Setelah Uji Aitem Diperbaiki .....	45
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Self Control</i> .....	45
Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia .....	51
Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	52
Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Durasi Bermain Internet per Hari .....	52
Tabel 4.4 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jaringan <i>Wifi</i> dirumah.....	53
Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Berdasarkan Kepemilikan <i>Handphone</i> .....	53
Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Berdasarkan Penyelesaian Tugas Menggunakan <i>Google</i> .....	54
Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Berdasarkan Penggunaan Aplikasi .....	54
Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Berdasarkan Batasan dari Orang tua .....	55
Tabel 4.9 Hasil Analisis Deskriptif Data .....	55
Tabel 4.10 Kategorisasi Norma (Azwar, 2012) .....	57
Tabel 4.11 Hasil Kategorisasi Skala <i>Self Control</i> .....	57
Tabel 4.12 Norma Kategorisasi Skala Kecanduan Internet .....	59
Tabel 4.13 Hasil Kategorisasi Skala Kecanduan Internet.....	59
Tabel 4.14 Tabel Validitas Skala Kecanduan Internet.....	60

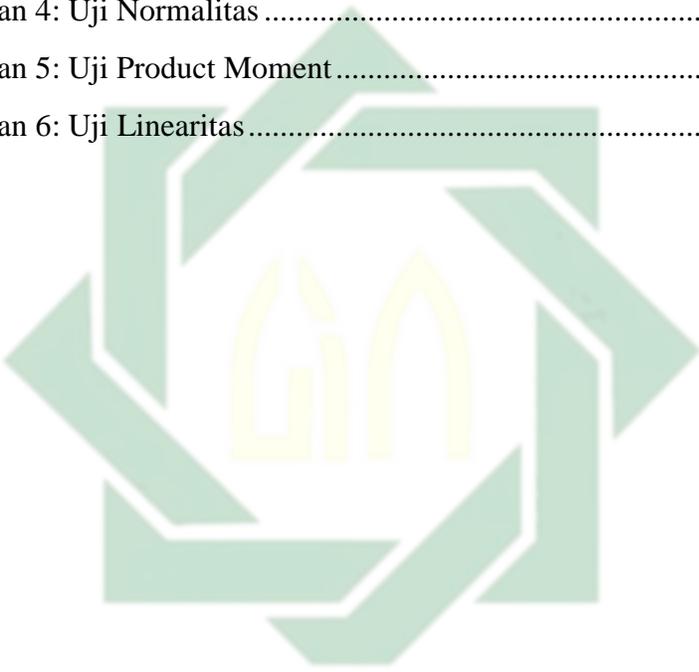
Tabel 4.15 Tabel Validitas Skala Self Control.....	61
Tabel 4.16 Tabel Reliabilitas Skala Kecanduan Internet dan Self Control.....	61
Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas .....	63
Tabel 4.18 Hasil Uji Linearitas .....	64
Tabel 4.19 Hasil Uji Hipotesis <i>Product Moment</i> .....	64
Tabel 4.20 Tingkatan Hubungan Korelasi <i>Product Moment</i> .....	65



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Skor Data Kasar Skala Kecanduan Internet .....	81
Lampiran 2: Skor Data Kasar Skala Self Control .....	89
Lampiran 3: Uji Reliabilitas Statistik Alat Ukur.....	97
Lampiran 4: Uji Normalitas .....	98
Lampiran 5: Uji Product Moment.....	100
Lampiran 6: Uji Linearitas.....	101



UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Dunia teknologi dan informasi saat ini sangatlah berkembang begitu pesat. Perkembangan yang begitu pesat ini terjadi dapat diketahui tentang adanya internet. Internet saat ini sangat mudah sekali untuk digunakan oleh berbagai kalangan mulai dari anak-anak hingga orang tua. Sangat banyak manfaat internet untuk saat ini yaitu menambah berbagai wawasan ilmu pengetahuan, sangat efektif untuk mensukseskan dunia bisnis atau usaha, memperluas pertemanan, sebagai media hiburan dan lain-lain. Media hiburan yang digunakan diantaranya sosial media dan *game* online. Menurut Oetomo (2002) internet adalah singkatan dari *International Network* yang merupakan suatu jaringan komputer yang sangat besar, dimana jaringan tersebut terdiri dari beberapa jaringan-jaringan kecil yang saling terhubung satu sama lain.

Menurut hasil survey yang dilakukan tahun 2018 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) bahwa ada peningkatan jumlah pengguna Internet mencapai 171,17 juta jiwa atau 64,8% dari total populasi penduduk Indonesia. Dibandingkan pada tahun 2017 angka penetrasi internet di Indonesia tercatat sebanyak 54,86% dari total populasi, dimana dari tahun ke tahun selalu ada peningkatan pengguna (tekno.kompas.com, 2019). Dikutip

dari databoks.katadata.co.id (2019) kontribusi terbesar pengguna internet di wilayah Indonesia adalah pulau jawa, yang menunjukkan angka sebesar 55% dari seluruh pengguna internet di Indonesia. Jika dilihat dari segi usia, usia 16-18 tahun sebanyak 9,66%, usia 13-15 tahun sebanyak 7,86% sedangkan usia 5-12 tahun sebanyak 7,93% (bps.go.id 2019). Dari data diatas dapat dilihat bahwa usia 5-12 tahun merupakan usia sekolah, dimana mereka mulai mengeksplorasi diri dan anak memperoleh dasar pengetahuan serta keterampilan untuk keberhasilan penyesuaian dirinya di kehidupan dewasa nantinya.

Menurut Wong (2009) usia sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Di usia ini, mereka dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungannya dengan orang tua, teman sebaya atau yang lainnya. Pada usia ini anak suka berkelompok (*gang age*), anak juga mulai mengalihkan perhatian dari keluarganya serta mulai mengembangkan sikap kerja sama dengan temannya baik dalam bersikap maupun belajar (Gunarsa, 2006).

Hurlock (2010) masa kanak-kanak terbagi menjadi dua periode yaitu masa kanak-kanak awal dan masa kanak-kanak akhir. Pada masa kanak-kanak awal (*Early Childhood*) dari usia 2-6 tahun dikatakan sebagai *problem age* karena orang tua sering dihadapkan pada masalah anak yang tidak nurut, anak yang keras kepala atau anak *negativisme*, dan suka melawan. Sedangkan masa kanak-kanak akhir (*Late Childhood*) dari usia 6-13 tahun dikatakan usia anak sekolah dasar. Menurut Hurlock (2010) usia sekolah dasar adalah masa

terpenting bagi anak untuk memperoleh dasar-dasar pengetahuan agar mencapai keberhasilan dalam penyesuaian diri saat dewasa. Dan memperoleh keterampilan yang dapat dikembangkannya, baik keterampilan kurikuler maupun ekstra kurikuler. Pada masa ini, anak mulai meningkatkan kemampuan yang dimiliki mulai dari tanggung jawab serta dapat berpikir secara logis dan kritis (Santrock, 2011).

Sehubungan dengan hal diatas, Hurlock (2010) menyebutkan bahwa terdapat ciri-ciri penting dari masa anak usia sekolah yaitu masa yang menyulitkan dan masa anak tidak rapi. Masa yang menyulitkan yaitu masa dimana anak tidak mau lagi menuruti perintah yang diberikan dan lebih banyak dipengaruhi oleh teman sebaya. Sedangkan masa anak tidak rapi merupakan masa dimana anak sudah tidak memperdulikan dalam hal penampilan serta biasanya kamarnya sangat berantakan. Oleh sebab itu, agar anak tidak sampai di masa tersebut perlu adanya dorongan atau motivasi dari orang tua yang selalu memperhatikan anaknya dalam segala hal terutama anak saat bermain internet. Agar anak bisa melakukan kontrol diri terhadap apa yang boleh dan tidak boleh diperbuat.

Dunia saat ini memang berbeda sekali dengan zaman dahulu. Zaman dahulu televisi sangat jarang, pola permainan masih tradisional dan internet tidak mudah untuk di dapat sehingga akan sulit untuk mendapatkan informasi serta berhubungan dengan teman atau saudara yang jauh. Zaman sekarang tentunya semua serba mudah dan selalu mudah didapat. Misalnya dalam

penggunaan internet, untuk sekarang mudah sekali digunakan dari berbagai kalangan serta dimanapun berada dan mudah digunakan oleh anak-anak (kompasiana.com, 2016).

Sehubungan dengan hal diatas, penelitian yang dilakukan oleh Candra (2013) pada anak usia 6-12 tahun menunjukkan bahwa anak mulai menggunakan internet pada usia 6-8 tahun, bahkan sebagian anak mulai menggunakan internet pada usia 6-8 tahun. Hasil tersebut menunjukkan bahwa anak mengenal internet pada usia yang lebih muda. Selanjutnya, penelitian lain dilakukan oleh Hendriyani, Hollander, d'Haenens, dan Beentjes (2012) menghasilkan bahwa durasi waktu yang dihabiskan oleh anak Sekolah Dasar untuk mengakses internet diperkirakan 1,9 jam per hari pada hari sekolah dan 3,1 jam pada hari libur. Oleh karena itu, peneliti mengambil sampel anak-anak sekolah dasar dengan usia 6-13 tahun. Alasannya karena di usia ini anak dianggap butuh dampingan dalam bermain internet. Hal ini sesuai dengan pendapat Ebi (2017) bahwa orang tua bertanggung jawab untuk melakukan pengawasan dan pendampingan dalam penggunaan internet yang digunakan pada anaknya serta memastikan bahwa anak menggunakan internet untuk mengakses informasi-informasi sebagai bahan pelajaran.

Internet yang digunakan pada anak-anak akan memiliki dampak negatif jika digunakan secara berlebihan diantaranya keinginan anak untuk berbuat kekerasan, anak keasyikan bermain internet sampai lupa waktu dan sebagainya. Dampak lainnya dari penyalahgunaan internet yaitu kecanduan internet. Hal ini

terjadi karena penggunaan internet dengan intensitas yang tinggi. Pada tahun 2019 rata-rata penduduk Indonesia menggunakan internet selama 8 jam 36 menit dan menjadi negara kelima dengan pengguna internet terbesar di dunia. Indonesia juga memiliki jumlah rata-rata pengguna sosial media selama 3 jam 26 menit dan menjadi negara ke 4 dengan tingkat penggunaan sosial terlama (andi link 2019). Penelitian lainnya oleh Junida (2019) menghasilkan bahwa kecanduan online pada anak usia dini memiliki dampak negatif diantaranya yaitu timbulnya gangguan psikologi dan gangguan kesehatan terhadap seorang anak.

Walaupun internet memiliki dampak negatif khususnya bagi anak-anak tidak dapat dipungkiri bahwa internet untuk sekarang ini memiliki dampak yang positif. Diantaranya yaitu dapat berguna sebagai sarana belajar, menambah ilmu pengetahuan dan sarana komunikasi bagi anak (kemenpppa.go.id, 2018). Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Aheniwati (2019) menghasilkan bahwa dampak positif dari internet diantaranya sebagai media komunikasi dan ilmu pengetahuan yang menyediakan berbagai informasi, buku-buku ataupun situs-situs yang diperlukan pelajar saat ini.

Anak-anak sekolah yang masih rentan dalam penggunaan internet perlu adanya pengawasan orang tua. Karena anak-anak masih belum tau kegunaan internet dengan benar dan mereka tidak mengerti batasan waktu dalam bermain internet. Oleh sebab itu, sebagai orang tua harus memberikan perlakuan yang

tepat dan sesuai dengan perkembangan anak, agar anak mudah untuk mempersepsikan tindakan yang diberikan sehingga ia dapat mengontrol dirinya dengan baik (Hurlock, 2010). Anak-anak juga mulai bisa mengembangkan ide kreatifnya dan keterampilannya serta belajar dalam mengenal lingkungan yang lebih luas lagi bukan hanya dari lingkungan keluarganya saja melainkan dari sekitarnya, misalnya mulai mengenal media teknologi.

Penelitian yang dilakukan oleh Maharani, Prasajo, Hasanuddin & Mahayana (2018) menghasilkan bahwa dari 514 responden di Indonesia dengan rentang usia 14-61 tahun terdapat macam-macam tingkat kecanduan internet, diantaranya sebanyak 284 orang memiliki kecanduan internet ringan (*mild*), 60 orang memiliki kecanduan internet sedang (*moderate*), dan 2 orang memiliki kecanduan internet parah (*severe*). Peneliti lainnya yang mendukung yaitu oleh Husni dan Fatulloh (2016) menghasilkan bahwa sebanyak 1551 orang siswa SD dan SMP yang menjadi sampel penelitian sekitar 94,84% menyatakan pernah menggunakan internet. Fakta ini yang menunjukkan bahwa penggunaan internet di kalangan anak-anak sudah sangat tinggi.

Tak hanya itu, hasil wawancara yang di dapatkan dari orang tua yang mempunyai anak sekolah dasar usia 10 tahun mengatakan bahwa ia termasuk orang tua yang tidak mengerti tentang *gadget* yang terhubung internet, oleh karena itu apabila anaknya bermain *gadget* di biarkan begitu saja tanpa mengerti apa yang sedang dimainkannya atau dilihatnya. Bahkan ia memberikan *gadget* yang tersambung internet kepada anaknya tanpa ada

batasan waktu yang ditentukan dan tanpa pengawasannya. Jadi ia membiarkan anaknya bermain agar anaknya diam di rumah yang kebetulan di rumahnya ada *wifi*. Dari sinilah anak-anak yang tidak memiliki keterbatasan waktu untuk bermain internet memiliki dampak buruk secara psikologis, misalnya kecanduan internet. Hal ini sesuai dengan penelitian Laili & Nuryono (2015) mengatakan bahwa seseorang dikatakan kecanduan internet jika penggunaannya lebih dari tiga puluh menit dalam sehari atau jika dilihat dari frekuensinya penggunaannya lebih dari tiga kali dalam sehari.

Data diatas sesuai juga sesuai dengan pernyataan Young (2010) bahwa kecanduan internet merupakan suatu sindrom yang mana individu telah menghabiskan waktunya dalam penggunaan internet dan ia tidak bisa mengontrol dirinya saat online. Selain itu, Young (2010) mengemukakan bahwa pengguna internet dibagi menjadi 2 kelompok yaitu seseorang yang menggunakan internet secara normal (*Non Dependent*) dan pengguna internet yang adiktif atau kecanduan (*Dependent*). Dalam durasi waktu penggunaan internet, kelompok *Non Dependent* menggunakan internet antara 4 hingga 5 jam per minggu sedangkan untuk kelompok *Dependent* menggunakan internet antara 20 hingga 80 jam per minggu. Selain itu, menurut Griffith (2015) mengatakan bahwa kecanduan internet merupakan tingkah laku kecanduan yang dilakukan oleh manusia, dimana ia berinteraksi dengan mesin tanpa adanya penggunaan obat-obatan.

Horrihan (dalam Mutahharoh & Kusumaputri, 2014) mengemukakan bahwa kecanduan internet dapat dilihat dari frekuensi dan durasi penggunaannya yang dibagi menjadi 2 macam yaitu penggunaan internet yang sehat dan penggunaan yang dianggap bermasalah. Penggunaan internet yang sehat mengakses internet selama 8 jam per minggu sedangkan penggunaan yang dianggap bermasalah menghabiskan waktunya untuk berinternet selama 38,5 jam per minggu. Sehubungan dengan hal tersebut, Junida (2019) mengatakan bahwa terdapat dua masalah terkait kecanduan internet yaitu timbulnya gangguan psikologi dan gangguan kesehatan pada anak.

Penelitian yang dilakukan Aristanti & Rohmatun (2019) tentang hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* pada remaja korean pop (*k-pop*) di Semarang menunjukkan skor  $r_{xy} = -0,793$  dengan  $\text{sig.} = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang berarti bahwa semakin tinggi *self control* yang dimiliki oleh remaja penggemar *k-pop* maka semakin rendah *internet addiction*, sebaliknya semakin rendah *self control* maka semakin tinggi *internet addiction*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistio, Puspo, Dwi, Anggoro, Ervin, & Kireida (2020) tentang hubungan *self control* dengan *internet addiction* pada remaja menghasilkan bahwa semakin tinggi *self control* maka semakin rendah *internet addiction* yang dimiliki oleh remaja.

Tidak hanya itu, untuk saat ini sistem pembelajaran juga mengalami perubahan karena adanya pandemi covid-19. Dimana sekolah-sekolah dialihkan dalam proses sistem pembelajarannya. Sistem yang digunakan dalam

dunia pendidikan saat ini adalah daring (dalam jaringan) atau pembelajaran dengan jarak jauh dengan menggunakan jaringan internet. Tidak dapat dipungkiri bahwa anak-anak sekarang ini diharuskan berhadapan dengan *gadget* atau laptop selama berjam-jam guna mendapatkan ilmu. Sehingga orang tua saat ini memiliki rasa khawatir yang besar saat anaknya menggunakan *gadget* yang terhubung dengan internet terlalu lama karena takut berdampak buruk pada kesehatan maupun psikologisnya. Bahkan anak-anak sering beralasan untuk mengerjakan tugas sekolah demi diperbolehkan mengakses internet oleh orangtua (kompasiana.com, 2020). Apalagi sekarang ini banyak anak-anak bermain *game* online, tak hanya itu anak-anak sekolah banyak dijumpai di warung kopi (warkop) untuk memperoleh fasilitas wifi gratis. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Panuju (2017) yaitu anak-anak sekolah dasar dan menengah banyak dijumpai di warung kopi demi mendapatkan internet gratis, mereka memiliki tujuan untuk berkumpul bersama serta mengakses konten internet secara berbeda-beda.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa kontribusi dalam penelitian adalah dapat dijadikan sebagai acuan dalam keluarga bahwa perlu adanya pengawasan yang ketat bagi anak-anak ketika bermain *gadget* atau internet karena bisa berakibat buruk (kecanduan) terhadap perkembangan anak nantinya.

Menurut Young (2010) terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet, salah satunya karena kondisi psikologis

yang lemah. Kondisi psikologis ini salah satunya adalah *self control*. *Self control* menurut Averill (dalam Kusumadewi, Hardjajani & Priyatam, 2012) termasuk salah satu variabel psikologis, dimana individu dapat mengelola informasi yang penting atau tidak penting yang harus ia terima dan individu mampu dalam memilih tindakan yang baik untuk dilakukan. Sedangkan menurut Borba (2008) *self control* merupakan individu yang mampu mengendalikan dirinya dari perilaku yang buruk agar ia terhindar dari tindakan negatif yang ditimbulkan oleh stimulus. Dengan demikian, *self control* berperan sangat penting bagi anak-anak dalam penggunaan internet agar tidak berdampak buruk yang mengakibatkan kecanduan.

Tak hanya itu, menurut Bhattacharyya (2015) menyatakan bahwa pengaruh dalam penggunaan internet yang berlebihan tanpa adanya kontrol diri dapat meningkatkan masalah keterampilan interpersonal dan komunikasi pada anak. Hal tersebut tentunya akan menjauhkan anak dari lingkungannya. Situasi seperti ini yang dapat mengubah perilaku anak untuk menarik diri dari kehidupan sosialnya dan mengurangi kreatifitasnya yang dapat menghambat perkembangan diri pada anak (Maier, Laumer & Weinert, 2013). Padahal aspek utama dalam perkembangan dan pendidikan anak yaitu pengembangan keterampilan sosial dan emosionalnya (Suhana, 2007).

Berdasarkan uraian diatas, *self control* sangat diperlukan oleh setiap individu dalam menangani keadaan yang kurang berkenan dalam kehidupan atau yang bisa berdampak negatif bagi anak-anak (Intani & Ifdil, 2018). *Self*

*control* yang tinggi mampu mempertimbangkan konsekuensi sehingga mampu mengendalikan dirinya, mengarahkan dan mengatur perilaku dalam penggunaan internet (Thalib, 2010).

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti ingin mengetahui lebih dalam tentang hubungan *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Menurut peneliti, topik ini menarik untuk dikaji karena untuk saat ini anak-anak sekolah yang berusia 6-13 tahun memiliki keunikan yaitu mempunyai karakter psikologis yang spesifik dalam bermedia dan berhubungan langsung untuk membentuk perkembangan anak (Candra, 2013). Oleh karena itu, perlu adanya *self control* pada anak agar mereka mengerti batasan-batasan dalam penggunaan internet.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti ingin melihat adakah hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak?

## **C. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki karakteristik yang relatif sama dalam tema kajian, meskipun berbeda dalam kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Penelitian pertama dilakukan oleh Masih dan

Rajkumar (2019) menghasilkan bahwa penggunaan internet secara obsesif mengarah pada gangguan *Internet Addiction Disorder* (IAD). IAD juga memiliki dampak negatif pada kesehatan mental remaja. Gejala IAD diantaranya seorang yang memiliki perasaan sedih, kehilangan minat dalam melakukan aktivitas sehari-harinya.

Penelitian selanjutnya oleh Ismail dan Zawahreh (2017) menghasilkan bahwa dari pengambilan sampel sebanyak 284 mahasiswa yang dipilih secara acak tergolong memiliki *self control* yang rendah sedangkan kecanduan internet tinggi. Dibuktikan adanya nilai korelasi koefisien antara *self control* dengan kecanduan internet sebesar 0,37 dan Sig. 0,046. Penelitian lainnya dilakukan oleh McNicol, BPsych (Hons), Thorsteinsson (2017) dalam penelitiannya ini sebanyak 449 partisipan yang berusia dari 16-71 tahun menghasilkan adanya hasil bahwa semakin tinggi usia maka semakin rendah pula *internet addiction*.

Penelitian yang dilakukan oleh Song dan Park (2019) menghasilkan dari 400 peserta diantaranya sebesar 21,3% laki-laki dan 21,1% perempuan berpotensi adanya kecanduan internet. Sedangkan berdasarkan usia yang berpotensi sebagai kecanduan internet yaitu usia 20-an sebesar 25,4%, usia 30-an sebesar 18,0%, usia 40-an sebesar 20,9%. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Kim, Hong, Lee dan Hyun (2017) dengan pasrtisipan sebanyak 337 mahasiswa yang bertempat tinggal di Korea Selatan, dimana usia rata-rata sampelnya 21,99 tahun. Menghasilkan bahwa perspektif waktu berpengaruh langsung pada *self control* dan efek tidak langsungnya berpengaruh pada

penggunaan internet dan penundaan. Selain itu, *self control* mempengaruhi penundaan dan penggunaan internet.

Penelitian oleh Maghfiroh dan Muqoddam (2020) menghasilkan bahwa kebutuhan untuk afiasi, keingintahuan yang tinggi terhadap informasi dan bisnis online yang menjadi alasan bagi anak muda untuk mengakses internet. Ketika tidak mengakses internet mereka merasa cemas dan kesepian. Akibatnya mereka memiliki dampak dari mengakses internet berupa perasaan sedih dan senang yang terjadi sesuai situasi kondisi yang dialaminya.

Penelitian yang dilakukan oleh Dewi dan Trikusumaadi (2016) menghasilkan bahwa  $F_{hitung} 123,308 > F_{tabel} 3,101$  yang berarti terdapat hubungan antara kecanduan internet dan kecemasan komunikasi dengan karakter kerja sama pada mahasiswa. Selanjutnya penelitian oleh Sulistio, Puspo, Dwi, Anggoro, Ervin dan Kireida (2020) menunjukkan bahwa hasil signifikansi Sig. (2 -tailed) sebesar  $0,000 < 0,005$  dan nilai  $r_{hitung}$  sebesar  $0,770 < r_{tabel} 0,279$  yang artinya terdapat hubungan antara *self control* dengan *internet addiction*.

Penelitian yang dilakukan oleh Teng, Li dan, Liu (2014) menghasilkan bahwa *Violent Online Game Exposure (VOGE)* memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap kecanduan internet, kontrol diri yang rendah dan perilaku agresif. Selanjutnya penelitian oleh Akin, Sahranc, dan Uysal (2015) dengan partisipan sebanyak 309 mahasiswa di Universitas Sakarya Turki. Menghasilkan kecanduan internet mempengaruhi *self control* dan *self*

*management* secara langsung, mahasiswa yang memiliki kecanduan internet yang tinggi cenderung lebih rendah dalam *self control* dan *self management*.

Penelitian oleh Ningtyas (2012) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan *internet addiction* pada mahasiswa FIP semester 5 UNNES. Penelitian ini memiliki nilai koefisien  $r = -0,752$  dengan  $p = 0,000$  dimana semakin rendah *self control* maka semakin tinggi *internet addiction*. Peneliti lainnya dilakukan oleh Azizah, Andayani, Scarvanovi (2019) menghasilkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas relasi remaja dan orang tua dengan kecanduan internet, dimana nilai  $F_{hitung} > \text{nilai } F_{tabel}$  ( $8,174 > 3,03$ ), nilai  $r$  sebesar  $-0,211$ , nilai  $p < 0,05$ . Namun secara parsial, hubungan tersebut signifikan pada kualitas relasi remaja dengan ibu saja.

Penelitian oleh Hakim dan Raj (2017) menunjukkan ada dampak positif dan negatif, yang dikelompokkan menjadi dampak yang bersifat sosial, klinis, akademis, ekonomis, dan agamis. Hasil penelitian ini juga memperlihatkan bahwa kecanduan internet (*internet addiction*) ini lebih banyak dampak negatifnya dibandingkan dampak positifnya.

Kesamaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah sama-sama meneliti tentang kecanduan internet. Selanjutnya terdapat perbedaan di variabel X yaitu tentang kecanduan internet dan kecemasan komunikasi, variabel Y karakter kerja sama. Namun, untuk peneliti variabel X menggunakan *self control* yang juga mempunyai kesamaan

dengan penelitian sebelumnya. Tetapi peneliti akan menggunakan subjek yang berbeda yaitu anak-anak yang berusia 6-13 tahun, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan mahasiswa FIP semester 5 UNNES.

Berdasarkan penjelasan diatas, walaupun sudah ada penelitian yang menggunakan kecanduan internet sebagai variabel Y dan *self control* sebagai variabel X tetapi dapat dipastikan bahwa ada perbedaan dari segi subjek, tempat dan waktu.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

a. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menambah kajian teoritik bidang psikologi sosial, khususnya kajian tentang hubungan antara self control dengan kecederungan kecanduan internet pada anak-anak.

b. Penelitian ini juga diharapkan dapat berguna untuk menambah pengetahuan serta referensi data terkait penelitian tentang kecanduan internet pada anak-anak.

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini nantinya dapat bermanfaat sebagai informasi bagi orang tua, dimana anak-anak perlu pengawasan atau pendampingan dalam penggunaan internet agar tidak terjadi kecanduan internet.

## **F. Sistematika Pembahasan**

Sistematika pembahasan ini berisi tentang pokok bahasan dalam setiap bab penelitian mulai dari bab pertama pendahuluan sampai bab kelima kesimpulan. Bab satu atau pendahuluan merupakan bab berisikan hal-hal yang melatarbelakangi atau fenomena yang menarik untuk diteliti saat ini. Pada bab ini juga berisi data-data statistik yang bisa mendukung fenomena yang sedang dibahas serta menjelaskan variabel X dan Y serta keterkaitannya satu sama lain. Tak hanya itu, pada bab ini juga ditunjukkan hasil-hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan variabel yang diteliti dan menjelaskan perbedaan antara penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Lalu, di bab ini diakhiri dengan penjabaran tentang adanya tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika pembahasan.

Bab selanjutnya adalah bab II atau kajian pustaka. Pada bab ini memuat uraian singkat tentang variabel-variabel yang akan diteliti berdasarkan kajian pustaka. Berisi penjelasan tentang definisi variabel X dan Y, aspek-aspek variabel X dan Y, dan faktor-faktor yang mempengaruhi variabel X dan Y. Tak hanya itu, pada bab ini dijelaskan juga hubungan antar variabel, kerangka teoritik, serta hipotesis yang mendasari penelitian ini.

Berikutnya, bab III atau metode penelitian. Sesuai dengan judulnya, bab ini membahas metode yang akan digunakan untuk melakukan penelitian ini. Di dalamnya terdapat rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi variabel, populasi, teknik sampling, sampel, dan instrumen penelitian yang akan dijelaskan secara rinci.

Setelah bab III selanjutnya bab IV tentang hasil penelitian dan pembahasan. Dalam bab ini berisikan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dengan diuraikan secara lengkap beserta pembahasan. Di bab ini terdapat beberapa sub bab diantaranya yaitu persiapan dan pelaksanaan penelitian, hasil uji hipotesis, serta hasil analisis statistik. Tak hanya itu, dijelaskan juga hasil pengujian hipotesis serta analisisnya dengan teori yang sudah ada dan didukung dengan hasil analisis statistik menggunakan SPSS versi 25.

Terakhir, Bab V atau penutup. Sebagai penutup, bab ini memuat intisari dari hasil penelitian yang telah dibahas di bab sebelumnya. Tak hanya itu, dalam bab ini berisikan beberapa masukan untuk pembaca serta peneliti selanjutnya yang berminat untuk meneliti topik yang sama.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Kecenderungan Kecanduan Internet

##### 1. Pengertian Kecenderungan Kecanduan Internet

Kecenderungan dari kata *tendency*, menurut Chaplin (2014) kecenderungan sebagai satu disposisi untuk bertingkah laku dengan satu cara tertentu. Poerwadarminta (2009) mengatakan bahwa kecenderungan berasal dari kata cenderung yang artinya berarti ingin (akan), suka (akan). Dengan demikian, kecenderungan merupakan perbuatan yang condong akan dilakukan oleh individu.

Menurut Thakkar & Levitt (2006) kecanduan yaitu suatu kondisi medis dan psikiatris yang ditandai dengan adanya penggunaan berlebihan (kompulsif) terhadap suatu zat yang digunakan secara terus menerus sehingga dapat memberikan dampak negatif dalam kehidupan penggunanya (individu yang mengalami kecanduan), seperti hilangnya hubungan yang baik dengan keluarga atau teman bahkan sampai kehilangan pekerjaan. Sedangkan menurut Davis (dalam Soetjipto, 2005) mendefinisikan kecanduan (*addiction*) sebagai bentuk ketergantungan secara psikologis antara seseorang dengan stimulus, dimana hal itu biasanya tidak selalu berupa benda ataupun zat. Dengan demikian, kecanduan merupakan

seseorang yang memiliki ketergantungan terhadap suatu hal bukan hanya dari benda atau zat melainkan ketergantungan secara psikologis.

Kecanduan internet menurut Soejipto (2005) adalah sebuah *psychological disorder* yang terbilang relatif baru, yang berarti seseorang yang mempunyai keinginan kuat atau ketergantungan secara psikologis terhadap internet. Sedangkan menurut Young (2009) *internet addiction* atau *compulsive internet use* atau *pathological internet use* merupakan ketidakmampuan individu dalam mengontrol penggunaan internet sehingga dapat menyebabkan terjadinya masalah psikologis, sosial dan pekerjaan pada kehidupannya. Individu dikatakan kecanduan internet jika dalam penggunaannya lebih dari 20 jam setiap minggu.

*American psychological association* (dalam Rosenberg, 2014) menjelaskan bahwa ketergantungan tidak hanya disebabkan oleh zat adiktif melainkan dari perilaku atau perbuatan yang dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya dalam menggunakan internet. Menurut Young (2010) kecanduan internet merupakan suatu sindrom yang ditandai dengan adanya seseorang yang telah menghabiskan waktunya untuk berinternet dan mereka tidak mampu untuk mengontrol dirinya saat sedang asyik bermain internet. Sedangkan menurut Griffiths (2015) kecanduan internet merupakan tingkah laku kecanduan yang meliputi interaksi antar manusia dengan mesin tanpa adanya penggunaan obat-obatan atau zat adiktif lainnya.

Berdasarkan beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa kecenderungan kecanduan internet adalah kecondongan perilaku yang tidak tepat dimana individu tidak mampu mengontrol dirinya dalam penggunaan internet. Dimana mereka mampu menghabiskan waktunya untuk bermain internet.

## 2. Aspek Kecanduan Internet

Individu dikatakan mengalami kecanduan internet ketika menunjukkan perilaku-perilaku tertentu. Menurut Young (1999) menjelaskan aspek-aspek mengenai kecanduan internet yaitu:

- a. Perilaku / ciri khusus (*salience*), individu yang telah ketergantungan internet mereka merasa disibukkan dengan penggunaan internet, sehingga internet menurut mereka sebagai kebutuhan yang utama bagi kehidupannya.
- b. Penggunaan berlebihan (*Excessive use*), individu yang tidak memiliki batasan diri dalam penggunaan internet, ia akan memerlukan waktu tambahan demi mencapai kepuasan dalam mengakses internet.
- c. Mengabaikan pekerjaan (*neglect work*), individu yang memprioritaskan internet sebagai bagian dari aktifitasnya cenderung mengabaikan pekerjaannya pula.

- d. Antisipasi (*anticipation*), individu yang mengakses internet lebih lama dari waktu yang dibutuhkan cenderung gagal untuk mengantisipasi diri dalam penggunaan internet.
- e. Ketiadaan kendali diri (*lack of control*), individu yang tidak mampu dalam mengendalikan, mengurangi atau menghentikan dirinya dalam penggunaan internet akan merasa gelisah, murung, mudah marah bahkan depresi ketika mencoba untuk mengurangi atau menghentikan penggunaan internet.
- f. Mengabaikan kehidupan sosial (*neglect social life*), individu yang memilih untuk mengakses internet secara online berani dalam mengambil resiko kehilangan orang-orang terdekat pula, sehingga internet mengambil peran sosial yang dimiliki individu.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecanduan internet meliputi perilaku/ciri khusus (*salience*), penggunaan berlebihan (*excessive use*), mengabaikan pekerjaan (*neglect work*), antisipasi (*anticipation*), ketidaan kendali diri (*lack of control*), dan mengabaikan kehidupan sosial (*neglect social life*).

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Internet

Young (2010) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet sebagai berikut:

#### a. Gender

Gender dapat mempengaruhi individu mengalami kecanduan internet. Dikatakan bahwa laki-laki lebih tinggi mengalami kecanduan internet daripada perempuan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Xin, Xing, Pengfei, Houru, Mengcheng, Hong (2018) bahwa hasil dari penelitian itu kecanduan internet lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan. Dimana subjek yang digunakan sebanyak 6468 remaja dengan rentang usia 10-18 tahun dari sekolah-sekolah lokal di Guangzhou, China. Terbukti bahwa hasil laki-laki (30,6%) lebih besar dibanding perempuan (21,2%). Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Dalbudak, Evren, Aldemir, Coskun, Ugurlu, Yildirim (2013) dengan subjek sebanyak 319 mahasiswa menghasilkan bahwa tingkat kecanduan internet laki-laki lebih tinggi yaitu 20,0% sedangkan perempuan 9,4%.

#### b. Kondisi psikologis

Kondisi psikologis termasuk salah satu faktor individu mengalami kecanduan internet. Individu dengan kecanduan internet tidak mampu mengontrol, mengurangi atau

menghentikan penggunaan internet. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Widiani, Herlina, Sofia, & Hidayat (2012) bahwa semakin tinggi kontrol diri individu maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet. Kondisi psikologis inilah dapat dikatakan sebagai *self control*. Menurut pendapat Hurlock (dalam Ghufron & Risnawati, 2011) kontrol diri berkaitan dengan cara individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya.

c. Kondisi sosial ekonomi

Kondisi sosial ekonomi sangat berperan dalam kecanduan internet. Kondisi ini meliputi pendapatan keluarga, jumlah anggota keluarga dan pekerjaan orangtua. Diketahui bahwa keluarga yang memiliki penghasilan rendah dengan jumlah anak yang banyak sangat sulit untuk mengalokasikan anggaran untuk berinternet dan memiliki berbagai masalah dalam kehidupannya. Anak lebih cenderung beralih internet jika orangtua bekerja. Hal ini yang dapat menyebabkan kecanduan internet dan masalah psikologis pada anak (Kayri & Gunuc, 2016)

d. Tujuan dan waktu penggunaan internet

Tujuan menggunakan internet akan menentukan sejauhmana individu tersebut akan mengalami kecanduan internet,

terutama dikaitkan dengan banyaknya waktu yang dihabiskan dalam penggunaan internet. Individu yang menggunakan internet untuk tujuan pendidikan misalnya pelajar dan mahasiswa akan lebih banyak menggunakan waktunya dengan internet.

Berdasarkan uraian diatas dapat diketahui bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet adalah gender, kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet.

## **B. *Self Control***

### **1. Pengertian *Self Control***

Averill (dalam Kusumadewi, Hardjajani & Priyatama, 2012) mengungkapkan *self control* adalah suatu variabel psikologis, dimana individu mampu dalam mengelola informasi yang penting atau tidak penting dan individu dapat memilih tindakan yang diyakininya. Menurut Chaplin (2014) *self control* yaitu seorang individu yang mampu dalam membimbing tingkah lakunya sendiri seperti, kemampuan dalam menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku yang impulsif. Sementara itu, Berk (dalam Gunarsa, 2004) berpendapat bahwa *self control* adalah individu yang mampu menahan suatu keinginan atau dorongan yang bertentangan dengan norma sosial.

Tak hanya itu pendapat lain menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Muharsih, 2008) mendefinisikan *self control* sebagai kemampuan individu untuk menyusun, mengatur, mengarahkan dan membimbing guna membentuk perilaku individu ke arah yang positif. Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron & Risnawati, 2011) menyatakan bahwa *self control* sebagai sebuah pengaturan atas proses-proses fisik, psikologis dan perilaku individu atau bisa dikatakan serangkaian sebuah proses yang membentuk sebagai dirinya sendiri.

Dari beberapa definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *self control* yaitu kemampuan individu untuk menyusun, mengatur, mengarahkan dan membimbing suatu keinginan atau dorongan yang bertentangan dengan norma sosial atau tingkah laku yang impulsif.

## 2. Aspek *Self Control*

Tangney, Baumeister dan Boone (2004) mengemukakan bahwa terdapat lima aspek *self control* yaitu:

### a. *Self Discipline*

Aspek ini menilai tentang kedisiplinan dalam diri individu untuk melakukan sesuatu. Disiplin dalam hal ini seorang individu bisa fokus pada tugas. Individu yang memiliki *self discipline* mampu menahan diri dari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b. *Deliberate/Non-Impulsive*

Aspek ini menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan tindakan yang tidak impulsif. Individu dengan kecenderungan *deliberate* ini mempunyai pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa dalam bertindak.

c. *Healthy Habits*

Aspek ini seorang individu mengatur tentang kebiasaan atau pola hidup sehat. Hal ini individu akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal yang menyenangkan sekalipun. Individu tersebut akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif meskipun dampaknya tidak diterima secara langsung.

d. *Work Ethic*

Aspek ini menilai tentang etika seorang individu dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Individu yang memiliki aspek ini mampu menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh hal-hal yang diluar tugasnya.

e. *Reliability*

Aspek ini dikenal untuk menilai kemampuan individu dalam menangani sebuah tantangan. Individu yang memiliki reliabilitas mampu melaksanakan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

Individu yang memiliki *self control* menurut Thompson (dalam Smet, 1994) ditandai dengan:

- a. Mampu untuk mengontrol perilaku, ditandai dengan adanya kemampuan menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah, menghentikan dan membatasi intensitas stimulus-stimulus yang ada. Apabila individu tidak mampu mengontrol dirinya sendiri, maka dapat menggunakan faktor eksternal.
- b. Mampu menunda kepuasan, tujuannya untuk mencapai keberhasilan dalam mengatur perilaku agar mencapai sesuatu yang lebih berharga atau dapat diterima dalam masyarakat sekitar.
- c. Mampu mengantisipasi peristiwa, hal ini melalui berbagai pertimbangan secara relatif obyektif dengan didukung adanya informasi yang dimiliki oleh individu.

Berdasarkan uraian dari aspek-aspek *self control* maka dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek *self control* yaitu *self discipline*, *deliberate/non-impulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*. Dan individu yang memiliki *self control* ditandai dengan adanya mampu untuk mengontrol perilaku, mampu menunda kepuasan, serta mampu mengantisipasi peristiwa.

### **C. Hubungan antara *Self Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Internet**

Menurut Young (2010) kecanduan internet merupakan suatu sindrom yang ditandai dengan munculnya perilaku seorang individu yang mampu menghabiskan waktunya dalam penggunaan internet. Seseorang dikatakan kecenderungan kecanduan internet akan menunjukkan bahwa mereka lebih mengutamakan internet (*salience*), penggunaan berlebihan (*excessive use*), mengabaikan pekerjaan (*neglect work*), antisipasi (*anticipation*), ketiadaan kendali diri (*lack of control*), melalaikan kehidupan sosial (*neglect social life*). Individu yang memiliki kecanduan internet selalu meningkatkan jumlah waktu dalam penggunaan internet (Young, 1996). Hal ini didukung oleh Greenfield (dalam Abreu dan Young, 2017) bahwa individu yang mengalami kecanduan internet mampu menghabiskan waktunya selama 40 jam sampai 80 jam per minggu.

Menurut Young (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet meliputi gender, kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet. Individu yang kecanduan internet merasa nyaman dalam menggunakan internet. Hal ini didukung oleh Greenfield (dalam Ningtyas, 2012) bahwa individu yang kecanduan internet merasa nyaman dalam penggunaan internet. Yang memiliki dampak pada kehilangan pekerjaan, menghabiskan sedikit waktu bersama keluarga, dan perlahan-lahan menarik diri dari rutinitas kesehariannya.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Arpaci, Kesici & Baloglu (2018) menghasilkan bahwa siswa yang nyaman dalam menggunakan internet, maka mereka akan mengembangkan sikap individualisme atau mereka mementingkan kepentingan diri sendiri. Hal ini dimungkinkan siswa yang memiliki karakteristik tersebut akan mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan sosial secara langsung ataupun tatap muka. Tak hanya itu menurut Young (1996) individu yang kecanduan internet tidak dapat dihentikan keinginannya dalam penggunaan internet sehingga kehilangan kontrol diri di kehidupannya. Kontrol diri inilah salah satu bentuk kondisi psikologis pada diri individu yang mengalami kecenderungan kecanduan internet.

Menurut Averill (dalam Kusumadewi, Hardjajani & Priyatama, 2012) *self control* yaitu suatu variabel psikologis dimana individu dapat mengelola informasi yang diterimanya dengan baik. *Self control* sendiri memiliki aspek pendukung yaitu *self discipline, deliberate/non-impulsive, healthy habits, work ethic, reliability*.

Terdapat hasil penelitian oleh Widiana, Herlina, Sofia & Hidayat (2012) menghasilkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet. Dengan hasil penelitian ( $r_{xy} = -0,2030$ ;  $p < 0,05$ ). Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saragih (2020) bahwa kontrol diri yang tinggi dapat menurunkan kecenderungan kecanduan internet dan begitu sebaliknya. Sehingga dapat

disimpulkan bahwa semakin rendah *self control* maka semakin tinggi kecanduan internet.

Dari hasil diatas dapat diketahui bahwa individu yang mengalami kecenderungan kecanduan internet disebabkan karena memiliki *self control* yang rendah. Namun sebenarnya kecanduan internet tidak dipengaruhi oleh *self control* saja melainkan ada faktor lain. Sepertinya hal nya menurut Smart (2010) bahwa seorang individu dapat mengalami kecanduan internet karena dipengaruhi beberapa faktor diantaranya yaitu kurang mendapat perhatian dari orang-orang terdekatnya, stress atau depresi, kurangnya kegiatan, serta lingkungan dan pola asuh.

#### **D. Kerangka Teoritik**

Kecanduan internet merupakan suatu sindrom yang mana individu mampu menghabiskan waktunya dalam penggunaan internet. Individu mengalami kecanduan internet dengan menunjukkan adanya perilaku-perilaku tertentu diantaranya mengutamakan internet (*salience*), penggunaan berlebihan (*excessive use*), mengabaikan pekerjaan (*neglect work*), antisipasi (*anticipation*), ketiadaan kendali diri (*lack of control*), melalaikan kehidupan sosial (*neglect social life*). Menurut Young (2010) faktor-faktor kecanduan internet yaitu gender, kondisi psikologis, kondisi sosial ekonomi, tujuan dan waktu penggunaan internet.

Salah satu faktor dari kecanduan internet adalah kondisi psikologis. Menurut Young (1996) menyatakan bahwa individu yang kecanduan internet tidak dapat dihentikan keinginannya dalam penggunaan internet sehingga kebanyakan dari mereka kehilangan kontrol diri di kehidupannya. Tak hanya itu individu yang mengalami kecanduan jika bermain internet dapat memenuhi kebutuhannya (dalam Veronica & Samuel, 2015).

Perilaku kecanduan didasarkan pada teori hierarki kebutuhan Maslow (Patu dalam Setiawan, Dwikurnaningsih, & Setyorini, 2019) menyatakan bahwa setiap dalam diri individu terdapat dorongan yang kuat untuk memenuhi segala kebutuhan pada setiap tingkatan. Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah berpotensi mengalami kecenderungan kecanduan internet. Alasannya karena individu tidak mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilakunya. Sebaliknya apabila individu memiliki kontrol diri yang tinggi maka kecenderungan kecanduan internet rendah.

Menurut Bronfenbrenner (1986) akibat dari perkembangan zaman akan berpengaruh terhadap perkembangan dan perilaku anak. Hal ini diketahui perkembangan saat ini di bidang teknologi yaitu internet. Internet saat ini memang sangat mudah untuk di akses oleh berbagai kalangan. Dan pada anak sekolah dasar sekarang ini sudah terbiasa menggunakan internet untuk pendidikan maupun hiburan. Dalam hal ini yang berpengaruh besar terhadap kemudahan mengakses internet yaitu perkembangan sosial anak usia sekolah dasar karena di usia tersebut ditandai dengan anak mulai mengeksplorasi

lingkungan sekitar, meningkatkan interaksi interpersonal dan rasa ingin tahu yang tinggi untuk memahami dunia luar. Hal ini internet sebagai salah satu sarana untuk memenuhi kebutuhan tersebut.

Berdasarkan fenomena meningkatnya perluasan jaringan internet di kalangan anak-anak yang dengan mudah sekali di akses baik dirumah, di sekolah bahkan warung kopi (warkop). Dan juga karena adanya pandemi covid-19 membuat anak-anak (pelajar) mudah dalam mengakses internet baik untuk pembelajaran ataupun lainnya. Oleh sebab itu, perlu adanya *self control* pada anak-anak dalam penggunaan internet agar tidak mengakses internet ke arah yang negatif. Averill (dalam Kusumadewi, Hardjajani & Priyatama, 2012) mengatakan bahwa *self control* merupakan seorang individu yang mampu mengelola informasi penting atau tidak penting dan mampu memilih tindakan yang diyakininya.

Sehubungan dengan hal diatas, anak-anak masih belum tau kegunaan internet dan mereka tidak mengerti batasan waktu dalam penggunaan internet, maka sebagai orangtua harus memberikan perlakuan yang tepat sesuai dengan perkembangan anaknya. Hal ini perlu diterapkan agar anak mudah untuk mempersepsikan tindakan yang diberikan sehingga mereka dapat mengontrol dirinya dengan baik (Hurlock, 1990).

Hurlock (2010) mengatakan bahwa pada usia sekolah dasar anak diharapkan memperoleh dasar-dasar pengetahuan yang dianggap penting untuk keberhasilan penyesuaian diri di kehidupan dewasa sehingga anak sejak usia

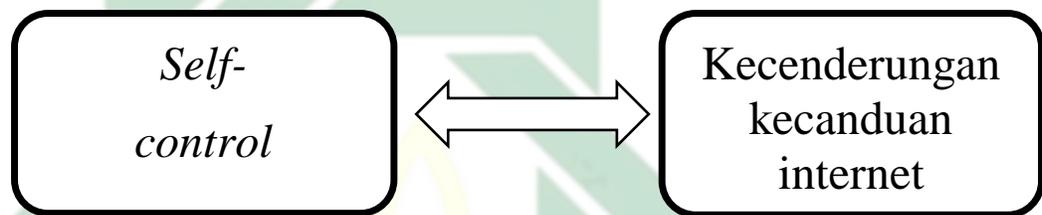
dini diberikan keterampilan dalam mengontrol dirinya agar dapat menghindari perilaku yang menyimpang norma sosial. Tak hanya itu, penggambaran *self control* pada anak dipengaruhi dari perkembangan emosional pada anak, dimana di usia anak sekolah dasar masih belum matang sempurna seperti orang dewasa. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (2010) menyatakan bahwa pada masa ini emosi anak mengalami ketidakseimbangan dimana anak menjadi sulit untuk dihadapi. Oleh karena itu, orang tua berperan aktif dalam proses kematangan emosi pada anak.

Hasil penelitian dari Ningtyas (2012) terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan *internet addiction* pada mahasiswa FIP semester 5 UNNES yang ditunjukkan dengan hasil korelasi sebesar  $r = -0,752$  dengan  $p = 0,000$ . Artinya semakin rendah *self control* maka semakin tinggi *internet addiction* dan begitu pula sebaliknya. Sehingga dapat dijelaskan bahwa individu yang memiliki *self control* yang rendah maka akan tinggi kecanduan internet, sebaliknya jika *self control* tinggi maka akan rendah kecanduan internet pula.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kim, Hong, Lee dan Hyun (2017) menghasilkan bahwa *self control* mempengaruhi penundaan dan penggunaan internet. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sulistio, Puspo, Dwi, Anggoro, Ervin dan Kireida (2020) menunjukkan nilai signifikansi Sig. (2-tailed) antara *self control* dengan *internet addiction* sebesar  $0,000 < 0,05$  yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel *self control* dan

variabel *internet addiction*. Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *self control* dengan *internet addiction*.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti ingin mengetahui hubungan *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Sehingga dari penjelasan teori di atas dapat digambarkan kerangka teori sebagai berikut:



**Gambar 1: Skema hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet**

### E. Hipotesis

Sugiyono (2017) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian dan perlu dibuktikan kebenarannya melalui data empirik yang terkumpul. Berdasarkan penjelasan diatas, maka hipotesis pada penelitian ini adalah adanya hubungan yang negatif antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Artinya semakin tinggi *self control* maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Begitu sebaliknya, semakin rendah *self control* maka semakin tinggi anak-anak mengalami kecenderungan kecanduan internet .

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Menurut Azwar (2012) penelitian kuantitatif merupakan penelitian dengan data analisis berupa angka dan pengumpulan data diolah dengan metode analisis statistik. Untuk desain dalam penelitian ini menggunakan korelasional. Menurut Cresweel (2012) desain korelasional adalah mengukur tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih dengan menggunakan prosedur statistik analisis korelasional. Dalam penelitian ini akan mengukur dan mengetahui hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Dan variabel-variabel tersebut akan di analisis menggunakan SPSS versi 25.

#### **B. Identifikasi Variabel**

Dalam penelitian ini ada dua jenis variabel yang digunakan oleh peneliti sebagai variabel penelitian, yaitu:

1. Variabel terikat (*Dependent*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017).

Variabel terikat yang digunakan yaitu kecanduan internet.

2. Variabel bebas (*Independent*) menurut Sugiyono (2017) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Pada penelitian ini yang menjadi variabel bebas adalah *self control*.

### C. Definisi Operasional

#### 1. *Self Control*

*Self control* merupakan kemampuan individu untuk menyusun, mengatur, dan mengarahkan dalam upaya menahan suatu keinginan atau dorongan yang tidak sesuai dengan norma sosial. Variabel ini diukur dengan skala berdasarkan lima aspek yaitu *self discipline, deliberate/non-impulsive, healthy habits, work ethic*, dan *reliability*.

#### 2. Kecenderungan Kecanduan Internet

Kecenderungan kecanduan internet adalah kecondongannya dalam perilaku yang tidak tepat dimana individu tidak dapat mengontrol intensitas dalam penggunaan internet. Variabel ini diukur menggunakan skala berdasarkan enam aspek diantaranya *saliency, excessive use, neglect work, anticipation, lack of control*, dan *neglect social life*.

### D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

#### 1. Populasi

Populasi adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa Madrasah Ibtidaiyah Maarif NU Nogosari, Sekolah Dasar Negeri Pandaan I, dan Sekolah Dasar Negeri Pandaan II. Alasan peneliti memilih sekolah-sekolah tersebut karena sekolah-sekolah tersebut melakukan sistem pembelajaran secara daring saat pandemi. Hal ini sesuai dengan fenomena dampak dari pembelajaran daring bagi siswa sekolah dasar selama covid-19. Berikut jumlah siswa yang menjadi populasi dalam penelitian ini :

**Tabel 3.1. Data Jumlah Siswa yang Menjadi Populasi**

<b>Nama Sekolah</b>	<b>Jumlah Siswa</b>
MI Maarif NU Nogosari	148 siswa
SDN Pandaan I	131 siswa
SDN Pandaan II	232 siswa
<b>Total</b>	<b>511 siswa</b>

## 2. Sampel

Sampel merupakan perwakilan dari populasi. Sebagian dari populasi yang dapat mewakili seluruh karakteristik dan sifat dari populasi disebut sampel. Jumlah sampel yang layak dalam sebuah penelitian berkisar antara 30 sampai dengan 500 subjek (Sugiyono, 2017). Menurut Arikunto (2010) apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semuanya, namun jika jika jumlah subjek besar atau lebih dari 100 dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih dari populasi. Peneliti mengambil sampel dari populasi yang berjumlah 511 siswa, maka sesuai pendapat diatas jumlah

sampel dalam penelitian ini dapat diambil 25% dari keseluruhan populasi. Sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 128 siswa dari MI Maarif NU Nogosari, SDN Pandaan I, dan SDN Pandaan II.

### 3. Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling* untuk mengambil data, karena pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Pengambilan anggota sampel ini yaitu siswa kelas 1-6. Alasan peneliti mengambil sampel kelas 1-6 karena dianggap butuh dampingan dalam bermain internet. Hal ini sesuai dengan pendapat Ebi (2017) bahwa orang tua bertanggung jawab untuk melakukan pengawasan dan pendampingan dalam penggunaan internet yang digunakan pada anaknya serta memastikan bahwa anak menggunakan internet untuk mengakses informasi-informasi sebagai bahan pelajaran.

Santrock (2011) mengemukakan bahwa pada usia 6-13 tahun (kelas 1-6 sd) anak mulai meningkatkan kemampuannya mulai dari tanggung jawab serta berpikir logis dan kritis.

### **E. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi yakni alat ukur non kognitif yang berupa pernyataan atau

pernyataan tidak langsung serta tidak ada jawaban benar atau salah (Azwar, 2012). Dalam penelitian ini ada tiga skala yang digunakan sebagai instrumen penelitian yaitu skala kecanduan internet dan skala *self control*. Sedangkan model skala yang digunakan adalah skala likert yang terdiri dari empat jawaban yaitu sangat sering, sering, jarang, dan tidak pernah.

**Tabel 3.2 Skor Aitem Skala Likert**

<b>Respon</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>
Sangat Sering	4	1
Sering	3	2
Jarang	2	3
Tidak Pernah	1	4

#### 1. Skala Kecanduan Internet

##### a. Alat Ukur

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini merupakan modifikasi teori dari Young (1999) dengan aspek yang terdiri dari *salience, excessive use, neglect work, anticipation, lack of control*, dan *neglect social life*. Skala ini terdiri dari 20 aitem *favorable*. Di bawah ini akan ditunjukkan *blueprint* skala kecanduan internet:

**Tabel 3.3 Blueprint Skala Kecanduan Internet**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>Item Favorable</b>	<b>Skor</b>
1.	<i>Salience</i>	Takut akan ketinggalan informasi terbaru	1, 15	2
		Merasa bosan jika tidak bermain internet	3	1
		Terhibur saat bermain internet	7, 10	2

2.	<i>Excessive use</i>	Merasa kurang waktu dalam bermain internet	9, 13, 19	3
		Merasa berlebihan dalam bermain internet	5, 11, 18	3
3.	<i>Neglect work</i>	Prestasi belajar menurun	14, 17	2
4.	<i>Anticipation</i>	Merasa terdorong untuk bermain internet	4, 20	2
5.	<i>Lack of control</i>	Kesulitan mengelola waktu untuk bermain internet	2, 6, 12	3
6.	<i>Neglect social life</i>	Merasa lebih tertarik dengan kehidupan sosial media	8, 16	2
<b>Total</b>				20

#### b. Validitas dan Reliabilitas

##### 1) Uji Validitas

Menurut Azwar (2012) validitas yaitu ketepatan dan kecermatan suatu instrumen dalam menjalankan fungsi ukurnya. Untuk mengetahui apakah item itu valid atau tidak, ada dua kriteria yang dapat digunakan yaitu (Muhid, 2019):

a) Nilai koefisien *corrected item-total correlation* tiap aitem berkorelasi positif

b) Nilai koefisien *corrected item-total correlation* tiap item  $\geq r_{\text{tabel}}$

Sebelum instrumen diujikan pada sampel yang sesungguhnya, instrumen terlebih dahulu dilakukan uji coba pada kelompok uji coba di luar kelompok sampel penelitian. Jumlah responden uji coba yang digunakan pada penelitian ini adalah 15

responden. Kemudian  $r$  tabel ditentukan dengan taraf signifikansi sebesar 5%. Berikut hasil validitas uji coba instrumen untuk skala kecanduan internet menggunakan SPSS:

**Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas pada Uji Coba Instrumen Kecanduan Internet**

No. Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	R tabel	Keterangan
1.	0,607	0,514	Valid
2.	0,483	0,514	Tidak Valid
3.	0,544	0,514	Valid
4.	0,574	0,514	Valid
5.	0,171	0,514	Tidak Valid
6.	0,317	0,514	Tidak Valid
7.	0,518	0,514	Valid
8.	0,625	0,514	Valid
9.	0,381	0,514	Tidak Valid
10.	0,569	0,514	Valid
11.	0,570	0,514	Valid
12.	0,365	0,514	Tidak Valid
13.	0,552	0,514	Valid
14.	0,568	0,514	Valid
15.	0,397	0,514	Tidak Valid
16.	0,721	0,514	Valid
17.	0,639	0,514	Valid
18.	0,725	0,514	Valid
19.	0,663	0,514	Valid
20.	0,759	0,514	Valid

Berdasarkan hasil pada tabel 3.3 diketahui terdapat enam aitem yang tidak valid yaitu aitem nomer 2, 5, 6, 9, 12, dan 15. Aitem yang tidak valid ada yang gugur dan ada yang diperbaiki. Alasan aitem diperbaiki karena belum ada aspek yang mewakili di

pernyataan. Untuk aitem yang diperbaiki yaitu nomer 2, 6, dan 12 pada aspek *lack of control*.

Hasil dari pemaparan diatas, maka aitem-aitem yang dinyatakan tidak valid akan dilakukan penomoran ulang pada aitem-aitem yang layak sebanyak 17 pernyataan. Dibawah ini tabel *blueprint* skala kecanduan internet setelah digugurkan dan diperbaiki:

**Tabel 3.5 *Blueprint* Skala Kecanduan Internet Setelah Aitem Digugurkan dan Diperbaiki**

No	Aspek	Indikator	Item Favorable	Skor
1.	<i>Salience</i>	Takut akan ketinggalan informasi terbaru	1	1
		Merasa bosan jika tidak bermain internet	3	1
		Terhibur saat bermain internet	7, 10	2
2.	<i>Excessive use</i>	Merasa kurang waktu dalam bermain internet	13, 19	2
		Merasa berlebihan dalam bermain internet	11, 18	2
3.	<i>Neglect work</i>	Prestasi belajar menurun	14, 17	2
4.	<i>Anticipation</i>	Merasa terdorong untuk bermain internet	4, 20	2
5.	<i>Lack of control</i>	Kesulitan mengelola waktu untuk bermain internet	2, 6, 12	3
6.	<i>Neglect social life</i>	Merasa lebih tertarik dengan kehidupan sosial media	8, 16	2
<b>Total</b>				<b>17</b>

## 2) Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi hasil alat ukur yang mengandung makna seberapa tinggi kecermatan pengukuran. Koefisien reliabilitas berada pada rentang 0 sampai 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas atau mendekati 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya (Azwar, 2012). Berikut hasil uji reliabilitas skala kecanduan internet:

**Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Kecanduan Internet**

<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items
0,903	20

## 2. Skala *Self Control*

### a. Alat Ukur

Instrumen yang digunakan dalam pengukuran *self control* menggunakan teori dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) yang kemudian dimodifikasi sesuai dengan keadaan subjek penelitian. Aspek-aspek *self control* yaitu *self discipline*, *deliberate/non-impulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*. Pada instrumen ini terdapat 10 aitem yang terdiri dari 5 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*. Berikut adalah *blueprint* skala *self control*:

**Tabel 3.7 Blueprint Skala *Self Control***

No.	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	<i>Self Discipline</i>	Disiplin dalam melakukan sesuatu	8	2	2

2.	<i>Deliberate / non-impulsive</i>	Berhati-hati bertindak	dalam	10	4	2
3.	<i>Healthy Habits</i>	Melakukan pola hidup sehat		1	6	2
4.	<i>Work Ethic</i>	Memiliki jadwal belajar yang baik		3	7	2
5.	<i>Reliability</i>	Menangani tantangan	sebuah	5	9	2
<b>Total</b>				<b>5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>

b. Validitas dan Reliabilitas

1) Uji Validitas

Instumen skala *self control* yang telah dilakukan uji coba diperoleh hasil 7 aitem valid dan 3 aitem tidak valid. Untuk aitem yang tidak valid tidak akan digugurkan melainkan diperbaiki karena aitem-aitem tersebut belum mewakili dari kelima aspek *self control*.

**Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas pada Uji Coba Instrumen Skala Self Control**

No. Aitem	Corrected Item-Total Correlation	R tabel	Keterangan
1.	0,811	0,514	Valid
2.	0,843	0,514	Valid
3.	0,811	0,514	Valid
4.	0,843	0,514	Valid
5.	0,370	0,514	Tidak Valid
6.	0,456	0,514	Tidak Valid
7.	0,673	0,514	Valid
8.	0,757	0,514	Valid
9.	0,460	0,514	Tidak Valid
10.	0,842	0,514	Valid

Tabel 3.8 merupakan hasil dari uji coba instrumen terdapat 3 aitem yang tidak valid akan diperbaiki dan digunakan untuk

mengambil data penelitian. Berikut *blueprint* skala *self control* setelah aitem diperbaiki:

**Tabel 3.9 *Blueprint* Skala *Self Control* Setelah Uji Aitem Diperbaiki**

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			F	UF	
1.	<i>Self Discipline</i>	Disiplin dalam melakukan sesuatu	8	2	2
2.	<i>Deliberate / non-impulsive</i>	Berhati-hati dalam bertindak	10	4	2
3.	<i>Healthy Habits</i>	Melakukan pola hidup sehat	1	6	2
4.	<i>Work Ethic</i>	Memiliki jadwal belajar yang baik	3	7	2
5.	<i>Reliability</i>	Menangani sebuah tantangan	5	9	2
<b>Total</b>			<b>5</b>	<b>5</b>	<b>10</b>

## 2) Uji Reliabilitas

Menurut Azwar (2012) reliabilitas adalah konsistensi alat

ukur yang digunakan di kondisi atau situasi yang sama. Skala *self control* pada saat uji coba dilihat dari nilai koefisien *Cronbach's Alpha* yaitu 0,915. Berikut tabel uji validitas menggunakan SPSS versi 25:

**Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Self Control***

<i>Cronbach's Alpha</i>	N of Items
<b>0,915</b>	10

## F. Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis dengan bantuan program SPSS versi 25 yang digunakan untuk menganalisis dan menghitung nilai skor data dari responden. Berikut ini terdapat beberapa uji yang digunakan dalam penelitian ini:

### 1. Uji Asumsi Normalitas

Sebelum melakukan analisis statistik, terlebih dahulu harus dilakukan uji normalitas data. Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2017). Uji normalitas merupakan salah satu syarat untuk dilakukan uji korelasi *product moment* jika hasilnya normal. Sedangkan jika data tersebut tidak berdistribusi normal, maka uji yang dilakukan adalah uji non-parametrik. Pengujian normalitas data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan *kolmogorov-smirnov*. Kaidah yang ditentukan dalam menentukan normal atau tidaknya sebaran data tersebut yaitu dengan melihat nilai taraf signifikansi (Sig.)  $> 0,05$  maka distribusi data adalah normal. Sebaliknya, apabila taraf signifikansi  $< 0,05$  distribusi data tidak normal.

### 2. Uji Asumsi Linearitas

Uji Lineraritas digunakan untuk mengetahui apakah kedua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak (Sugiyono, 2017). Uji ini

merupakan salah satu uji prasyarat yang dilakukan sebelum melakukan uji korelasi *product moment*. Apabila nilai *deviation from linearity*  $> 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang linear, begitu juga sebaliknya.

### 3. Uji Korelasi Parametrik (*Product Moment*)

Menurut Sugiyono (2017) koefisien korelasi *product moment* digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel apabila data dari dua variabel tersebut adalah sama. Sebagai pertimbangannya, peneliti menggunakan uji korelasi *product moment* dikarenakan kedua variabel memiliki hasil normal dan linear. Menurut Muhid (2019) terdapat beberapa hal yang menjadi dasar pengambilan keputusan pada perhitungan korelasi *product moment* yaitu:

- 1) Jika signifikansi  $> 0,05$ , maka  $H_0$  diterima
- 2) Jika signifikansi  $< 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak

Tanda pada koefisien korelasi juga berpengaruh pada penafsiran terhadap hasil analisis korelasi, berikut penjelasannya (Muhid, 2019):

- 1) Tanda positif (+) pada koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang searah, artinya hubungan kedua variabel ( $x$  dan  $y$ ) adalah berbanding lurus. Semakin tinggi  $x$  maka semakin tinggi pula  $y$ , begitu juga sebaliknya.

- 2) Tanda negatif (-) di nilai koefisien korelasi menunjukkan adanya arah hubungan yang berlawanan, artinya hubungan kedua variabel ( $x$  dan  $y$ ) adalah berbanding terbalik. Semakin tinggi  $x$  maka semakin rendah  $y$ , dan sebaliknya.



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

Sebelum melakukan penelitian ini, telah dilakukan berbagai rangkaian persiapan yang tersusun dengan baik. Adapun urutan-urutan dalam proses yang dilalui dalam menyiapkan dan melaksanakan penelitian seperti berikut:

- a. Pertama-tama, melakukan proses mencari dan melihat hal-hal yang menarik di lingkungan sekitar. Ditemui pada masyarakat sekitar banyak sekali siswa sekolah dasar yang bermain internet tanpa pengawasan orangtua dan tanpa adanya batasan waktu. Oleh sebab itu, ditemukanlah fenomena tentang kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Selanjutnya, melakukan pengumpulan data statistik mengenai fenomena tersebut kemudian mencari konsep psikologi yang terkait dengan mencari literature pada buku, dan jurnal penelitian. Dan menemukan variabel x *self control* dan variabel y kecenderungan kecanduan internet.
- b. Kedua, mengkonsultasikan variabel penelitian kepada dosen pembimbing skripsi untuk mendapat persetujuan dan saran. Setelah

variabel tersebut disetujui oleh dosen pembimbing, barulah menyusun *concept note*. Setelah itu, *concept note* diajukan ke program studi atas persetujuan dari dosen pembimbing.

- c. Ketiga, mengerjakan proposal penelitian mulai dari bab satu sampai bab tiga dengan menggunakan metode kuantitatif dengan tema kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Dan hasilnya di konsultasikan kepada dosen pembimbing. Proposal disetujui oleh dosen pembimbing skripsi, kemudian diajukan kepada bagian Program Studi untuk pengajuan seminar proposal.
- d. Keempat, melanjutkan ke tahap penyusunan kuesioner dan *expert judgment* di bawah bimbingan dosen pembimbing skripsi. Setelah kuesioner dianggap layak oleh *expert judgment* dan disetujui oleh dosen pembimbing skripsi. Kemudian kuesioner diketik di *ms word* untuk dilakukan uji coba.
- e. Kelima, hasil dari uji coba dilakukanlah validitas terhadap instrumen untuk mengetahui aitem-aitem yang valid akan digunakan kembali kepada sampel saat penelitian. Sedangkan untuk aitem-aitem yang tidak valid digugurkan atau diperbaiki.
- f. Keenam, mengurus surat permohonan ijin penelitian kepada Program Studi untuk melakukan pengambilan data ke SDN Pandaan 2, SDN Pandaan 1, dan MI Maarif NU Nogosari. Selanjutnya, menemui kepala sekolah di masing-masing sekolah dengan membawa surat ijin tersebut.

Dengan disetujui oleh kepala sekolah dilakukanlah penyebaran kuesioner kepada anak-anak sekolah dasar. Tidak lupa, kepala sekolah memberikan surat balasan bahwa telah melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.

- g. Ketujuh, data-data semua dari responden diperoleh kemudian menulis semua hasilnya, memberikan skor, mengolah, dan menganalisis hasil kuesioner dengan bantuan SPSS versi 25. Hasil dari analisis data akan di narasikan dalam penelitian ini.

## 2. Deskripsi Hasil Penelitian

### a. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan anak-anak sekolah dasar dengan rentang usia 6-13 tahun, dimana diambil dari tiga sekolah dasar yaitu SDN Pandaan I, SDN Pandaan II, dan MI Nogosari. Didapatkan hasil data dari kuesioner sebanyak 139 responden, diperoleh data demografis sebagai berikut:

#### 1) Deskripsi Berdasarkan Usia

**Tabel 4.1 Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia**

Usia	Frekuensi	Persentase
6-13 tahun	139	100%
<b>Total</b>	139	100%

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa yang telah berpartisipasi menjawab kuesioner yaitu subjek dengan usia 6-13

tahun (anak sekolah dasar) sebanyak 139 siswa dengan persentase 100%.

## 2) Deskripsi Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 4.2 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	72	51,8%
Perempuan	67	48,2%
<b>Total</b>	<b>139</b>	<b>100%</b>

Deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin di tabel 4.2 menunjukkan hasil bahwa 51,8% jumlah terbanyak diperoleh dari subjek berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah responden sebanyak 72 siswa. Sedangkan sisanya berjumlah 67 siswa berjenis kelamin perempuan dengan persentase 48,2%.

## 3) Deskripsi Berdasarkan Durasi Bermain Internet per Hari

**Tabel 4.3 Deskripsi Subjek Berdasarkan Durasi Bermain Internet per Hari**

Lama Penggunaan	Frekuensi	Persentase
<b>2-4 jam</b>	26	18,7%
<b>5-8 jam</b>	113	81,3%
<b>Total</b>	<b>139</b>	<b>100%</b>

Tabel 4.3 diketahui bahwa durasi bermain internet per hari diposisi tertinggi adalah 5-8 jam dengan persentase 81,3% dengan responden 113 dari 139 siswa. Di posisi kedua pada durasi 2-4 jam dengan persentase 18,7% yang memiliki responden sebanyak 26 siswa.

4) Deskripsi Berdasarkan Jaringan *Wifi* dirumah**Tabel 4.4 Deskripsi Subjek Berdasarkan Jaringan *Wifi* dirumah**

Jaringan <i>Wifi</i> dirumah	Frekuensi	Persentase
Ya	101	72,7%
Tidak	38	27,3%
<b>Total</b>	139	100%

Hasil dari deskripsi subjek berdasarkan penggunaan jaringan *wifi* dirumah atau tidak dapat dilihat dari hasil tabel 4.4 bahwa yang mempunyai *wifi* dirumah sebanyak 101 siswa dengan nilai persentase 72,7%. Sedangkan yang tidak menggunakan *wifi* dirumah sebesar 27,3% atau 38 siswa.

5) Deskripsi Berdasarkan Kepemilikan *Handphone***Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Berdasarkan Kepemilikan *Handphone***

Pemilik <i>Handphone</i>	Frekuensi	Persentase
Orang tua	19	13,7%
Sendiri	120	86,3%
<b>Total</b>	139	100%

Data pada tabel 4.5 dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki *handphone* sendiri lebih banyak daripada milik orang tua. Dengan hasil yang diperoleh sebanyak 120 siswa atau 86,3% sudah mempunyai *handphone* sendiri sedangkan sisanya 19 siswa atau 13,7% masih punya orang tua.

## 6) Deskripsi Berdasarkan Penyelesaian Tugas

**Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Berdasarkan Penyelesaian Tugas Menggunakan Google**

Menggunakan Google	Frekuensi	Persentase
Ya	139	100%
Tidak	0	0
<b>Total</b>	139	100%

Tabel 4.6 diketahui bahwa siswa dalam menyelesaikan tugas sekolah yang dikerjakan di rumah sebanyak 139 siswa atau 100% mereka mendapat bantuan dari *google*. Yang artinya keseluruhan subjek mencari jawaban dengan melihat di *google*.

## 7) Deskripsi Berdasarkan Penggunaan Aplikasi

**Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Berdasarkan Penggunaan Aplikasi**

Aplikasi	Frekuensi	Persentase
<i>Youtube</i>	139	100%
<i>Tik Tok</i>	75	54%
<i>Instagram</i>	69	49,6%
<i>Whatsapp</i>	122	87,8%
<i>Game Online</i>	68	48,9%

Aplikasi yang sering digunakan oleh subjek saat bermain internet tertera pada tabel 4.7, dimana aplikasi *youtube* merupakan aplikasi tertinggi atau yang sering dibuka dengan persentase sebesar 100% atau sebanyak 139 responden membuka aplikasi tersebut. Untuk aplikasi *whatsapp* merupakan aplikasi yang sering dibuka kedua setelah *youtube* dengan nilai persentase 87,8% atau 122 siswa. Di urutan ketiga, sebanyak 75 siswa atau 54% sering membuka aplikasi *tiktok*. Urutan keempat yaitu *instagram* sekitar

69 siswa atau 49,6%. Dan yang terakhir atau kelima aplikasi *game online* sebesar 48,9% atau 68 siswa.

8) Deskripsi Berdasarkan Batasan dari Orang tua

**Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Berdasarkan Batasan dari Orang tua**

Batasan Orang tua	Frekuensi	Persentase
Ya	47	33,8%
Tidak	92	66,2%
<b>Total</b>	139	100%

Tabel 4.8 menghasilkan deskripsi subjek berdasarkan batasan waktu yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya untuk bermain internet. Hasilnya orang tua yang tidak memberikan batasan waktu kepada anaknya memiliki nilai persentase yang tinggi yaitu 66,2% sedangkan sisanya 33,8% orangtua memberikan batasan penggunaan internet pada anak.

b. Deskripsi Data Penelitian

**Tabel 4.9 Hasil Analisis Deskriptif Data**

	Skala <i>Self Control</i>	Skala Kecanduan Internet
<b>N</b>	139	139
<b>Mean</b>	27,6835	34,6978
<b>Std. Deviation</b>	3,18064	8,52163
<b>Range</b>	19,00	49,00
<b>Min.</b>	18,00	17,00
<b>Max.</b>	37,00	66,00

Berdasarkan tabel 4.9 diatas diketahui hasil bahwa 139 subjek pada skala *self control* memiliki skor *range* 19,00 dengan nilai

minimum 18,00 dan maksimum 37,00. Dan untuk nilai *mean* sebesar 27,6835 dengan *standar deviation* 3,18064. Dan pada skala kecanduan internet didapati nilai *range* 49,00 dengan skor minimal 17,00 dan maksimal 66,00. Dari subjek 139 terdapat nilai *mean* 34,6978 dengan *standart deviation* 8,52163.

Selanjutnya, melakukan mengkategorikan subjek berdasarkan skor nilai *mean* dan *standart deviation*. Menurut Azwar (2012) penormaan yang dilakukan pada tiap-tiap variabel dibagi menjadi tiga kategori yaitu kelompok rendah, sedang, dan tinggi. Berikut akan dijabarkan langkah-langkah dalam menentukan kategorisasi:

1) Skala *Self Control*

a) *Mean*

Dalam menentukan skor *mean*, terlebih dahulu dibutuhkan

skor minimum serta skor maksimum dari tiap variabel. Cara mendapatkan skor minimum dan maksimum sebagai berikut:

$$X_{\min} = \text{Jumlah aitem} \times \text{skor minimal}$$

$$= 10 \times 1$$

$$= 10$$

$$X_{\max} = \text{Jumlah aitem} \times \text{skor maksimal}$$

$$= 10 \times 4$$

$$= 40$$

Setelah menghitung skor minimum dan maksimum, langkah berikutnya adalah menghitung mean hipotetik dengan rumus sebagai berikut:

$$\begin{aligned} M &= \frac{X_{max} + X_{min}}{2} \\ &= \frac{40 + 10}{2} \\ &= 25 \end{aligned}$$

b) *Standart Deviation*

$$\begin{aligned} Std.Deviation &= \frac{X_{max} - X_{min}}{6} \\ Std.Dev. &= \frac{40 - 10}{6} \\ &= 5 \end{aligned}$$

Hasil dari perhitungan *mean* dan *standart deviation* diatas, barulah norma kategori untuk skala *self control* dapat ditentukan berdasarkan tabel berikut:

**Tabel 4.10 Kategorisasi Norma (Azwar, 2012)**

Klasifikasi	Skor	Kriteria
$X < M - 1SD$	$X < 20$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$20 \leq X < 30$	Sedang
$X \geq M + 1SD$	$X \geq 30$	Tinggi

Berlandaskan norma kategorisasi diatas, peneliti kemudian mengkategorisasikan subjek ke dalam tiga kategori yang telah ditentukan sebelumnya dengan hasil dibawah ini:

**Tabel 4.11 Hasil Kategorisasi Skala *Self Control***

Kriteria	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 20$	2	1,4%

Sedang	$20 \leq X < 30$	101	72,7%
Tinggi	$X \geq 30$	36	25,9%

Pada hasil kategorisasi di atas, diketahui tingkat *self control* dari 139 subjek pada kategori rendah hanya 2 orang (1,4%), sedangkan pada kategori sedang didapati sebanyak 101 orang (72,7%) dan kategori tinggi 36 orang atau 25,9%. Artinya subjek cenderung memiliki tingkat *self control* yang sedang.

## 2) Skala Kecanduan Internet

### a) *Mean*

Sebelum melakukan kategorisasi, terlebih dahulu menghitung *mean* dengan cara sebagai berikut:

$$\begin{aligned} X_{\min} &= \text{Jumlah aitem} \times \text{skor minimal} \\ &= 1 \times 17 \\ &= 17 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} X_{\max} &= \text{Jumlah aitem} \times \text{skor maksimal} \\ &= 4 \times 17 \\ &= 68 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} M &= \frac{X_{\max} + X_{\min}}{2} \\ M &= \frac{68 + 17}{2} \\ &= 42,5 \end{aligned}$$

b) *Standart Deviation*

$$\begin{aligned} \text{Std. Deviation} &= \frac{X_{\max} - X_{\min}}{6} \\ \text{Std. Deviation} &= \frac{68 + 17}{6} \\ &= 14,2 \end{aligned}$$

Norma kategori skala kecanduan internet dapat dilihat pada tabel 4.12 sebagai berikut:

**Tabel 4.12 Norma Kategorisasi Skala Kecanduan Internet**

<b>Klasifikasi</b>	<b>Skor</b>	<b>Kriteria</b>
<b>X &lt; M – 1SD</b>	<b>X &lt; 28,3</b>	<b>Rendah</b>
<b>M – 1SD ≤ X &lt; M + 1SD</b>	<b>28,3 ≤ X &lt; 56,7</b>	<b>Sedang</b>
<b>X ≥ M + 1SD</b>	<b>X ≥ 56,7</b>	<b>Tinggi</b>

Hasil dari pengkategorisasian subjek untuk skala kecanduan internet dapat dilihat pada tabel 4.13 yaitu:

**Tabel 4.13 Hasil Kategorisasi Skala Kecanduan Internet**

<b>Kriteria</b>	<b>Skor</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
<b>Rendah</b>	<b>X &lt; 28,3</b>	<b>38</b>	<b>27,3%</b>
<b>Sedang</b>	<b>28,3 ≤ X &lt; 56,7</b>	<b>100</b>	<b>71,9%</b>
<b>Tinggi</b>	<b>X ≥ 56,7</b>	<b>1</b>	<b>0,07%</b>

Tabel 4.13 dapat diketahui hasil bahwa tingkat kecanduan internet yang dimiliki subjek penelitian cenderung ke sedang. Hal tersebut dibuktikan dengan jumlah responden yang terbagi dalam kategori rendah adalah 38 orang atau 27,3%. Sedangkan untuk kategori sedang terdapat 100 orang (71,9%), dan kategori tinggi hanya 1 orang atau 0,07%.

c. Validitas dan Reliabilitas Data

1) Validitas Data

a) Kecanduan Internet

Uji validitas skala kecanduan internet dapat digunakan dengan melihat nilai koefisien *corrected item-total correlation* dengan ketentuan  $\geq r$  tabel maka dikatakan valid. Berikut hasil validitas skala kecanduan internet pada subjek penelitian:

**Tabel 4.14 Tabel Validitas Skala Kecanduan Internet**

No. Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	R tabel	Keterangan
1.	0,720	0,165	Valid
2.	0,501	0,165	Valid
3.	0,557	0,165	Valid
4.	0,491	0,165	Valid
5.	0,238	0,165	Valid
6.	0,508	0,165	Valid
7.	0,493	0,165	Valid
8.	0,625	0,165	Valid
9.	0,381	0,165	Valid
10.	0,658	0,165	Valid
11.	0,550	0,165	Valid
12.	0,506	0,165	Valid
13.	0,538	0,165	Valid
14.	0,378	0,165	Valid
15.	0,525	0,165	Valid
16.	0,376	0,165	Valid
17.	0,661	0,165	Valid

b) *Self Control*

Skala self control dilakukan uji validitas pada subjek penelitian. Dan terdapat dua aitem yang tidak valid. Berikut hasil uji validitas skala self control:

**Tabel 4.15 Tabel Validitas Skala Self Control**

No. Aitem	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	R tabel	Keterangan
1.	0,498	0,165	Valid
2.	0,046	0,165	Tidak Valid
3.	0,672	0,165	Valid
4.	0,196	0,165	Valid
5.	0,520	0,165	Valid
6.	0,380	0,165	Valid
7.	0,475	0,165	Valid
8.	0,517	0,165	Valid
9.	0,095	0,165	Tidak Valid
10.	0,611	0,165	Valid

2) Reliabilitas Data

Uji reliabilitas data yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji reliabilitas *cronbach's alpha* dengan bantuan SPSS versi 25. Berikut hasil dari uji reliabilitas skala kecanduan internet dan *self control*.

**Tabel 4.16 Tabel Reliabilitas Skala Kecanduan Internet dan Self Control**

Skala	<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
Kecanduan Internet	0,879	17
<i>Self Control</i>	0,754	10

Tabel 4.16 diatas menunjukkan bahwa skala kecanduan internet memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,879 dengan jumlah aitem sebanyak 17. Sedangkan nilai reliabilitas pada skala *self control* adalah 0,754 dengan 10 aitem. Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa kedua alat ukur tersebut dapat dinyatakan reliabel sebagai alat pengumpul data pada penelitian ini. Alat ukur dapat dikatakan baik apabila mendapatkan nilai koefisien reliabilitas lebih dari 0,60 dan mendekati 1,00.

## B. Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis ini bertujuan untuk melihat apakah adanya hubungan antara dua variabel yakni *self control* dan kecanduan internet. Pada penelitian ini, menggunakan uji korelasi *product moment* dikarenakan data tersebut terdistribusi normal dan memiliki hasil yang linear. Berikut ini akan dijabarkan hasil uji asumsi normalitas dan linearitas yang merupakan prasyarat dari uji korelasi *product moment*:

### 1. Uji Prasyarat

#### a. Uji Normalitas

Menurut Santoso (2002) uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sebaran data yang digunakan berdistribusi normal atau tidak. Berdasarkan uji normalitas dengan *kolmogrov smirnov*, jika nilai signifikansi (Sig.)  $> 0,05$  maka data tersebut dinyatakan

berdistribusi normal, sedangkan jika nilai signifikansi (Sig.) < 0,05 maka data tersebut dinyatakan tidak berdistribusi normal (Muhid, 2019).

**Tabel 4.17 Hasil Uji Normalitas**

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		139
<i>Normal Parameters</i>	<i>Mean</i>	0,0000000
	<i>Std. Deviation</i>	2,81807522
	<i>Absolute</i>	0,070
	<i>Positive</i>	0,060
	<i>Negative</i>	-0,070
<i>Test Statistics</i>		0,070
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		0,096

Berdasarkan tabel 4.17 diketahui bahwa hasil dari uji normalitas dengan menggunakan *kolmogrov smirnov* hasil pada penelitian ini adalah 0,096 dilihat dari nilai *asymp. Sig. (2-tailed)*, dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,05 yang artinya data tersebut berdistribusi normal.

#### b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan secara linear antara variabel dependen terhadap variabel independen yang akan diuji. Suatu data dapat dikatakan linear apabila memiliki nilai *Deviation from linearity* signifikan (Sig.) > 0,05 (Santoso, 2002).

**Tabel 4.18 Hasil Uji Linearitas**

		<b>Sig.</b>
<i>Self Control</i> * Kecanduan Internet	<i>Between</i> <i>Groups</i>	(Combined) 0,046
		<i>Linearity</i> 0,000
		<i>Deviation from</i> <i>Linearity</i> 0,961
	<i>Within Groups</i>	
<b>Total</b>		

Tabel 4.18 diatas dapat dilihat bahwa hasil *deviation from linearity* adalah 0,961. Kedua variabel dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila memiliki hasil nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Dapat dikatakan bahwa hasil tersebut memiliki arti variabel *self control* dan variabel kecanduan internet memiliki hubungan yang linear.

## 2. Uji Hipotesis

Hasil uji asumsi diatas dapat diketahui bahwa variabel *self control* dan kecanduan internet memiliki distribusi normal dan hasil yang linear. Oleh karena itu pada uji korelasi, analisis korelasi yang digunakan adalah analisis *parametric* dengan menggunakan korelasi *product moment*.

**Tabel 4.19 Hasil Uji Hipotesis Product Moment**

		<b>Kecanduan Internet</b>	<b>Self Control</b>
<b>Kecanduan Internet</b>	<i>Pearson Correlation</i>	1	-0,464
	Sig. (2-tailed)		0,000

	N	139	139
<i>Self Control</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-0,464	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	139	139

Berdasarkan tabel 4.19 dapat diketahui bahwa hasil uji korelasi menggunakan *product moment* pada variabel *self control* dan kecanduan internet memiliki hasil koefisien korelasi sebesar -0,464 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, karena nilai signifikansi  $< 0,05$  maka  $H_0$  ditolak berarti  $H_a$  diterima. Artinya terdapat hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Untuk melihat keeratan hubungan antara dua variabel, berikut ini akan dipaparkan tabel tingkatan hubungan hasil nilai koefisien korelasi *product moment*.

**Tabel 4.20 Tingkatan Hubungan Korelasi *Product Moment***

Nilai Koef. Korelasi	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Cukup
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Diketahui bahwa hasil koefisien korelasi yang didapat sebesar -0,464 yang artinya apabila dilihat dari tabel 4.20, hubungan yang dimiliki kedua variabel bersifat hubungan yang cukup kuat. Selain itu tanda pada hasil uji korelasi *product moment* adalah negatif yang memiliki arti adanya arah hubungan yang berlawanan. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin

tinggi *self control* maka semakin rendah kecanduan internet pada anak-anak. Begitu juga sebaliknya, apabila tingkat *self control* rendah maka tingkat kecanduan internet tinggi.

### C. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji apakah terdapat hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Total subjek dalam penelitian ini adalah 139 orang yang terdiri atas 72 laki-laki dan 67 perempuan. Seluruh subjek merupakan kelompok anak-anak sekolah dasar yang berusia antara 6-13 tahun. Hal ini sesuai dengan survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2018) menunjukkan bahwa dilihat dari tingkat pendidikan, penggunaan internet pada tingkat sekolah dasar di Indonesia mencapai 25,1%.

Uji analisis menggunakan teknik korelasi *product moment*. Sebelum dilakukan uji korelasi, terdapat beberapa uji prasyarat yaitu uji normalitas, dan uji linearitas. Pertama yaitu uji normalitas, hasilnya menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,096 dimana nilai tersebut lebih besar dari 0,05. Jika diinterpretasikan, hasil tersebut diketahui bahwa data yang digunakan dalam penelitian terdistribusi normal.

Prasyarat kedua yaitu uji linearitas. Pada uji ini dilakukan pengujian pada tiap variabel bebas terhadap variabel terikat. Hasilnya, diketahui nilai signifikansi pada *deviation from linearity* sebesar 0,961. Oleh sebab itu, dapat

dikatakan bahwa kedua variabel tersebut dikatakan linear karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Setelah semua hasil uji prasyarat diatas dianggap memenuhi syarat, maka data dianalisis menggunakan uji korelasi *product moment*.

Pada hasil penelitian ini menggunakan teknik korelasi produt moment memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara self control dengan kecenderungan kecanduan internet. Untuk nilai koefisien korelasi yang diperoleh pada penelitian ini adalah sebesar -0,464 yang menunjukkan kekuatan hubungan anatar kedua variabel bersifat hubungan yang cukup kuat. Sehingga dapat diartikan bahwa *self control* memberikan dampak yang cukup kuat terhadap kecenderungan kecanduan internet. Selain itu, hubungan antara kedua variabel bersifat negatif, hal ini memiliki arti bahwa nilai variabel *self control* meningkat maka nilai variabel kecanduan internet menurun dan begitu juga sebaliknya

Matuga (2009) menghasilkan bahwa pembelajaran dengan sistem internet secara keseluruhan mampu meningkatkan prestasi belajar siswa dibandingkan pembelajaran dengan menggunakan internet tidak secara keseluruhan atau hanya setengah-setengah. Hal tersebut memiliki persamaan dengan hasil penelitian ini yaitu pada anak-anak sekolah dasar 100% responden atau 139 siswa dalam menyelesaikan tugas sekolah di rumah mereka mencari di *google* tanpa membaca buku terlebih dahulu. Tak hanya itu, dari hasil

responden tentang aplikasi yang sering dibuka yaitu *youtube* sebanyak 139 siswa atau keseluruhan dari responden membuka aplikasi tersebut. Setelah itu, aplikasi *whatsapp* sebanyak 122 siswa menggunakan aplikasi tersebut untuk bertanya kabar atau tugas. Selanjutnya, aplikasi *tiktok* 75 siswa. Sebanyak 69 siswa membuka aplikasi *instagram*. Bermain *game online* terdapat 68 siswa membuka aplikasi tersebut untuk hiburan. Hal ini sesuai dengan teori Bronfenbrenner (1986) mengatakan bahwa perkembangan zaman akan berpengaruh terhadap perilaku anak.

Menurut Young (2010) kecanduan internet merupakan suatu sindrom yang ditandai dengan munculnya perilaku seorang individu yang mampu menghabiskan waktunya dalam penggunaan internet. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendriyani, Hollander, d'Haenens, dan Beentjes (2012) bahwa durasi waktu anak sekolah dasar untuk bermain internet di hari sekolah dihabiskan selama 1,9 jam per hari sedangkan saat hari libur lebih lama yaitu sekitar 3,1 jam. Pernyataan tersebut sesuai dengan hasil penelitian ini sebanyak 113 siswa dari 139 responden bermain internet hingga 5-8 jam. Sedangkan untuk yang sisanya 26 siswa bermain menggunakan internet hanya 2-4 jam.

Young (2010) mengatakan bahwa terdapat empat faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan internet salah satunya yaitu kondisi psikologis, dimana individu yang mengalami kecanduan internet tidak mampu mengontrol, mengurangi atau menghentikan dalam penggunaan internet. Oleh

sebab itu perlu adanya *self control* agar tidak terjadi kecenderungan kecanduan dalam bermain internet. *Self control* menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Muharsih, 2008) yaitu kemampuan seorang individu untuk menyusun, mengatur, mengarahkan, dan membimbing yang berguna untuk membentuk perilaku individu ke arah yang positif. Young (1996) seorang individu yang mengalami kecanduan internet tidak dapat menghentikan keinginannya, mereka juga kehilangan kontrol diri dari penggunaan internet dan kehidupannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini dimana terdapat hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Ningtyas (2012) dengan menunjukkan hasil korelasi *product moment*  $r = -0,752$  dengan nilai signifikansi atau  $p = 0,000$  dimana  $p < 0,01$  yang artinya bahwa terdapat hubungan negatif antara *self control* dengan kecanduan internet. Semakin rendah *self control* maka semakin tinggi kecanduan internet. Namun, seorang individu mengalami kecanduan internet tidak hanya memiliki *self control* yang baik tetapi banyak faktor-faktor lainnya yaitu kurang mendapat perhatian dari orang-orang terdekatnya, stress atau depresi, kurangnya kegiatan, serta lingkungan dan pola asuh.

Tujuan orang tua memberikan internet pada anak yaitu sebagai bahan pembelajaran agar anak dapat meningkatkan prestasi akademik dan orang tua sekarang ini menganggap bahwa internet menjadi kebutuhan dalam kehidupan anak namun mereka tidak memikirkan masalah yang disebabkan dari internet

(Odobasi, 2005). Oleh sebab itu, penggunaan *wifi* dirumah untuk saat ini banyak ditemui. Hal itu membuat anak-anak lebih leluasa dalam bermain internet. Diketahui dari hasil deskripsi responden yang memiliki *wifi* dirumah cukup banyak yaitu sekitar 101 subjek sedangkan yang tidak mempunyai *wifi* dirumah ada 38 subjek. Namun, apabila waktu yang dihabiskan untuk bermain internet terlalu lama dapat memberikan dampak negatif bagi anak. Diantaranya yaitu dari segi fisik, anak yang menghabiskan terlalu banyak waktu dalam bermain internet dapat terkena risiko obesitas karena anak cenderung kurang aktif dalam kegiatan fisik (Hatch, 2011). Dilihat dari psikologi anak yang memiliki sedikit aktivitas fisik dapat terkena kecanduan internet, meningkatkan risiko kecemasan, depresi, dan perilaku agresif.

Keseluruhan dari responden yang memiliki *handphone* sendiri terbilang cukup banyak yaitu 120 siswa dan lainnya sebanyak 19 siswa masih milik orang tua. Dari hasil ini dapat diketahui bahwa walaupun anak sudah memiliki *handphone* sendiri untuk mencegah risiko-risiko yang dihadapi anak saat bermain internet, orang tua harus secara aktif memantau dan mengawasi anak saat bermain internet (Shin, 2015). Tak hanya itu, hasil deskripsi subjek tentang batasan yang diberikan oleh orang tua pada anak-anak untuk bermain internet yaitu sebesar 66,2% atau 92 siswa mereka tidak diberikan batasan dalam bermain internet oleh orang tuanya. Tetapi ada orang juga orang tua yang memberi batasan untuk bermain internet pada anak, dilihat dari hasilnya terdapat 47 siswa atau 33,8% orang tua masih memberikan batasan waktu

penggunaan internet pada anak. Menurut Hurlock (2010) pada akhir masa anak-anak, mereka sering mengalami ketidakseimbangan emosi. Oleh karena itu, dalam penggunaan internet pada anak-anak lebih aman karena adanya kontrol dari orang tua (Fleeming, Greentree, Cocottimuller, Elia, & Morrison, 2006).



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Penelitian ini membahas tentang hubungan antara *self control* dengan kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak. Dari penelitian yang sudah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self control* dan kecenderungan kecanduan internet serta kekuatan hubungan antara kedua variabel bersifat cukup kuat. Tak hanya itu, penelitian ini menunjukkan hasil bahwa hubungan kedua variabel bersifat negatif yang memiliki arti bahwa semakin tinggi *self control* maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet pada anak-anak, begitu juga sebaliknya.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil-hasil yang telah di dapat, peneliti telah merangkum beberapa masukan sebagai berikut:

1. Bagi Subjek dan Orang tua
  - a. Anak-anak sekolah dasar boleh bermain internet tetapi harus ada batasan waktu dan mengerti tugas-tugas serta kewajiban sebagai siswa atau anak. Tak hanya itu, anak-anak harus lebih pandai dalam menggunakan internet bukan hanya untuk bermain *game* online saja namun untuk pengembangan di bidang akademis.

- b. Bagi orang tua, dengan memberikan waktu kepada anak untuk bermain internet tidak masalah. Akan tetapi, harus ada batasan waktu dan mendampingi anaknya saat bermain internet. Karena anak-anak di usia sekolah dasar ini masih membutuhkan pengarahan dan pengawasan dari orang sekitar terutama orang tua.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Peneliti berharap agar penelitian selanjutnya untuk mempertimbangkan lagi adanya faktor-faktor lain yang memiliki hubungan dengan kecanduan internet misal pola asuh orang tua. Dan bisa menggunakan teori kecanduan internet menurut tokoh lain.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih memperluas dalam pengambilan subjek penelitian anak sekolah dasar di Jawa Timur.

UIN SUNAN AMPEL  
S U R A B A Y A

## DAFTAR PUSTAKA

- Abreu, C. N. D., & Young, K. S. (2017). *Kecanduan Internet*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aheniwati. (2019). Pengaruh Internet Bagi Anak. *Jurnal Borneo*, 6(2).
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aristanti, R. & Rohmatun. (2019). Hubungan antara Kontrol Diri (*self control*) dengan Kecanduan Internet (*internet addiction*) pada Remaja Penggemar Korean POP (K-POP) di Semarang. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 2*.
- Arpaci, I., Kesici, S., Baloglu, M. (2018) Individualism and Internet Addiction: the mediating role of psychological needs. *Internet Research*, 28(2), 293-314.
- Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (APJII). (2018). *Infografis Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018*. Jakarta: Penerbit Polling Indonesia.
- Azizah, S. M., Andayani, T. R., & Scarvanovi, B. W. (2019). Kualitas Relasi Remaja dengan Orang Tua dan Kecanduan Internet pada Siswa Sekolah Menengah Atas Pengguna Smartphone. *Jurnal Psikologi Terapan*, 9(2), 112-121.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bhattacharyya, R. (2015). Addiction to Modern Gadgets and Technologies Across Generations. *Eastern Journal of Psychiatry*, 18(2).
- Borba, M. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral, Tujuh Kebajikan Utama agar anak bermoral tinggi*. Alih Bahasa: Lina Yusuf. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- BPS. (2019). <https://www.bps.go.id/publication/2019/12/02/6799f23db22e9bdcf52c8e03/statistik-telekomunikasi-indonesia-2018.html>. Diakses pada tanggal 31 Januari 2021.
- Bronfenbrenner, U. (1986) Ecology of the Family as a Context for Human Development: Research Perspectives. *Development Research*, 22(6), 723-742.
- Candra, P. A. (2013). Penggunaan Internet pada Anak-anak Sekolah Usia 6-12 Tahun di Surabaya. *Journal Unair*, 1(2).

- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. Penerjemah: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Creswell, John, W. (2012). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Coskun, K. S., Ugurlu, H., & Yildirim, F. G. (2013). Relationship of Internet Addiction Severity with Depression, Anxiety, and Alexithymia, Temperament and Character in University Students. *Journal Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16, 272-278.
- Dewi, N., & Trikusumaadi, S. K. (2016). Bahaya Kecanduan Internet dan Kecemasan Komunikasi terhadap Karakter Kerja Sama pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 43(3), 220-230.
- Ebi, S. (2017). *Golden Age Parenting*. Yogyakarta: Psikologi Corner.
- Fleeming, J., Greentree, S., Cocotti-Muller, D., Elias, K., & Morrison, S. (2006). Safety in Cyberspace. *Journal Youth and Society*, 38(2), 135-154.
- Ghufron, N. M. & Risnawati, R. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Griffiths, M., & Kuss, D. (2015). *Internet Addiction in Psychotherapy*. Basington: Palgrave Macmillan UK.
- Gunarsa, S. (2006). *Psikologi Perkembangan Anak dan Dewasa*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Gunarsa. S. D. (2004). *Dari Anak sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hakim, S. N., & Raj, A. A. (2017). Dampak Kecanduan Internet pada Remaja. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 280-284.
- Hatch, K. E. (2011). Determining the effects of technology on children. *Senior Honors Projects*. Paper 260 at University of Rhode Island.
- Hendriyani., Hollander, E., d'Haenens, L., & Beentjes, J. W. J. (2012). Children's media use in Indonesia. *Asian Journal of Communication*, 22(3), 304-319.
- Hilmawan, K. (2016). <https://www.kompasiana.com/kahfihilmawan/5709e8aa8723bd3607408d32/per-tumbuhan-teknologi-yang-merubah-cara-pandang-anak?page=all>. Diakses pada tanggal 8 Februari 2021.
- Hurlock, E. B. (1990). *Perkembangan Anak terjemahan meitasari tjandra*. Jakarta: Erlangga.



- Maharani, D. A., Prasajo, R. A., Hasanuddin, M. O., & Mahayana, D. (2018). Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia. *Sekolah Teknik Elektro dan Informatik ITB*.
- Maier, C., Laumer, S., & Weinert, C., (2013). The Negative Side of Ict-enabled Communication the Case of Social Interaction Overload in Online Social Networks. *Proceedings of the 21st European Conference on Information Systems*.
- Masih, J., & Rajkumar, R. (2019). Internet Addiction Disorder and Mental Health in Adolescents. *Journal of Depression and Anxiety*. ISSN: 2167-1044.
- Matuga, J. M. (2009). Self-Regulation, Goal Orientation and Academic Achievement of Secondary Students in Online University Courses. *Educational Technology & Society*, 12 (3), 4-11.
- McNicol, M. L., Bpsych (Hons), & Thorsteinsson, E. B. (2017). Internet Addiction, Psychological Distress, and Coping Responses among Adolescents and Adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(5).
- Muharsih, L. (2008). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Konsumtif pada Siswa Siswi kelas XI SMAN 68 Jakarta Pusat. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Muhid. A. (2019). *Analisis Statistik edisi ke 2*. Sidoarjo: Zifatma Jawa.
- Mutahharoh, A., & Kusumaputri, E. S.(2014). Teknik Pengelolaan Diri Perilaku dalam Menurunkan Kecanduan Internet pada Mahasiswa Yogyakarta. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 6, 102-204.
- Ningtyas, S. D. Y. (2012). Hubungan antara Self Control dengan Internet Addiction pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1(1).
- Odobasi, F. (2005). Parent's view on internet use. *The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 4(1).
- Oetomo, B. S. D. (2002). *e-Education Konsep, Teknologi dan Aplikasi Internet Pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Panuju. (2017). Perilaku Mengakses Internet di Warung Kopi. *Jurnal Sosioteknologi*, 16(3).
- Poerwardaminta, W. J. S. (2009). *Kamus Umum Bahasa Indonesia edisi ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Pratomo, Y. (2019). <https://tekno.kompas.com/read/2019/05/16/03260037/apjii-jumlah-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-171-juta-jiwa>. Diakses pada 31 Januari 2021.

- Riyanto, A. D. (2019). Hootsuite (We Are Social): Indonesian Digital Report 2019. <https://andi.link/hootsuite-we-are-social-indonesian-digital-report-2019>. Diakses pada 10 Februari 2021.
- Rosenberg. K. P. (2014). *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence and Treatment*. United States of America: Elsevier.
- Santoso,S. (2002). *Statistika Multivariat*. Elex Media Komputindo: Jakarta.
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2*. Terjemahan: Sarah Genis B. Jakarta: Erlangga.
- Saragih, E. S. (2020). Kontrol Diri dan Kecenderungan Internet Addiction Disorder. *Philantropy Journal of Psychology*, 4(1), 57-68.
- Setiawan, G., Dwikurnaningsih, Y., & Setyorini. (2019). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet Siswa Kelas IX SMP Kristen 2 Salatiga. *Genta Mulia*, 10(1), 52-62.
- Shin, W. (2015). Parental socialization of children's Internet use: A qualitative approach. *New media & Society*, 17(5), 649–665.
- Siregar, D. (2020). <https://www.kompasiana.com/dumasarisiregar/5f32aac1097f363aed49bb32/dampak-penggunaan-gadget-dalam-proses-pembelajaran-daring?page=all#>. Diakses pada tanggal 20 februari 2021.
- Smart. (2010). *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Permainan Internet*. Yogyakarta: A. Plus.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Soetjipto, H. P. (2005). Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi*, 32(2).
- Song, W. J., & Park, J. W. (2019). The Influence of Stress on Internet Addiction: Mediating Effects of Self-Control and Mindfulness. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 17, 1063-1075.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Bandung: Alfabeta CV.
- Suhana, M. (2017). Influence of Gadget usage on Children's Social-Emotional Development. *Advance in Social Science, Educational and Humanities Research (ASSEHR)*, 169, 224-227
- Sulistio, E., Puspo, D., Dwi, D., Anggoro, H., Ervin, M., & Kireida, S. (2020). *Jurnal Psikologi Wijaya Putra*, 1(3).

- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-322.
- Teng, Z., Li, Y., & Liu, Y. (2014). Online Gaming, Internet Addiction, and Aggression in Chinese Male Students: The Mediating Role of Low Self Control. *International Journal of Psychological Studies*, 6(2), 89-97.
- Thakkar, V., & Levitt, P. (2006). *Addiction (Psychological Disorders)*. New York: Chelsea House Publishers.
- Thalib, S. B. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Veronica, S. A., & Samuel, A. U. (2015). Social Media Addiction Among Adolescents with Special Reference to Facebook Addiction. *Journal of Humanities and Social Science (IOSR-JHSS)*, 4, 72-76.
- Widiana, Herlina, S., Sofia, R., & Hidayat R. (2012). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Humanitas (Jurnal Psikologi Indonesia)*, 1(1), 6-16.
- Wong, D. L. 2009. *Buku ajar keperawatan pediatric*. Jakarta: EGC.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, Li., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online Activities, Prevalence of Internet Addiction and Risk Factors Related to Family and Scholl among Adolescents in China. *Journal Addictive Behaviors Reports*, 7, 14-18.
- Young, K. S. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 3, 237-244.
- Young, K. S. (1999). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment*. Innovations in Clinical Practice. Sarasota, Florida: Professional Resource Press.
- Young, K. S. (2009). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behavior*. 1(3), 237-244.
- Young, K. S. (2010). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.