

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana
Psikologi**

Oleh

ALMARATUL HILMA

1410322011



DOSEN PEMBIMBING:

Vivi Amalia, M.Psi., Psikolog

Nelia Afriyeni, S.Psi., M.A

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG

2019

CORRELATION BETWEEN SELF-CONTROL AND PROBLEMATIC SMARTPHONE USE

Almaratul Hilma, Vivi Amalia, Nelia Afriyeni
Psychology Major, Faculty of Medicine, Andalas University
almaratul.hilma@yahoo.com

ABSTRACT

In the globalization era, information and technology development is rapid. One of the result of this development is smartphone. Every year there is an increase in active smartphone users. In 2018 there are more than 100 million active users in Indonesia. Based on the Nielsen Company Indonesia survey (Nugraha, 2011) teenagers are the most smartphone users in Indonesia. On average, Indonesians spend 5.5 hours using a smartphone. The large amount of time spent by an individual using a smartphone will indicate the use of a problem smartphone. According to Ha, Bumsu, Doo-Heum, Seong-Ho, and Jaehak (2008) one of the problems in using smartphones is difficulty controlling themselves in using it or can be called a lack of self control.

The purpose of this study was to study the correlation between self-control and problematic smartphone use. The method used in this study is quantitative research methods. Data collection was carried out using the self-control scale from Tangney, Baumeister, Boone (2004) and MPPUS (Scale of Problematic smartphone use) from Bianchi and Phillips (2005). The sampling technique in this study is probability sampling with the type of sampling technique is stratified proportional random sampling. The sample in this study was 383 students of Andalas University.

The results showed that self-control has a negative correlation with problematic smartphone use. The correlation coefficient (r) value of -0.326 is considered weak. This means increasing individual self control makes it more difficult to use a smartphone. In this study there are differences in self-control that are reviewed by age. In middle adolescents have lower levels of self-control than late teens and early adulthood.

Keywords: *Self-control, problematic smartphones use*

HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN SMARTPHONE BERMASALAH

Almaratul Hilma, Vivi Amalia, Nelia Afriyeni
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas
almaratul.hilma@yahoo.com

ABSTRAK

Pada era globalisasi, perkembangan teknologi sangat pesat khususnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi. Salah satu bukti dari perkembangan tersebut adalah adanya *smartphone*. Setiap tahun terjadi peningkatan pengguna aktif *smartphone*. Pada tahun 2018 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia lebih dari 100 juta orang. Berdasarkan survei Nielsen Company Indonesia (Nugraha, 2011) remaja merupakan pengguna *smartphone* paling banyak di Indonesia. Secara rata-rata orang Indonesia menghabiskan waktu selama 5,5 jam dalam menggunakan *smartphone*. Banyaknya jumlah waktu yang dihabiskan oleh individu dengan menggunakan *smartphone* akan mengindikasikan pada penggunaan *smartphone* bermasalah. Menurut Ha, Bumsu, Doo-Heum, Seong-Ho, dan Jaehak (2008) salah satu masalah dalam penggunaan *smartphone* ialah kesulitan mengendalikan diri dalam menggunakannya atau bisa disebut kurangnya kontrol diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan penggunaan *smartphone* bermasalah. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *self-control scale* dari Tangney, Baumeister, Boone (2004) dan MPPUS (*Mobile Phone Problematic Use Scale*) dari Bianchi dan Phillips (2005). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan jenis teknik pengambilan sampel adalah *proportionate stratified random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 383 mahasiswa Universitas Andalas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki korelasi yang negatif dengan penggunaan *smartphone* bermasalah. Nilai koefisien korelasi (r) yang diperoleh sebesar $-0,326$ tergolong lemah. Artinya semakin tinggi kontrol diri individu maka semakin rendah penggunaan *smartphone* bermasalahnya. Pada penelitian ini terdapat perbedaan kontrol diri yang ditinjau berdasarkan usia. Pada usia remaja pertengahan memiliki tingkat kontrol diri lebih rendah dibandingkan remaja akhir dan dewasa awal.

Kata kunci : Kontrol diri, Penggunaan Smartphone Bermasalah