

**HUBUNGAN *SELF CONTROL* DAN *LONELINESS* DENGAN
INTERNET ADDICTION PADA REMAJA PENGGUNA
INTERNET DI SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh :

Muhammad Rizki Imansyah

J71219067

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

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan penelitian yang berjudul, “Hubungan *Self Control* dan *Loneliness* Dengan *Internet Addiction* Pada Remaja Pengguna Internet di Surabaya” merupakan karya penelitian yang diajukan untuk memenuhi tugas akhir perkuliahan guna memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini dalam pengetahuan penulis, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang sama persis dengan karya ini kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebabkan dalam daftar pustaka

Surabaya, 25 Mei 2023



Muhammad Rizki Imansyah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan *Self Control* dan *Loneliness* dengan *Internet Addiction* pada Remaja
Pengguna Internet di Surabaya

Oleh:

Muhammad Rizki Imansyah
J71219067

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 25 Mei 2023
Dosen Pembimbing



Dr. H. Jainuddin, M.Si
NIP. 19620508199103100

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF CONTROL* DAN *LONELINESS* DENGAN *INTERNET ADDICTION* PADA REMAJA PENGGUNA INTERNET DI SURABAYA

Yang disusun oleh:

Muhammad Rizki Imansyah

J71219067

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal 20 Juni 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. Phil. Khoirun Niam

NIP.197007251996031004

Susunan Tim Penguji

Penguji I,

Dr H. Jainuddin, M.Si

NIP.196205081991031002

Penguji II,

Lucky Abrorry, M.Psi

NIP.197910012006041005

Penguji III,

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag

NIP.197209271996032002

Penguji IV,

Romyun Alvy Khoiriyah, M. Si

NIP.198306272014032001



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@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 : Muhammad Rizki Imansyah
NIM : J71219067
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan / Psikologi
E-mail address : rizki.iman01@gmail.com

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

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan *Self Control* dan *Loneliness* dengan *Internet Addiction* pada Remaja Pengguna Internet di

Surabaya

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, 12 Juli 2023

Penulis

(Muhammad Rizki Imansyah)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Self Control* dan *Loneliness* dengan *Internet Addiction* Pada Remaja Pengguna Internet. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan jenis penelitian korelasional. Subjek Penelitian ini yaitu Remaja pengguna internet di Surabaya. Sampel pada penelitian ini sebanyak 250 responden dengan teknik



Kata Kunci: *Self Control, Loneliness, Internet Addiction*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between Self Control Loneliness on Internet Addiction in teen internet Users. This research is a quantitative research, with a correlational research type. The subjects of this study were adolescent internet users in Surabaya. The sample in this study was 250 respondents with a



Keywords: *Self Control, Loneliness, Internet Addiction*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
INTISARI	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Keaslian Penelitian	11
D. Tujuan Penelitian	13
E. Manfaat Penelitian	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. <i>Internet Addiction</i>	15
B. <i>Self Control</i>	20
C. <i>Loneliness</i>	24
D. Kerangka Teori.....	31
E. Hipotesis.....	32

BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Rancangan Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel.....	33
C. Definisi Operasional.....	33
D. Populasi, Sample, Teknik Sampling	34
E. Instrumen Penelitian.....	35
F. Analisis Data	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil Penelitian	48
B. Pengujian Hipotesis.....	53
C. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP	64
A. Kesimpulan	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue Print Internet Addiction Scale (IAT-S)</i>	36
Tabel 2. Penilaian berdasarkan Skala Likert Variabel <i>Internet Addiction</i>	36
Tabel 3. Hasil Uji Validitas <i>Internet Addiction</i>	37
Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas <i>Internet Addiction</i>	38
Tabel 5. <i>Blue Print Brief Self Control Scale (BSCS)</i>	39
Tabel 6. Penilaian berdasarkan Skala Likert Variabel <i>Self Control</i>	39
Tabel 7. Hasil Uji Validitas <i>Self Control</i>	40
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Control</i>	41
Tabel 9. <i>Blue Print UCLA Loneliness Scale Version 3</i>	41
Tabel 10. Penilaian berdasarkan Skala Likert Variabel <i>Loneliness</i>	42
Tabel 11. Hasil Uji Validitas <i>Loneliness</i>	43
Tabel 12. Hasil Uji Reliabilitas <i>Loneliness</i>	44
Tabel 13. Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 14. Hasil Uji Heteroskedastisitas	46
Tabel 15. Hasil Uji Multikolinearitas	47
Tabel 16. Hasil Klasifikasi Jenis Kelamin	48
Tabel 17. Hasil Klasifikasi Jenis Usia	49
Tabel 18. Hasil Klasifikasi Durasi Penggunaan Internet	49
Tabel 19. Pedoman Hasil Pengukuran	50
Tabel 20. Kategorisasi <i>Internet Addiction</i>	50
Tabel 21. Kategorisasi <i>Self Control</i>	51
Tabel 22. Kategorisasi <i>Loneliness</i>	52
Tabel 23. Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Internet Addiction</i>	51
Tabel 24. Tabulasi Silang Usia dengan <i>Internet Addiction</i>	52
Tabel 25. Tabulasi Silang <i>Self Control</i> dengan <i>Internet Addiction</i>	52
Tabel 26. Tabulasi Silang <i>Loneliness</i> dengan <i>Internet Addiction</i>	53
Tabel 27 Hasil Uji F	53
Tabel 28. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R Square)	53
Tabel 29. Hasil Uji T	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teoritik	31
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala <i>Internet Addiction</i>	75
Lampiran 2. Skala <i>Self Control</i>	78
Lampiran 3. Skala <i>Loneliness</i>	79
Lampiran 4. Data Skala <i>Internet Addiction</i>	81
Lampiran 5. Data Skala <i>Self Control</i>	93
Lampiran 6. Data Skala <i>Loneliness</i>	104
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Internet Addiction</i>	116
Lampiran 8. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Self Control</i>	117
Lampiran 9. Uji Validitas dan Reliabilitas <i>Loneliness</i>	118
Lampiran 10. Uji Normalitas	119
Lampiran 11. Uji Multikolinearitas	119
Lampiran 12. Uji Heterokedastisitas.....	120
Lampiran 13. Uji Regresi Linier Berganda.....	120



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship*. McGraw-Hill.
- Amanatillah, R. (2022). Hubungan Kesepian dengan Kecanduan Internet dalam Mengakses Cybersex pada Remaja di MAN 1 Aceh Besar. *Jurnal UIN Ar-Raniry*.
- Andriany, W. (2019). Kontrol Diri dan Kecanduan Internet pada Mahasiswa di Universitas X di Yogyakarta. *Jurnal Universitas Islam Indonesia*.
- Anggraeni, mufidatun lila, Praherdhiono, H., & Sulthoni. (2019). Addiction Disorder Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Pendidikan Angkatan 2016 Universitas Negeri Malang. *JKTP Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 2(2), 131–139.
- Anisaputri, N., & Eryani, R. D. (2020). Hubungan Loneliness dan Adiksi Internet Pada Mahasiswa di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6, 799–806. <http://dx.doi.org/10.29313/v6i2.24443>
- Ariani, M. D., Supradewi, R., & Syafitri, D. U. (2020). Peran Kesepian Dan Pengungkapan Diri Online Terhadap Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir. *Proyeksi*, 14(1), 12. <https://doi.org/10.30659/jp.14.1.12-21>
- Ariawaty, R. N., & Evita, S. N. (2018). *Metode Kuantitatif Praktis*. PT. Bima Pratama Sejahtera.
- Aristanti, R., & Rohmatun, D. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Internet Addiction pada Remaja Penggemar k-pop di Semarang. *Jurnal Unissula*, 721–728.

- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory of Development From The Late Teens Through Twenties. *American Psychological Association*, 55(5), 469–480.
- Asher, S. ., & Paquette, J. . (2003). Loneliness and Peer Relations in Childhood. *Current Directions Psychological Science*, 12(3), 75–126.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial edisi kesepuluh*. Erlangga.
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of TheatenedEgoism to Violence and Aggression: Thedark side of High Self Esteem. *Psychological Review*.
- Brehm, S., & Kassin, S. (2002). *Social Psychology*. The McGraw-Hill Company.
- Bruno, F. . (2000). *Conquer Loneliness (Menaklukkan Kesepian)*. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Chaplin, J. P. (2014). *Kamus Lengkap Psikologi*. PT Raja Grafindo Persada.
- Detik.com. (2022, September). *31,4% Anak Sekolah di Jakarta Kecanduan Internet, Aplikasi Ini Jadi Solusi*. Detik.Com. <https://www.detik.com/edu/detikpedia/d-6269125/314-anak-sekolah-di-jakarta-kecanduan-internet-aplikasi-ini-jadi-solusi>
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Endrianto, C. (2014). Hubungan antara self control dan prokrastinasi akademik berdasarkan TMT. *Calypatra*, 3(1), 1–11.
- Fauziah Yani, F. S., & Nurmansyah, A. (2022). Hubungan Kontrol Diri dengan

- Adiksi Internet pada Mahasiswa. *Jurnal Health Sains*, 3(4), 565–570.
<https://doi.org/10.46799/jhs.v3i4.474>
- Fauziyyah, A., & Ampuni, S. (2018). Depression Tendencies, Social Skills, and Loneliness among College Students in Yogyakarta. *Jurnal Psikologi*, 45(2), 98. <https://doi.org/10.22146/jpsi.36324>
- Fortuneidn.com. (2022). *Berapa Pengguna Internet Indonesia per 2022? Berikut datanya*. Fortune Indonesia.
- Gangopadhyay, M., Mitra, P., Chakraborty, R., Chakraborty, B., & Das, G. (2022). Loneliness and Internet Addiction: A Correlative Analysis in the Context of Online Education among Young Adults. *Khazanah Pendidikan Islam*, 4(1), 11–16. <https://doi.org/10.15575/kp.v4i1.17890>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Grace-Farfaglia, P. (2006). Multinational web uses and gratifications : Measuring the social impact of online community participation across national boundaries. *Electron Commerce Res*, 6, 75–101.
- Gufron, M. ., Risnawati, & Rini. (2012). *Teori - Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Gusty, S., Nurmiati, N., Muliana, M., Sulaiman, O. K., & Ginantra, N. L. W. S. (2020). *Belajar Mandiri: Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19*. Yayasan Kita Menulis.
- Handayani, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Narsisme pada Remaja pengguna Facebook. *Jurnal Ums*, 1–8.
- Harahap, J. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan

- Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Edukasi*, 3(2), 131–145.
- Herlina, S., Sofia, R., & Hidayat, R. (2012). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(1), 6–16.
- Istri, D. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Smk. *Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi*, c, 101–109.
- KOMPAS.COM. (2022). *10 Negara Paling Kecanduan Internet dan Medsos di Dunia, Indonesia?* Lifestyle.Kompas.Com.
- Kompasiana. (2022). *Dampak Kecanduan Gadget terhadap Rusaknya Kualitas Tidur pada Orang Dewasa Muda*. Kompasiana. <https://www.kompasiana.com/adeliadamayanti8922/626504aaef62f65d22187002/dampak-kecanduan-gadget-terhadap-rusaknya-kualitas-tidur-pada-orang-dewasa-muda>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). *Internet Addiction in Psychotherapy*. Palgarve Macmillan UK.
- Luthfiyyah, A. R., & Qodariah, S. (2022). Pengaruh Kesepian terhadap Problematic Internet Use pada Mahasiswa Tingkat Akhir Pengguna Media Sosial. *Psychology Science* /, 2(2), 319–325. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.3021>
- Maryani, E. (2017). Peningkatan Kualitas Pelayanan Perpustakaan Untuk Digital Native Generation (Perspektif Perubahan Karakter Pemustaka di Era Digital). *Jurnal Prosiding Komunikasi*, 1(1).

- Maulida, R., & Sari, H. (2017). Kaitan Internet Addiction dan Pola Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2(3), 1–8.
- Mawarani, G. (2019). Hubungan antara kecenderungan internet addiction dengan empati pada anak sekolah dasar. *Cognicia*, 7(1), 1–15. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v7i1.8145>
- Meier, A., & Reinecke, L. (2021). Computer-mediated communication, social media, and mental health: A conceptual and empirical meta-review. *Communication Research*, 8(48), 1182–1209.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows* (Edisi ke 2). Zifatama Jawara.
- Ningtyas, S. D. Y. (2012). Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1(1), 25–30.
- Nurmaria, H., & Risnawati, E. (2022). The Relationship of Loneliness and Internet Addiction To Psychological Well-Being in Adolescents. *Biopsikosial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 5(2), 509. <https://doi.org/10.22441/biopsikosial.v5i2.14644>
- Nurulsani, & Retnowati, E. (2018). Kesepian dan Harga Diri Sebagai Prediksi Dari Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 5(3).
- Peplau, L., & Perlman, D. (1982). *Perpectives on Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy*.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). *Toward a Social Psychology of Loneliness Personal Relationship in Disorder*.

- Permata, N. (2023). Hubungan Loneliness dengan Adiksi Media Sosial pada Emerging Adulthood Pengguna Tiktok Kota Bandung. *Bandung Conference Series*, 3(1), 1–8.
- Putri, Y. E., Daharnis, D., & Marjohan, M. (2018). Self-control of ctudents in using the Internet. *Konselor*, 7(3), 101–108. <https://doi.org/10.24036/0201873101409-0-00>
- Rahadi, D. R. (2017). Perilaku pengguna dan informasi hoax di media sosial. *Journal Manajemen Dan Kewirusahaan*, 5(1).
- Russel, D. . (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3):Reliability, Validity, and Factor Structure. *Journal of Personality Assesment*, 66(1), 10–40.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3) | SPARQTools. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Seungmin, P., Minchul, K., & Eunha, K. (2014). Social relationship on problematic Internet use (PIU) among adolescents in South Korea: A moderated mediation model of self-esteem and self-control. *Elsevier*, 38, 349–357.
- Soetjipto, H. P. (2005). Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet. *Jurnal Psikologi*, 2(32).
- Sri Handayani, E., & Iscahyani, O. (2022). Korelasi Antara Loneliness dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Adiksi Pornografi Pada Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 12(2), 130–141.
- Surahman, Surjono, & Herman. (2017). Pengembangan Adaptive Mobile Learning

- Pada Mata Pelajaran Biologi Sma Sebagai Upaya Mendukung Proses Blended Learning. *Jurnal UNY*, 4(1), 27–28.
- Tangney, Baumister, & Boone. (2004). High Self-Control Predicts Good Adjusment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–322.
- Thakkar, V., & Levitt, P. (2006). *Addiction (Psychological Disorders)*. Chelsea House Publisher.
- Turan, Durgun, Kaya, Aşti, Yilmaz, Gündüz, Kuvan, & Ertaş. (2020). Relationship between nursing students' levels of internet addiction, loneliness, and life satisfaction. *Perspect Psychiatr Care. Journal Perspect Psychiatr Care*, 56(3), 598–604.
- Wayne Russel, D. (1996). UCLA Loneliness Scale Version 3 (Instructions). *Journal of Personality Assesment*, 66(42), 3–4.
- Young, K. (1996). Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899–902.
- Young, K. (1998). *Internet Addiction: Personality Traits Associated with Its Development*. www.netaddiction.com/articles/personalitycorrelates.pdf
- Young, K. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415.
- Young, K. (2009). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244.
- Young, K. (2010). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. John Willey & Sons, Inc.

Young, K. S. (1999). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, and Treatment.*

Innovations in Clinical Practice. Professional Resources Press.

Yuliavita, S., & Chris, A. (2022). *Hubungan Kesepian Terhadap Terjadinya Internet Addiction Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2018 Universitas Tarumanegara Jakarta Barat.* 28(1), 67–73.

Yusup, F. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1), 17–23.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A