

**PENGARUH *SELF-CONTROL* DAN KESEPIAN TERHADAP
KECENDERUNGAN *INTERNET ADDICTION* PADA REMAJA
PENGGUNA *SMARTPHONE***

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



ELOK CHAFIDOTUL CHOIROH
11010121014

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2024**

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Pengaruh *Self-Control* dan Kesenjangan Terhadap Kecenderungan *Internet Addiction* pada Pengguna *Smartphone***” 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.

Sidoarjo, 17 Desember 2024



Elok Chafidotul Choiroh

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

**PENGARUH *SELF-CONTROL* DAN KESEPIAN TERHADAP
KECENDERUNGAN *INTERNET ADDICTION* PADA REMAJA
PENGGUNA *SMARTPHONE***

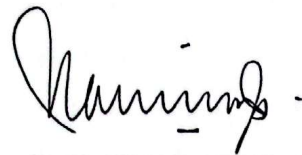
Oleh

ELOK CHAFIDOTUL CHOIROH

11010121014

Skripsi

Sidoarjo, 17 Desember 2024



Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si.

NIP. 196208241987031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH *SELF-CONTROL* DAN KESEPIAN TERHADAP
KECENDERUNGAN *INTERNET ADDICTION* PADA REMAJA
PENGUNA *SMARTPHONE***

Yang disusun oleh
Elok Chafidotul Choiroh
11010121014

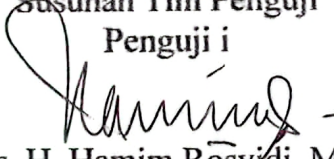
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 9 Januari 2025




Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phi. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

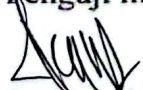
Susunan Tim Penguji
Penguji i


Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si
NIP. 196208241987031002

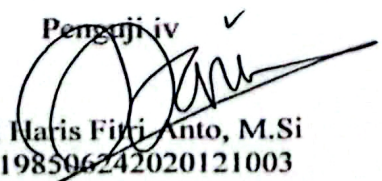
Penguji ii


Dr. H. Jainudin, M.Si
NIP. 196205081991031002

Penguji iii


Ika Mustika., M.Kes
NIP. 198702212014032004

Penguji iv


Abdul Haris Fitri Anto, M.Si
NIP. 198506242020121003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Elok Chafidotul Choiroh
NIM : 11010121014
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : elokchafidotulch@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 :

Pengaruh *Self-Control* dan Kesenian terhadap Kecenderungan *Internet Addiction* pada Remaja Pengguna *Smartphone*

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, 4 Februari 2025

Penulis



(Elok Chafidotul Choiroh)

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah **menguji** pengaruh *self-control* dan kesepian terhadap kecenderungan *internet addiction* pada pengguna *smartphone*. Penelitian ini menggunakan **metode** kuantitatif kausalitas. Untuk mendapatkan data, angket disebarakan kepada 347 subjek penelitian dengan kriteria bahwa pernah mengakses internet dan menggunakan *smartphone*. Subjek merupakan remaja akhir di Kota Surabaya. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan teknik analisis regresi berganda. **Hasil penelitian** menunjukkan signifikansi *self-control* maupun kesepian terhadap *internet addiction*. *Self-control* dan Kesepian memberikan sumbangan pengaruh sebesar 85.8% dengan *self-control* berkontribusi sebesar -2,8% dan kesepian 83%. Sedangkan 14,2% sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata kunci: *self-control*, kesepian, *internet addiction*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The **purpose** of this research is to **examine** the influence of self-control and loneliness on internet addiction tendencies among smartphone users. This research uses a quantitative causality **method**. To obtain data, questionnaires were distributed to 347 research subjects with criteria that they had accessed the internet and used smartphones. The subjects were late adolescents in Surabaya City. The collected data was analyzed using multiple regression analysis techniques. **The Research** result show the significance of both self-control and loneliness on internet addiction. Self-Control and Loneliness contributes 85.8% influence, with self-control contributing -2,6% and loneliness contributing 83%. Meanwhilw, the remaining 14,2% is influenced by other variables not examined in this study.

Keywords: self-control, loneliness, internet addiction

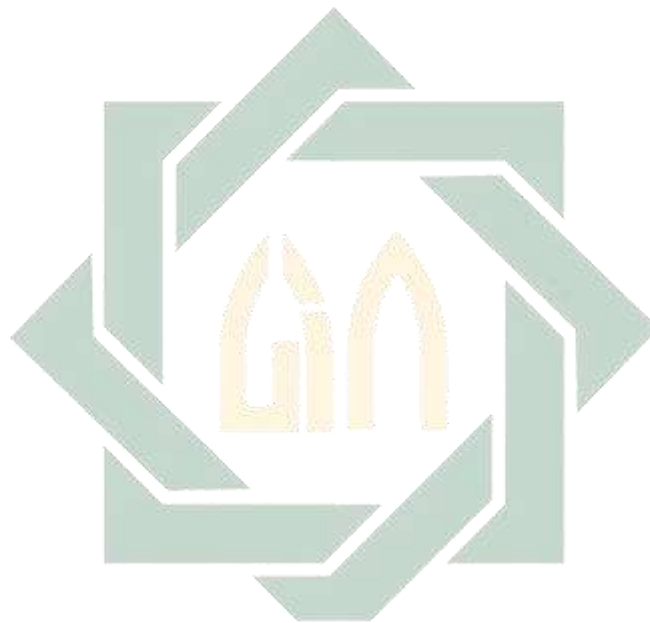


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian.....	13
D. Manfaat Penelitian.....	13
E. Keaslian Penelitian.....	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	16
A. <i>Internet Addiction</i>	16
B. <i>Self-Control</i>	20
C. Kesenian	25
D. Hubungan antara <i>Self-Control</i> dan Kesenian terhadap <i>Internet Addiction</i>	29
E. Landasan Teoritis	30
F. Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	32
B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	33
C. Teknik Pengumpulan Data	34
D. Validitas dan Reabilitas Data	34
E. Analisis Data	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	45
A. Hasil	51

B. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN.....	77



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Blueprint</i> Skala <i>Internet Addiction</i>	35
Tabel 2	<i>Blueprint</i> Skala Self-Control	36
Tabel 3	Skala Kesepian.....	37
Tabel 4	Uji Normalitas.....	38
Tabel 5	Uji Heterokedasitas.....	39
Tabel 6	Uji Multikolinieritas	41
Tabel 7	Uji Validitas Variabel Y	42
Tabel 8	Uji Validitas Variabel X1	42
Tabel 9	Uji Validitas Variabel X2	43
Tabel 10	Reliabilitas	44
Tabel 11	Gambaran Umum Jenis Kelamin	45
Tabel 12	Gambaran Umum Usia.....	46
Tabel 13	Gambaran Umum Domisili	46
Tabel 14	Gambaran Umum Berdasarkan Jenis Smartphone	47
Tabel 15	Gambaran Umum Waktu Online yang digunakan subjek	47
Tabel 16	Gambaran Umum Seringnya Mengakses Internet.....	48
Tabel 17	Gambaran Seringnya Kegunaan Internet	48
Tabel 18	Statistik Deskriptif	49
Tabel 19	Relibilitas	50
Tabel 20	Analisis Regresi	51
Tabel 21	Uji T	52
Tabel 22	Uji F	53
Tabel 23	Uji R ²	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	30
-------------------------------	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Uji Validitas.....	77
Lampiran 2	Uji Reliabilitas.....	78
Lampiran 3	Uji Normalitas	78
Lampiran 4	Uji Multikolinieritas	79
Lampiran 5	Uji Heteroskedastisitas	79
Lampiran 6	Auto Korelasi.....	79
Lampiran 7	Analisis Regresi.....	80
Lampiran 8	Uji T.....	80
Lampiran 9	Uji F.....	80
Lampiran 10	Uji R ²	81
Lampiran 11	Kuesioner Pengaruh <i>Self-Control</i> dan Kesepian Terhadap Kecenderungan <i>Internet Addiction</i> pada Remaja Pengguna <i>Smartphone</i>	82
Lampiran 12	<i>Informed Consent</i>	85
Lampiran 13	Skala <i>Internet Addiction Test</i> (IAT).....	86
Lampiran 14	Skala <i>Self-Control</i>	87
Lampiran 15	UCLA <i>Loneliness Scale</i>	88

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z., Chandra, C., Anita, Y., Zulmiyetri, Z., & Kharisma, A. (2021). Game Elektronik Edukasi sebagai Multimedia Interaktif Untuk Sekolah Dasar di Pedesaan Indonesia. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 1018–1026. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i2.855>
- Addiyansyah, W., Artikel, S., & Judi Online Remaja, K. (2023). *Kecanduan Judi Online di Kalangan Remaja Desa Cilebut Barat Kecamatan Sukaraja Kabupaten Bogor Kata Kunci Abstrak* (Vol. 1, Issue 1). <https://journal.awatarapublisher.com/index.php/manifesto>
- Agni Huwae. (2024). 4761-4770.
- Ahmad Saifuddin. (2023). *Psikologi Siber*.
- Alias, A., Haziqah Shaban, S., Marhamah Kamarul Arifain, S., & Khairunnisa Abdul Karim Pusat Asasi dan Pengajian Umum, A. (2021). *Special Issue I: Kolokium Penyelidikan Ijazah Tinggi Jilid 6 (Bil.1)*.
- Alifah, N., & Putri, C. (2024). Analisis Pengaruh Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Perilaku Kecanduan Internet Remaja di Kota Jayapura. *Action Research Literate*, 8(6). <https://arl.ridwaninstitute.co.id/index.php/arl>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders : DSM-5*. American Psychiatric Association.
- Anggraeni, M., Husain, A. N., Arifin, S., Banjarmasin, M., Kedokteran, B. I., Rsud, J., Banjarmasin, U., Fakultas, /, Universitas, K., Mangkurat Banjarmasin, L., Kesehatan, B. I., Fakultas, M., Mangkurat, L., & Alamat, B. (2016). *HUBUNGAN TIPE KEPRIBADIAN INTROVERT DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA SISWA KELAS X DI SMAN 1 BANJARMASIN*.
- Anggraeni, N., Agustiani, H., Novianti, L. E., & Ninin, R. H. (2021). The Description of Internet Game Online Addiction Among Teenagers. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(1), 5–17. <https://doi.org/10.21009/jppp.101.02>
- Anggraini, D., Nuryanto, M. K., & Nugrahayu, E. Y. (2021). Hubungan Antara Internet Addiction dengan Depresi pada Siswa SMA Negeri 3 Samarinda Pengguna Smartphone. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 506–511. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.439>
- Ardiani, S. , W. R. , & S. E. (2021). *Correlation between loneliness and internet addiction among university students in Indonesia*. *Asian Journal of Psychiatry*.

- Ardita Pramesti, Inna Sholihati Embrik, & Ayu Pratiwi. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 1(2), 45–49. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v1i2.156>
- Astarini, N., & Yudiarso, A. (2020). Personality does not Determine Internet Addiction: A Meta-Analysis. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 24(2), 166. <https://doi.org/10.7454/hubs.asia.1280819>
- Averill. (1973). The self-control of emotional reactions to a stressful film. *Journal of Personality*, 40(4), 601–619. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1972.tb00083.x>
- Besalti, M., & Satici, S. A. (2022). Online Learning Satisfaction and Internet Addiction During Covid-19 Pandemic: A Two-Wave Longitudinal Study. *TechTrends*, 66(5), 876–882. <https://doi.org/10.1007/s11528-022-00697-x>
- Boru, V. F., Dinah, M., Lerik, C., & Abdi Keraf, M. K. P. (2021). Self-Control with Online Shopping Consumptive Behavior in Young Women in Oesapa Village. In *Journal of Health and Behavioral Science* (Vol. 3, Issue 2).
- Cahyani¹, A. R., Dwi Herawati², E., Suryani³, I. P., Rizki⁴, U., Naura, P., Hasyim⁵, N., Purwo, A., & Utomo, Y. (2022). Pengaruh Kecanduan Internet terhadap Kualitas Tidur pada Remaja Usia 17-19 Tahun di Pondok Pesantren Durrotu Aswaja Gunung Pati Semarang. *Jurnal Mediasi*, 1(2). <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/mediasi>
- Chao, M. , H. Y. , & L. X. (2023). *Interventions for internet addiction: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology Review*. 92(102130).
- Chen, I. H., Chen, C. Y., Liu, C. H., Ahorsu, D. K., Griffiths, M. D., Chen, Y. P., Kuo, Y. J., Lin, C. Y., Pakpour, A. H., & Wang, S. M. (2022). Internet addiction and psychological distress among Chinese schoolchildren before and during the COVID-19 outbreak: A latent class analysis. *Journal of Behavioral Addictions*. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00052>
- Chen, L. , W. X. , & Z. Y. (2021). *Effectiveness of self-control training program in reducing internet addiction symptoms among adolescents: An 8-week intervention study. Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 24(7), 456–463.
- Dananjaya, S. A., Nur Adiwibawa, D., Wanadiatri, H., & Ainin, D. Q. (2022a).. *Nusantara Hasana Journal*, 2(4), 187–195.
- Dananjaya, S. A., Nur Adiwibawa, D., Wanadiatri, H., & Ainin, D. Q. (2022b). *Nusantara Hasana Journal*, 2(4), 187–195.

- Daniel W. Russell. (1995). *UCLA LoneThiraess Scale (Version 3): Validity, and Factor Structure A number of different instruments have been developed that approach h e topic from differing.*
- Diana Dwi Fortuna, & Nurmina. (2024). The Influence of Emotional Regulation on Internet Addiction towards Students Who Use Online Gambling Sites and Applications. *In Trend: International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education*, 1(3), 69–77. <https://doi.org/10.62260/intrend.v1i3.166>
- Du, Z., & Zhang, X. (2022). Analysis of the mediating effects of self-efficacy and self-control between physical activity and Internet addiction among Chinese college students. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1002830>
- Dwi Novianti, C., Matulesy, A., & Psikologi, F. (2023). Kecanduan internet pada mahasiswa: Bagaimana peranan pengungkapan diri dan kontrol diri ? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 743–754.
- Eka Anggarini, P., Valentine Manangkot, M., Oka Ari Kamayani Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners, M., Kedokteran, F., Udayana, U., Sudirman, J. P., Puri Klod, D., Barat, D., Denpasar, K., & Ilmu Keperawatan Jiwa, J. (2022). . 5(2). <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Erliana, F. R., Setiawati, Y., Aoyama, H., & Ardani, I. G. A. I. (2022). *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 10(2), 159–168. <https://doi.org/10.20473/jbe.v10i22022.159-168>
- Fa, A., & Prabawa, izzarahman. (2022). *Proceeding International Conference on Islamic Educational Guidance and Counseling.*
- Fadia, S., Fitri, N., & Lestari, T. (2021). *Pengaruh Kecanduan Bermain Game Online pada Minat Belajar Anak Semasa Pembelajaran Daring.*
- Fadilah, A., Amanda, R., Rini, P., Pratitis, N., & Psikologi, F. (2022). Perilaku phubbing pada remaja: Menguji peranan kontrol diri dan interaksi sosial. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(2), 150–159.
- Fajar, M., muda, Y., Psikologi, M., & Psikologi, F. (2024). Kecanduan Game Online pada Remaja. In *Journal of Education Research* (Vol. 5, Issue 3).
- Farida Isroani, S. Pd. I. (2023). *Psikologi Perkembangan* .
- Fauzul Muna, R., & Puji Astuti, T. (2016). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir.*
- Fredella, D., & Diah Sosialita, T. (2023). Hubungan Ketergantungan Emosi Dan Kesepian Pada Emerging Adulthood Yang Menjalani Pacaran Jarak Jauh.

Jurnal Syntax Fusion, 3(09), 937–947.
<https://doi.org/10.54543/fusion.v3i09.357>

Fridolin Simak, V., & Lupita Nena Meo, M. (2023). Caring: Indonesian Journal of Nursing Science The Prevalence of Pornography Addiction, Self-Control, and Its Relationship with Dating Behaviour in Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Caring: Indonesian Journal of Nursing Science*, 5(2), 101–107.
<https://doi.org/10.32734/ijns.v5i2.142>

Gupta, R., Taneja, N., Anand, T., Gupta, A., Gupta, R., Jha, D., & Singh, S. (2021). Internet Addiction, Sleep Quality and Depressive Symptoms Amongst Medical Students in Delhi, India. *Community Mental Health Journal*, 57(4), 771–776. <https://doi.org/10.1007/s10597-020-00697-2>

Hamizah Ab Razak, N., Abd Rahman, N., & Kepimpinan dan Pengurusan, F. (2023). The Influence of Parent-Child Relationship on Internet Addiction of Children and Adolescents. *Southeast Asia Early Childhood Journal*, 12(2), 91.
<https://doi.org/10.37134/saecj.vol12.2.5.2023>

Haramain, M., & Afiah, N. (2022). *International Journal of Arts and Humanities Studies Analysis of the Effects of Personal Traits and Internet Addiction on Indonesian Students' Learning Motivation*. <https://doi.org/10.32996/bjahs>

Hartanti, D. T., Setiawati, Y., Husada, D., & Irwanto, I. (2021). Correlation between Adolescents' Temperament and Internet Addiction Levels in Junior High School in Surabaya, Indonesia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 9(2), 192.
<https://doi.org/10.20473/jbe.v9i22021.192-201>

Hermawan, D., Wahid, D., & Kudus, A. (2021). PERAN ORANG TUA DALAM MENCEGAH ANAK KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DI ERA DIGITAL. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(5).

Istiqomah, R. (2020). *APPROACHMENT AND MANAGEMENT GAME ADDICTION AS CLINICAL CONDITION*. <http://jppbr.ub.ac.id/>

Jamiyanti, A., Nurmansyah, A., Marti Lengga, V., & Sarinengsih, Y. (2024). Literasi Digital Internet Addiction Pada Anak Usia Sekolah. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(3), 524–532.
<https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i3.1898>

Jannah, N., Ade Ariani, W., & Sari, W. K. (2022). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Management Terhadap Intensitas Kecanduan Game. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 628–634.
<https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.411>

- Julyanti & M., & Aisyah, S. (2015). *Hubungan Antara Kecanduan Internet dengan Prokrastinasi Tugas Sekolah Pada Remaja Pengguna Warnet di Kecamatan Medan Kota* (Vol. 1, Issue 2).
- Khairunnisa, R., Zahara Putri, M., Purnamasari Siregar, D., Miftahul Jannah, F., Dini Zafira, S., Dalina, D., Lutfia Fariha, K., Farida, M., Sari, R., Putri, S., Efendi, F., Indratno Aji, F., Raranditha, A., Fardana, A., & Amelia, S. (2022a). <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/index> 73 Internet Addiction Disorder Pada Generasi-Z Di Era Modernisasi. In *PROCEEDING CONFERENCE ON PSYCHOLOGY AND BEHAVIORAL SCIENCES* (Vol. 1). <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/index>
- Khairunnisa, R., Zahara Putri, M., Purnamasari Siregar, D., Miftahul Jannah, F., Dini Zafira, S., Dalina, D., Lutfia Fariha, K., Farida, M., Sari, R., Putri, S., Efendi, F., Indratno Aji, F., Raranditha, A., Fardana, A., & Amelia, S. (2022b). <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/index> 73 Internet Addiction Disorder Pada Generasi-Z Di Era Modernisasi. In *PROCEEDING CONFERENCE ON PSYCHOLOGY AND BEHAVIORAL SCIENCES* (Vol. 1). <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/index>
- Kimberly S. Young. (1998). *Kecanduan Internet* (Vol. 9786022297635).
- Kim, S., L. J., & P. H. (2022). *The complex interplay between self-control, internet addiction, and psychological well-being: A structural equation modeling approach. Addictive Behaviors. 124*(107089).
- Kissela, B., & Sri Hertinjung, W. (2020). Hubungan Antara Harga Diri, kesepian dan control diri dengan kecanduan internet pada mahasiswa di masa pandemic covid-19
- Li, S., Ren, P., Chiu, M. M., Wang, C., & Lei, H. (2021a). The Relationship Between Self-Control and Internet Addiction Among Students: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735755>
- Li, S., Ren, P., Chiu, M. M., Wang, C., & Lei, H. (2021b). The Relationship Between Self-Control and Internet Addiction Among Students: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735755>
- Liu, Y., Wu, N., Yan, J., Yu, J., Liao, L., & Wang, H. (2023). The relationship between health literacy and internet addiction among middle school students in Chongqing, China: A cross-sectional survey study. *PLoS ONE, 18*(3 March). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0283634>
- Marpaung, T. I., Asima Rohana Sinaga, Melda Veby Ristella Munthe, Firinta Togatorop, & David Togi Hutahaean. (2022a). Sosialisasi Bahaya Adiksi

- Internet Bagi Anak dan Remaja di SMA Negeri 4 Pematangsiantar. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(1), 103–108. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i1.149>
- Marpaung, T. I., Asima Rohana Sinaga, Melda Veby Ristella Munthe, Firinta Togatorop, & David Togi Hutahaean. (2022b). Sosialisasi Bahaya Adiksi Internet Bagi Anak dan Remaja di SMA Negeri 4 Pematangsiantar. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(1), 103–108. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i1.149>
- Masruroh, F., Ulfatun, F., Izzah, N., Ilsan, E., & Putri, E. (2023). PARENTAL GUIDANCE TO REDUCE HIGH RISK INTERNET ADDICTION. *International Journal of Educational Resources*.
- Meyka Oktavionika, R., Muhammad Nurullah, J., Anshori, S., Larasati Sumali, A., & dan Ilmu Pengetahuan Alam, M. (2023). Pengaruh Internet terhadap Perilaku Belajar Siswa. In *Journal of Education Research* (Vol. 4, Issue 1).
- Mohammad, W., & Ryca Maulidiyah, N. (2023a). *Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial PENGARUH AKSES INTERNET TERHADAP ASPEK KUALITAS KEHIDUPAN MASYARAKAT INDONESIA*. 01, 30–45.
- Mohammad, W., & Ryca Maulidiyah, N. (2023b). *Triwikrama: Jurnal Multidisiplin Ilmu Sosial PENGARUH AKSES INTERNET TERHADAP ASPEK KUALITAS KEHIDUPAN MASYARAKAT INDONESIA*. 01, 30–45.
- MORAD, N. H., & R IBRAHIM, R. Z. A. (2022). *Universiti Malaysia Terengganu Journal of Undergraduate Research*, 4(2), 63–74. <https://doi.org/10.46754/umtjur.v4i2.275>
- Mukhlif, H. H., & Younis, N. M. (2022). Evaluation of the association between internet addiction and fatigue among undergraduate students at universities in Mosul city, Iraq: A cross-sectional study. In *Rawal Medical Journal* (Vol. 47, Issue 4).
- Mutiara Rachma, N., & Rozi, F. (2024). Pengaruh Self-Control dan Loneliness terhadap Nomophobia pada Generasi Z. *JMPIS*, 5(4). <https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i4>
- Nabila, F. (2024). *Kecanduan Mahasiswa Terhadap Perjudian Slot Online*. 2(1), 290–293. <https://doi.org/10.61132/yudistira.v2i1.440>
- Nathalee, J., Arief¹, A., & Budiarto², Y. (2024). HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK DENGAN GENDER SEBAGAI MODERATOR. *Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling*, 7(2). <https://doi.org/10.6734/LIBEROSIS.V2I2.3027>

- Nugraha, D. (2022). Literasi Digital dan Pembelajaran Sastra Berpaut Literasi Digital di Tingkat Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(6), 9230–9244. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i6.3318>
- Nugraini, A. , & R. R. (2022). *Effectiveness of group-based intervention in reducing loneliness and internet addiction symptoms among adolescents: An experimental study. Journal of Technology in Behavioral Science.*
- Nugroho, D. , & P. S. (2023). *The effect of mindfulness-based intervention on self-control and internet addiction symptoms in adolescents: An experimental study. Mindfulness.* 14(5), 1076–1088.
- Nurmaria, H., & Risnawati, E. (2022a). The Relationship of Loneliness and Internet Addiction To Psychological Well-Being in Adolescents. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 5(2), 509. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v5i2.14644>
- Nurmaria, H., & Risnawati, E. (2022b). The Relationship of Loneliness and Internet Addiction To Psychological Well-Being in Adolescents. *Biopsikososial: Jurnal Ilmiah Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Jakarta*, 5(2), 509. <https://doi.org/10.22441/biopsikososial.v5i2.14644>
- Park, S. , K. J. , & L. H. (2023). *Self-control as a mediator between academic stress and internet addiction among college students. Journal of College Student Development.* 64(2), 215–230.
- Parwatha, N. W., Ardjana, I. E., Windiani, I. T., Adnyana, I. S., & -, S.-. (2019). Gangguan sikap menentang akibat adiksi internet pada remaja. *Medicina*, 50(3). <https://doi.org/10.15562/medicina.v50i3.692>
- Pradana, O., & Yanna Primanita, R. (2023). *Kontribusi Self Control Terhadap Perilaku Internet Gambling pada Mahasiswa.*
- Pratama, A., Zidane Tolahna, M., Kurniasih, P. N., Septarena, Y., & Tejo, L. (2023). Dampak Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir. *PROCEEDING CONFERENCE ON PSYCHOLOGY AND BEHAVIORAL SCIENCES*, 2(1), 46–52. <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/index>
- Pratama, B. , & S. L. (2022). *A two-year longitudinal study on the reciprocal relationship between loneliness and internet addiction symptoms among 400 adolescents in Surabaya. Journal of Youth and Adolescence.*
- Pratitis, N. (2021). *The role of loneliness in compulsive smartphone use among Indonesian adolescents. Addictive Behaviors Reports.*
- Psikologi Perkembangan, P., Nurina Hakim, S., & Alyu Raj, A. (2017). *PROSIDING TEMU ILMIAH X IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN*

INDONESIA Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. In *Hotel Grasia*.

- Pujiati, M. (2024). Hubungan antara Strategi Coping dengan Psychological Well-Being pada Generasi Z. In *Syntax Admiration* (Vol. 5, Issue 9).
- Putri. (2023). *Internet as an escape": A qualitative study exploring the relationship between loneliness and internet addiction among 30 Indonesian adolescents. Qualitative Health Research*.
- Putri, Y. E., Daharnis, D., & Marjohan, M. (2018). Self-control of ctudents in using the Internet. *Konselor*, 7(3). <https://doi.org/10.24036/0201873101409-0-00>
- Rahardjo, L. K. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). Fear of Missing Out (FOMO) dengan Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(3), 460–465. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i3.328>
- Rahardjo, W. (2019). Harga Diri dan Adiksi Internet: Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi*, 27(1), 70. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.40306>
- Rahmawati, D. , P. A. , & S. N. (2023). *Loneliness and internet addiction among university students in Jakarta: A study of 500 participants. Indonesian Journal of Psychology*.
- Rakhmawati, W., Kosasih, C. E., Widiasih, R., Suryani, S., & Arifin, H. (2021a). Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study. *American Journal of Men's Health*, 15(3). <https://doi.org/10.1177/15579883211029459>
- Rakhmawati, W., Kosasih, C. E., Widiasih, R., Suryani, S., & Arifin, H. (2021b). Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study. *American Journal of Men's Health*, 15(3). <https://doi.org/10.1177/15579883211029459>
- Rizki, M. F., & Andayani, H. (2023). Hubungan antara Kesepian dan Internet Addiction selama Masa Pandemi COVID-19 pada Siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta. In *Junior Medical Journal* (Vol. 1, Issue 5).
- Rohmah Januba, R., Andayani, H., & Arifandi, F. (2022). Hubungan Antara Self-Control dan Internet Addiction Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Siswa/I Kelas XI di SMA Negeri 99 Jakarta Semester Genap Tahun Ajaran 2021/2022 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam Relationship Between Self-Control and Internet Addiction During The Covid-19 Pandemic in Class XI Students At 99 Jakarta Public High School Even Semester in Academic Year 2021/2022 and Its Review From an Islamic View. In *Junior Medical Journal* (Vol. 1, Issue 4).

- Rohmawati Mulyaningsih, A., Susanto, T., Aini Susumaningrum, L., Keperawatan Universitas Jember Jl Kalimantan No, F., Tegal Boto, K., Timur, J., Keperawatan Komunitas, D., dan Gerontik, K., Keperawatan, F., & Jember Jl Kalimantan No, U. (n.d.). *Penel Gizi Makan*, 2020(1).
- Sandra & Yomima. (2023). *4606-13399-2-PB*.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2017). Tingkat Kecanduan Internet pada Remaja Awal. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 3(2), 110–117. <https://doi.org/10.29210/02018190>
- Sari, I. P., Novita, A., Al-Khowarizmi, A.-K., Ramadhani, F., & Satria, A. (2024). Pemanfaatan Internet of Things (IoT) pada Bidang Pertanian Menggunakan Arduino UnoR3. *Blend Sains Jurnal Teknik*, 2(4), 337–343. <https://doi.org/10.56211/blendsains.v2i4.505>
- Sari, L. , & A. O. (2023). *Exploring the complex relationship between loneliness, self-esteem, and internet addiction in Indonesian university students. Computers in Human Behavior*.
- Sari, T. H., Wahyuni, S., Nauli, F. A., Jumaini, J., & Elita, V. (2022). Self-control training for school age children in internet addiction prevention effort. *Community Empowerment*, 7(10), 1684–1688. <https://doi.org/10.31603/ce.7152>
- Setiawan, A., Sugiharto, D. Y. P., & Purwanto, E. (2022). Efektivitas Konseling Self Management dalam Mereduksi Problematic Smartphone Use. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 117–122. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.171>
- Setiawati, Y., Hartanti, D. T., Husada, D., Irwanto, I., Ayu, G., Ardani, I., & Nazmuddin, M. (2021). Relationship between Paternal and Maternal Parenting Style with Internet Addiction Level of Adolescents. In *Iran J Psychiatry* (Vol. 16, Issue 4).
- Shehata, W. M., & Abdeldaim, D. E. (n.d.). *Internet addiction among medical and non-medical students during COVID-19 pandemic, Tanta University, Egypt*. <https://doi.org/10.1007/s11356-021-14961-9/Published>
- Sriati, A., Belinda, V., Lumbantobing, M., & Haqi, F. N. (2022). Relationship Between Self-Control of Smartphone Use and Cyberbullying Behaviour among University Student. In *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences* (Vol. 18, Issue SUPP3).
- Susanto, A. , R. B. , & W. (2022). *A comparative study of loneliness and internet addiction among urban and rural adolescents in West Java. Asian Journal of Social Psychology*.

- Thomson Matondang. (2019). *HUBUNGAN ANTARA SELF-CONTROL DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN INTERNET PADA SISWA/ I DI SMA NEGERI 2 TARUTUNG SKRIPSI*.
- Tri Puspitasari, H., & Nurina Hakim, S. (2022). *Hubungan Kecanduan Internet Terhadap Relasi Sosial Anak Dengan Orang Tua*.
- Urwatul Wutsqo, B., Hanim, W., & Wahyuni, E. (2023). Gambaran kecanduan internet pada remaja. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 9(1), 531. <https://doi.org/10.29210/1202322953>
- Vercelly, E., Lotar Lejap, H., Pasifikus, R., Wijaya, C., & Keraf, M. K. P. A. (2022). Self-Regulated Learning and Online Game Addiction in College Student. In *Journal of Health and Behavioral Science* (Vol. 4, Issue 2).
- Wang, Z. (2023). *Gender differences in the relationship between self-control and internet addiction: A longitudinal study*. *Computers in Human Behavior*. 128(107123).
- Wibiharto, B. M. Y., Setiadi, R., & Widyaningsih, Y. (2021). Relationship Pattern of Fatherless Impacts to Internet Addiction, the Tendency to Suicide and Learning Difficulties for Students at SMAN ABC Jakarta. *Society*, 9(1), 264–276. <https://doi.org/10.33019/society.v9i1.275>
- Wijaya, R. , & K. D. (2022). *A one-year longitudinal study on the reciprocal relationship between self-control and internet addiction symptoms among 500 adolescents in Jakarta*. *Journal of Adolescence*.
- Wijaya, S. , S. T. , & H. A. (2024). *Loneliness and internet addiction in Indonesia: A meta-analysis of 20 studies involving 5,000 participants*. *International Journal of Mental Health and Addiction*.
- Wulandari, E. , & P. Y. (2024). *Loneliness as a mediator between social isolation and internet addiction among work-from-home employees during the COVID-19 pandemic*. *Work*.
- Zhang, L. , W. Y. , D. J. , & P. Z. (2021). *Longitudinal study on risk factors for internet addiction among adolescents: A five-year follow-up*. *Addictive Behaviors*. 118.
- Zhang, Y., Hou, Z., Wu, S., Li, X., Hao, M., & Wu, X. (2022). The relationship between internet addiction and aggressive behavior among adolescents during the COVID-19 pandemic: Anxiety as a mediator. *Acta Psychologica*, 227. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103612>
- Zulhajji dkk. (2023). (112-116) *Artikel_pakzulhajji*.