

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECANDUAN GADGET PADA MAHASISWA**

SKRIPSI



Saka Apriliadi Purwanto
13.40.0165

**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2020**

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN *GADGET* PADA MAHASISWA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelara Sarjana Psikologi

Oleh:

Saka Apriliadi Purwanto
13.40.0165



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan

Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna
Memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal



Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

(Dr. Suparmi, MSi)

Dewan Penguji

Pembimbing Skripsi

(Drs. Pius Heru Priyanto, MSi)

(Y. Bagus Wisanto, MS)

(Drs. Pius Heru Priyanto, MSi)

(Drs. Y. Sudiantara, B.Th., MS)

SURAT PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

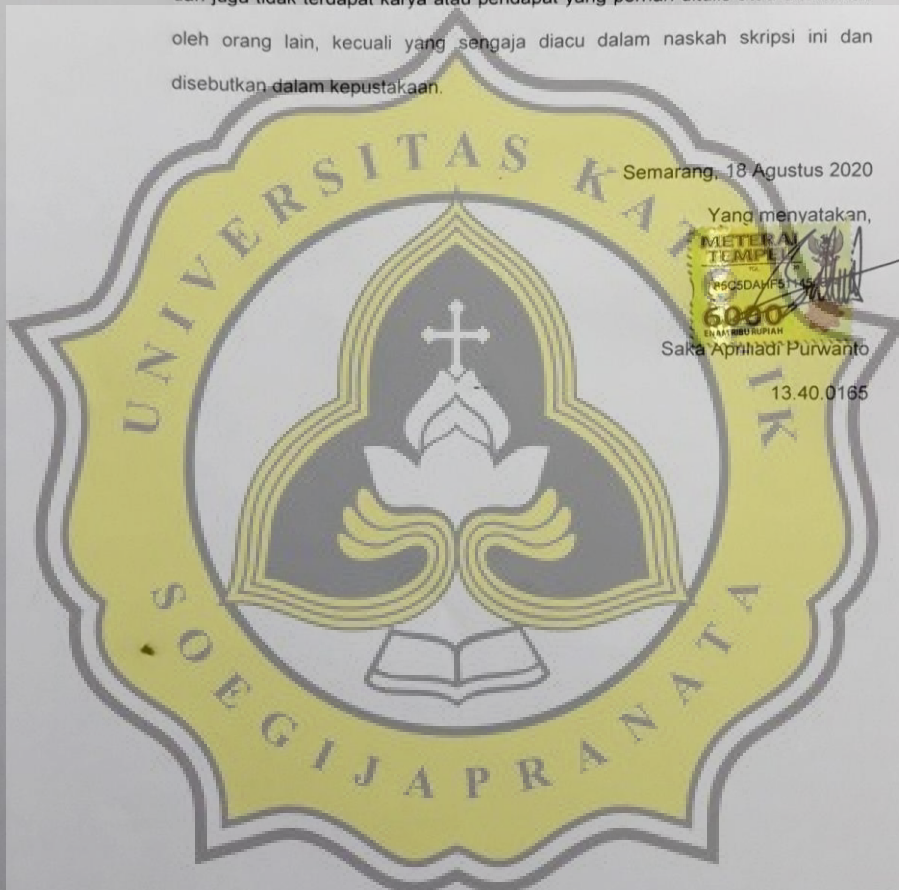
Semarang, 18 Agustus 2020

Yang menyatakan,



Saka Apriladi Purwanto

13.40.0165



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Saka Apriliadi Purwanto

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

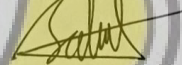
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Gadget Pada Mahasiswa" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan menduplikasikan tugas akhir selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 18 Agustus 2020

Yang menyatakan,



Saka Apriliadi Purwanto

13.40.0165

HALAMAN MOTTO

Kuatkan dan teguhkanlah hatimu, janganlah takut dan jangan gemetar karena mereka, sebab TUHAN, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau; Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan

engkau

(Ulangan 31:6)

Dia memberi kekuatan kepada yang lelah dan menambah semangat kepada yang tiada berdaya

(Yesaya 40:29)



UCAPAN TERIMA KASIH

Mengucap syukur untuk kasih anugerah dan kemurahan Tuhan Yesus Kristus sehingga skripsi yang berjudul “HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN *GADGET* PADA MAHASISWA”. Skripsi ini merupakan syarat untuk menyelesaikan program S1 Psikologi di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.

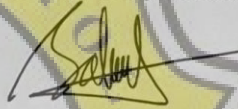
Penyelesaian skripsi ini berkat bantuan banyak pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, MKes, selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
2. Dr. Suparmi, MSi, selaku Ketua Program S1 Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
3. Drs. Pius Heru Priyanto, MSi, selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan pengarahan, serta motivasi untuk cepat menyelesaikan skripsi.
4. Orangtua dan adik yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi.
5. Dra. Emiliana Primastuti, MSi, selaku Dosen Wali.
6. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.
7. Seluruh staf TU untuk bantuan dan kerjasamanya yang berkaitan dengan administrasi selama proses penyusunan skripsi secara virtual.
8. Teman-teman di Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata yang telah bersedia berpartisipasi sebagai responden penelitian.

9. Anna Dyah K, seseorang yang setia untuk mendampingi dan memberikan dukungan.
10. Teman-teman 2013 yang sama-sama berjuang menyelesaikan skripsi: Rizky, Nathania, Maya, Seta, Indra, Vinsen, dan Aldi.
11. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

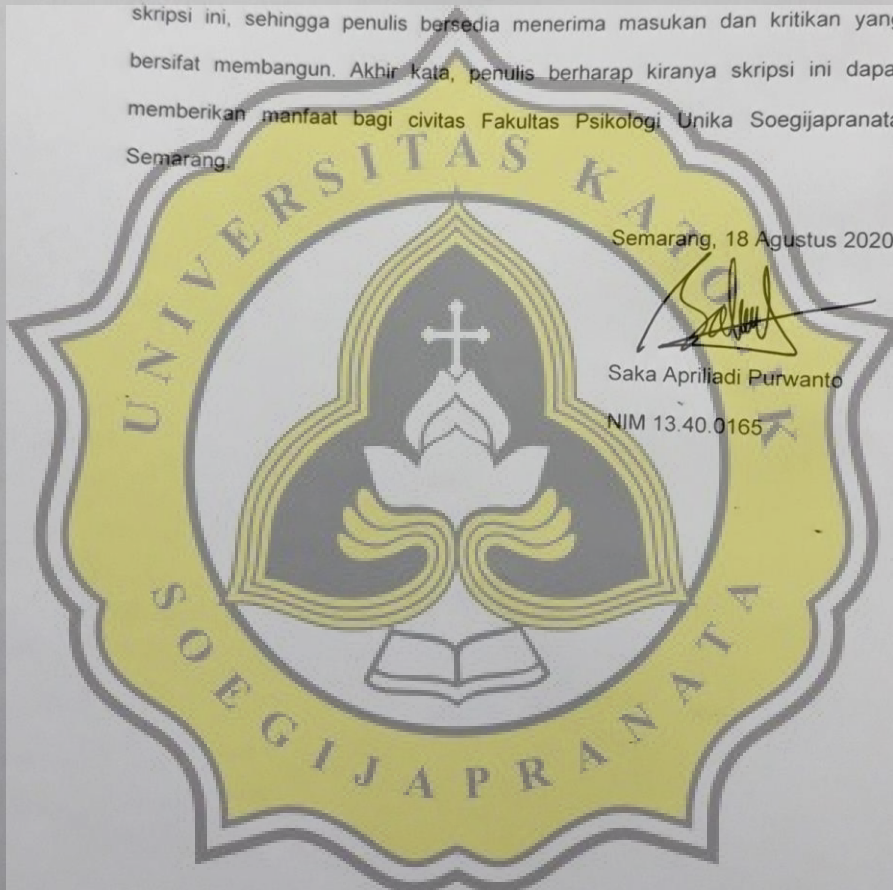
Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, sehingga penulis bersedia menerima masukan dan kritikan yang bersifat membangun. Akhir kata, penulis berharap kiranya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi civitas Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang.

Semarang, 18 Agustus 2020



Saka Apriliadi Purwanto

NIM 13.40.0165



DAFTAR ISI

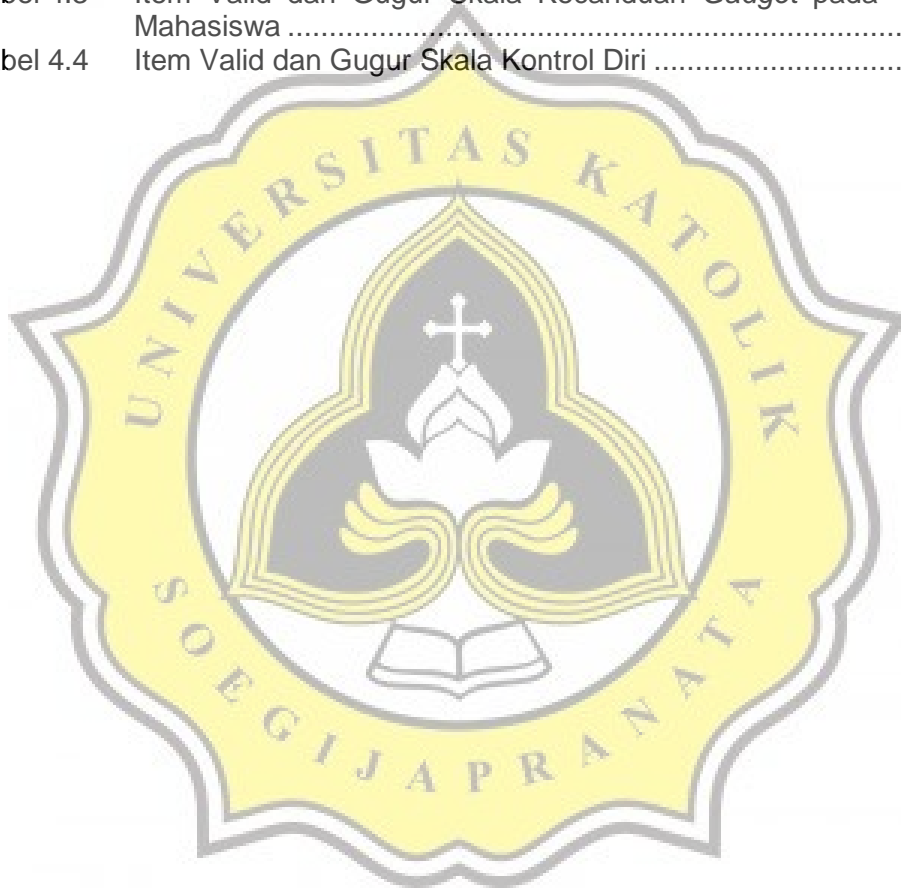
	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA	v
MOTTO	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Tujuan Penelitian	8
1.3 Manfaat Penelitian	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	10
2.1.1 Pengertian Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	10
2.1.2 Simtom-simtom Kecanduan <i>Gadget</i>	12
2.1.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kecanduan <i>Gadget</i>	15
2.2 Kontrol Diri	17
2.2.1 Pengertian Kontrol Diri	17
2.2.2 Aspek-aspek Kontrol Diri	19
2.3 Dinamika Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	21
2.4 Hipotesis	25
BAB 3 METODE PENELITIAN	
3.1 Pendekatan Penelitian	26
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	26
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	26
3.3.1 Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	26
3.3.2 Kontrol Diri	27
3.4 Populasi dan Teknik Sampling	27
3.4.1 Populasi	27
3.4.2 Teknik Sampling	28
3.5 Alat Ukur	28
3.5.1 Skala	28
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas	30

	3.6	Teknik Analisis Data	31
BAB IV		PELAKSANAAN PENELITIAN	
	4.1	Orientasi Kancah	32
	4.2	Persiapan Penelitian.....	33
	4.2.1	Perijinan	33
	4.2.2	Penyusunan Alat Ukur	34
	4.3	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	34
	4.3.1	Hasil Uji Validitas	34
	4.3.2	Hasil Uji Reliabilitas.....	36
	4.4	Pengumpulan Data.....	36
BAB V		HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	5.1	Hasil Penelitian.....	38
	5.1.1	Hasil Uji Asumsi.....	38
	5.1.2	Hasil Uji Hipotesis.....	39
	5.2	Pembahasan	40
BAB VI		PENUTUP	
	6.1	Kesimpulan.....	45
	6.2	Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA			46



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blue Print</i> Skala Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	29
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala Kontrol Diri	30
Tabel 4.1 Sebaran Nomor Item Skala Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	34
Tabel 4.2 Sebaran Nomor Item Skala Kontrol Diri	34
Tabel 4.3 Item Valid dan Gugur Skala Kecanduan <i>Gadget</i> pada Mahasiswa	35
Tabel 4.4 Item Valid dan Gugur Skala Kontrol Diri	35



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Penelitian	52
Lampiran B	Data <i>Try Out</i>	72
Lampiran C	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	83
Lampiran D	Data Penelitian	89
Lampiran E	Karakteristik Responden	94
Lampiran F	Hasil Uji Asumsi	98
Lampiran G	Hasil Uji Hipotesis	103
Lampiran H	Surat Penelitian	106
Lampiran I	Plagiasi	109



ABSTRAK

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *gadget* pada mahasiswa. Hipotesis penelitian adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *gadget* pada mahasiswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif-korelatif. Populasi adalah orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik (Unika) Soegijapranata Semarang, masih aktif kuliah, memiliki *gadget*, dan menggunakan lebih dari tiga jam dalam sehari. Sampel sebanyak 50 orang dan diperoleh secara *incidental sampling*. Data diperoleh menggunakan Skala Kecanduan *Gadget* dan Skala Kontrol Diri. Teknik analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil penelitian adalah ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *gadget* pada mahasiswa ($r_{xy} = -0,431$ dan $p < 0,01$). Besarnya sumbangan efektif dari variabel kontrol diri terhadap kecanduan *gadget* pada mahasiswa sebesar 18,58%

Kata kunci: kontrol diri, kecanduan *gadget* dan mahasiswa



ABSTRACT

The study aims to determine the relationship between self-control and gadget addiction in college students. The research hypothesis is that there is a negative relationship between self-control and gadget addiction in college students. Research uses a quantitative-correlative approach. Population were students of the Faculty of Psychology at the Catholic University Soegijapranata Semarang, still actively studying, having gadgets, and using more than three hours a day. Samples were 50 people obtained by incidental sampling. Data obtained using the Gadgets Addiction Scale and Self Control Scale. Data analysis techniques using Pearson product moment correlation analysis. The results of the study are that there is a very significant negative relationship between self-control and gadget addiction in college students ($r_{xy} = -0.431$ and $p < 0.01$). The amount of effective contribution of the variable self-control to gadget addiction in college students is 18.58%

Keywords: self-control, gadget addiction and college students

