

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN
INTERNET PADA REMAJA DI SEKOLAH SMA Swasta
PERGURUAN SUMATERA TANJUNG MORAWA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area

Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

MUHAMMAD TAUFIQ

07.860.0044

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

2013

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

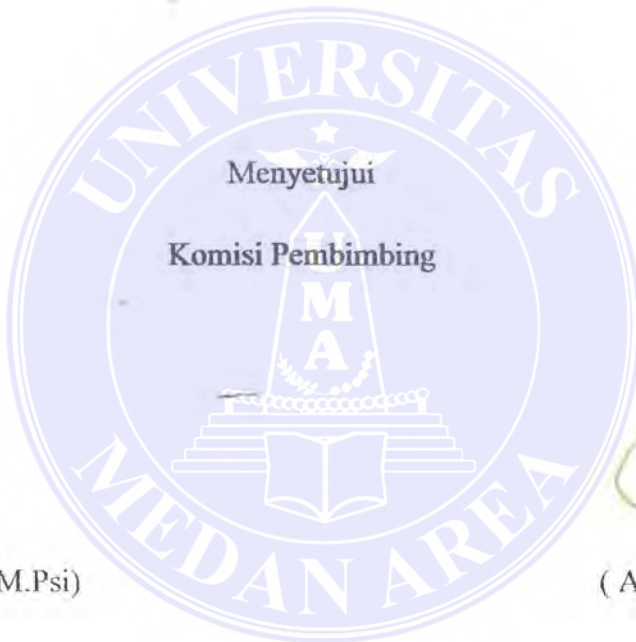
.HALAMAN JUDUL

Judul Skripsi : HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA REMAJA DI SEKOLAH SMA SWASTA PERGURUAN SUMATERA TANJUNG MORAWA

Nama Mahasiswa : MUHAMMAD TAUFIQ

NIM : 07 860 0044

Bagian : Psikologi Perkembangan



Pembimbing I

(Dra. Mustika Tarigan M.Psi)

Pembimbing II

(Azhar Azis S.Psi MA)

Mengetahui

Kepala Bagian



(Ilhik Alifurrahman)
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dekan

(Prof. DR. Abdul Munir, M.Pd)

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Identifikasi Masalah..... 7

C. Batasan Masalah..... 9

D. Rumusan Masalah..... 9

E. Tujuan Penelitian..... 9

F. Manfaat Penelitian..... 10

 1. Manfaat Teoritis..... 10

 2. Manfaat Praktis..... 10

BAB II. LANDASAN TEORI

A. Remaja..... 11

 1. Defenisi Remaja..... 11

 2. Ciri-ciri Remaja..... 13

 3. Batasan Usia Remaja..... 16

B. Kecanduan..... 18

 1. Pengertian Kecanduan..... 18

 2. Jenis-jenis Kecanduan..... 20

 3. Pengertian Internet..... 20

 4. Pengertian Kecanduan Internet..... 21

6. Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet.....	24
C. Kontrol Diri.....	25
1. Defenisi Kontrol Diri.....	25
2. Aspek-aspek Kontrol Diri.....	27
3. Ciri-ciri Kontrol Diri.....	29
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	30
D. Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Remaja.....	33
E. Kerangka Konseptual.....	36
F. Hipotesis.....	37
 BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	38
1. Kontrol diri.....	39
2. Kecanduan Internet.....	39
C. Subjek Pelitian.....	40
1. Populasi dan Sampel Penelitian.....	40
2. Teknik Pengambilan Sampel.....	40
D. Teknik Pengumpulan Data.....	41
1. Skala Kontrol Diri.....	43
2. Skala Kecanduan Internet.....	44
E. Validitas dan Realibilitas Alat ukur.....	45
1. Validitas.....	45
2. Relabilitas Alat Ukur.....	46

Bab IV. PELAKSANAAN, ANALISIS DATA DAN HASIL PENELITIAN

DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan Penelitian.....49

1. Orientasi Kanchah.....49

2. Periapan Penelitian.....50

a.Persiapan Administrasi.....50

b.Persiapan Alat Ukur Penelitian.....51

B. Uji Validitas Data Uji Coba.....51

1. Skala Kontrol Diri.....51

2. Skala Kecanduan Internet.....52

3. Uji coba alat ukur penelitian.....54

C. Pelaksanaan Penelitian.....57

D. Hasil Penelitian.....57

1. Uji Asumsi.....58

2. Hasil Penghitungan Analisis Korelasi Product Moment.....60

3. Hasil Penghitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....61

E. Pembahasan.....63

Bab V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....67

B. Saran.....68

DAFTAR PUSTAKA.....69

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Dimasa sekarang ini dunia teknologi semakin meningkat, dimana sangat mudah dalam mencari informasi yang tidak memikirkan jarak dan waktu untuk mendapatkan informasi yang diperlukan. Hal ini dapat dilakukan cukup dengan mengakses internet dapat mempermudah para penggunaanya dalam memakai segala jenis aplikasi yang telah tersedia demi mencari hal apapun yang diinginkan. bahkan melalui internet dapat terjadi proses bisnis, mencari kepuasan psikologis, mencari data yang penting, komunikasi jarak jauh, dll.

Internet telah hadir lebih dari 25 tahun dalam kurun waktu itu peranan internet telah beralih dari sekedar sebagai bahan kajian laboratorium menjadi sebuah perkakas yang digunakan oleh jutaan orang setiap harinya. Jaringan internet tercipta oleh suatu ledakan pada tahun 1969 yang disebut *ARPANET*, yaitu suatu proyek eksperimen dari kementerian pertahanan Amerika bernama *DARPA (Departement of Defence Advance Research Project Agency)* yang bertujuan yaitu mencoba menggali teknologi jaringan yang dapat menggunakan para penelitian dengan berbagai sumber daya jauh seperti sistem komputer (Itryah, 2004)

Pengguna internet di Indonesia ternyata luar biasa karena akses internet

bagi para pengguna semakin disenangi oleh banyak kalangan seperti ; para

pelajar, pekerja kantor, dosen dan sebagainya. Dari beberapa kemudahan fasilitas yang ditawarkan maka internet sangat memungkinkan untuk mengadakan sebuah penelitian serta mendapatkan bermacam-macam informasi seperti ; mengikuti perkuliahan jarak jauh, kursus, pelatihan jarak jauh, diskusi dengan para ahli dan aktivitas yang lain yang mendukung dalam penggunaan internet tersebut. Tetapi dengan perkembangan internet sebagai teknologi informasi yang tercanggih pada saat ini maka muncul situasi yang menuntut perhatian yang serius di berbagai negara-negara terutama di negara maju yaitu dampak negatif dalam penggunaan internet tersebut, namun dilihat dari sisi lainnya maka internet juga dapat memberikan keuntungan yang besar bagi para penggunanya (Itryah, 2004).

Dengan kelebihan yang dimiliki internet memungkinkan jutaan orang di dunia untuk saling berkomunikasi antara satu sama dengan yang lainnya untuk saling mendapatkan informasi. Dimana seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain dengan cara mengirim *email* atau dengan berpartisipasi dalam suatu kelompok diskusi. Cara berkomunikasi seperti ini merupakan alternatif baru bagi manusia dalam melakukan komunikasi selain dengan menggunakan sarana komunikasi yang telah dikenal sebelumnya seperti telepon, *faksimail*, kantor pos, surat kabar dan lain sebagainya. Komunikasi merupakan hal yang paling penting dalam kehidupan sehari-hari, karena dengan adanya jaringan internet pada saat ini maka komunikasi akan menjadi lebih mudah, menarik dan efektif.

Diketahui bahwa kecanduan dalam penggunaan internet seperti seringnya bermain dengan situs-situs yang ada dalam internet di pengaruhi karena adanya

kecanduan tersebut seperti; remaja akan tetap tergantung pada internet dalam jangka waktu yang lama, mereka sering tidak cocok dengan teman-temannya dan mereka juga sering tidak betah berada dirumah atau disekolah.

Internet merupakan sesuatu yang pada saat ini sangat digemari oleh banyak kalangan remaja, anak-anak sampai orang tua dimana remaja yang sering bermain internet biasanya tidak dapat mengontrol perilaku yang menyebabkan kecanduan internet. Hal ini terlihat dari beberapa remaja yang mengalami kecanduan internet, tetapi ada juga remaja yang tidak mengalaminya karena mereka mengetahui bahwa adanya faktor resiko dalam penggunaan internet tersebut, dan mereka juga tahu ada batasan tertentu dalam penggunaannya. Dampak buruk yang terjadi pada remaja yang mengakibatkan kecanduan tersebut seperti : remaja akan tetap candu pada internet dalam jangka waktu yang lama, mereka sering tidak cocok dengan teman-temannya dan mereka juga sering bosan berada dirumah atau sekolah. (Dyah, 2009).

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan internet diantaranya kondisi psikologis yang emosional seperti depresi dan gangguan kecemasan dan sering menggunakan dunia fantasi di internet sebagai pengalihan, (Young dalam Arisandy, 2009). Selain faktor psikologis, faktor lain yang mempengaruhi kecanduan internet adalah waktu dan tujuan penggunaan internet, (Young dalam Arisandy, 2009). Remaja menggunakan internet sering waktunya terlalu lama dalam arti, remaja bisa seharian tetapi tujuan dia bermain internet tidak semua bertujuan terkait dengan tugas akademisnya, Perilaku ini dapat dikatakan sebagai

UNIVERSITAS MEDAN AREA

perilaku kurang memiliki kontrol diri. Menurut Averill, (Sarafino dalam Tika,

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

2000) bahwa ciri-ciri orang yang bisa mengontrol diri adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengontrol stimulus. Berdasarkan uraian ini kontrol diri mempengaruhi kecanduan internet.

Melihat fenomena siswa yang bersekolah di SMA SUMATERA di Tanjung Morawa, dimana telah di observasi secara langsung oleh peneliti banyak siswa yang merupakan pengguna internet bahkan ada dari siswa sehabis pulang sekolah menghabiskan sisa waktunya sampai malam hari hanya bermain internet di warnet, selain bermain internet berjam-jam siswa tersebut rela mengorbankan uang sakunya hanya untuk bermain sekedar untuk *online* dengan teman sebayanya walaupun sebelumnya mereka tidak saling kenal. Orang yang seperti ini dibidang kecanduan karena ciri orang yang keinginan yang kuat untuk selalu terlibat dalam perilaku tertentu terutama ketika kesempatan untuk terlibat dalam perilaku tertentu tidak dapat dilakukan dan terjadinya perilaku yang terus-menerus walaupun telah ada fakta yang jelas bahwa perilaku mengarah kepada permasalahan. (Mark, dkk, 2004).

“ Berdasarkan hasil wawancara dengan guru SMA SUMATERA secara umum siswa mengalami masalah dalam keterlambatan dalam pengumpulan tugas. setelah dikoreksi oleh wali kelas ternyata dalam keterlambatan siswa dalam mengumpulkan tugas disebabkan siswa menunda pekerjaan sekolah karena dia lebih asyik dengan internet”. (komunikasi personal, 7 februari 2013).

Setelah itu juga mengadakan wawancara dengan salah satu siswa SUMATERA, berikut kutipan wawancaranya.

“ Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu siswa UNIVERSITAS MEDAN AREA SUMATERA ternyata siswa sering menggunakan internet, bahkan

hampir setiap hari kira-kira sampai 5 jam lebih selepas pulang sekolah saya selalu singgah ke warnet. Biasanya main *game*, *facebook*, dan buka *youtube*. Intinya saya menggunakan internet sebagai hiburan bagi diri saya karena saya lebih memilih menghabiskan waktu untuk berinternetan daripada harus berdiam diri dirumah tanpa memikirkan tugas sekolah yang harus dikumpul besoknya. Di warnet saya bisa bermain *game online* sepuasnya dan tidak merasa kesepian seperti dirumah. Internet itu menyenangkan bagi saya, contohnya di *facebook* saya memiliki banyak teman tanpa harus mereka tahu diri saya yang sebenarnya seperti apa, dan itu membuat saya merasa nyaman. (komunikasi personal, 19 Juli 2013).

Kecanduan internet dikalangan remaja juga harus mendapatkan perhatian yang serius karena mengingat luasnya penggunaan terhadap internet baik yang berkaitan dengan kebudayaan setempat maupun akibat pergaulan hidup sehari-hari para remaja. Meskipun berakibat buruk bagi para remaja maupun orang lain, namun penggunaan internet tersebut sangat sulit untuk dihentikan karena mempunyai efek pada kecanduan apabila pemakain tersebut dihentikan.

Para remaja yang telah gagal mengontrol dirinya dalam penggunaan internet ini disebabkan karena mereka merasa bahwa tidak ada teman dan tidak ada dukungan dari keluarga yang memberi perhatian kepadanya dan juga disebabkan karena adanya faktor penyebab para remaja tersebut tidak dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan internet. Selain itu karena dalam penggunaan internet tersebut biasanya mereka tidak pernah peduli dengan segala apapun baik dengan waktu, makan, aktivitas yang lain bahkan tugas-tugas sekolahnya karena bagi mereka bermain dengan menggunakan internet adalah

UNIVERSITAS MEDAN AREA sesuatu hal yang sangat menyenangkan dari pada melakukan segala hal yang

dianggap tidak terlalu penting. Maka kebanyakan dari mereka ini biasanya akan sulit bersosialisasi bahkan berkomunikasi dengan orang lain seperti keluarga dan teman-temannya karena internet adalah teman yang terbaik dan pikiran mereka pun selalu tertuju pada internet tersebut tanpa memikirkan hal yang lainnya, maka hal inilah yang akan menimbulkan tidak adanya kontrol diri pada remaja tersebut dalam menggunakan internet.

Jika seorang remaja tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik, maka remaja akan dikuasai oleh dorongan dan keinginan yang menyebabkan timbulnya kenakalan-kenakalan pada remaja. Fatoni (dalam Dyah, 2009) lebih menjelaskan bahwa kontrol diri yang tidak dapat berkembang dengan baik akan menghambat proses pendewasaan individu karena pendewasaan seseorang karena kemampuan individu dapat melakukan pengontrolan terhadap dirinya sendiri.

Oleh karena itu dapat dilihat bahwa pengertian kontrol diri yang dimaksud adalah bagaimana individu mengendalikan diri, emosi dan perilaku dari dalam dirinya sendiri. Pernyataan tersebut juga dibuktikan oleh hasil penelitian Gluek dan Gluek (dalam Nurmala, 2007) bahwa remaja yang sering melakukan tindakan yang melanggar norma sosial akan memiliki sifat yang lebih impulsif dan destruktif karena mereka cenderung lebih agresif untuk melakukan dorongan dari dalam dirinya tanpa perhitungan yang lebih matang, karena remaja yang tidak dapat mengontrol diri menggunakan internet akan dikatakan sebagai seorang yang kecanduan terhadap internet.



Berdasarkan uraian diatas dapat dilihat bahwa remaja berada pada masa yang ditandai dengan emosi yang mudah meletup atau cenderung untuk tidak dapat mengontrol dirinya sendiri, sehingga diperlukan adanya kontrol diri untuk mengurangi dorongan-dorongan yang menggejolak dalam diri remaja. Kecanduan internet merupakan hal dimana individu menghabiskan waktu terlalu banyak akibatnya kurangnya kontrol dari individu sendiri. Hal ini membuat peneliti tertarik untuk melihat apakah terdapat **“Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja”**.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Masa remaja adalah masa dimana individu mulai melepaskan diri dari ketergantungan terhadap orang tua dan lebih banyak menghabiskan dengan teman sebaya (Hurlock, 1990). Tanpa disadari, dengan menggunakan internet seperti *game online, facebook, chanting, twitter* yang seharusnya remaja belajar bersosialisasi dengan lingkungan dan sekitarnya di kehidupan nyata justru lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman di dunia maya. Adapun siswa sendiri sibuk dengan internet untuk membuka *facebook* hanya untuk meng *up-date* status di dalam kelas walaupun sedang dalam proses belajar.

Remaja yang mengalami kecanduan internet dilatar belakangi kehidupan yang membuat kebutuhan emosional dan psikologis mereka kurang terpenuhi, hal ini juga terlihat dari pengunjung warnet untuk bermain *game online* oleh

remaja SMA SUMATERA yang rela menghabiskan uang jajannya untuk menikmati fasilitas permainan yang tersedia dalam internet.

Individu yang memiliki kontrol diri yang rendah berpotensi mengalami kecanduan karena individu tidak mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilaku (Dyah, 2009). Remaja yang mengalami kecanduan internet selalu merasa nyaman ketika di depan layar komputer ketika sedang *online* berjam-jam membuka situs *game* serta diselingi dengan *youtube* dan *facebook* sampai menghabiskan waktu minimal selama 5 jam dalam sehari (Young dalam Rifka, 2010).

Jika seorang siswa tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik, maka remaja akan dikuasai oleh dorongan dan keinginan yang menyebabkan timbulnya kenakalan-kenakalan pada remaja. Fatoni (dalam Dyah, 2009) lebih menjelaskan bahwa kontrol diri yang tidak dapat berkembang dengan baik akan menghambat proses pendewasaan individu karena pendewasaan seseorang tergantung kemampuan individu dapat melakukan pengontrolan terhadap dirinya sendiri.

C. BATASAN MASALAH

Pada penelitian mengenai hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di sekolah SMA Swasta Sumatera di Tanjung Morawa ini, Peneliti membatasi masalah dengan menjelaskan tentang kecanduan internet

pengguna warnet ataupun melalui *handphone* di sekolah Sumatera pada remaja

UNIVERSITAS MEDAN AREA

dan kontrol diri yang dialami remaja pengguna internet.

Document Accepted 24/7/23

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

D. RUMUSAN MASALAH

Adapun rumusan masalah yang ingin diteliti pada penelitian ini adalah :
apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di
sekolah SMA Swasta SUMATERA.

E. TUJUAN PENELITIAN

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol
diri dengan kecanduan internet pada remaja.

F. MANFAAT PENELITIAN

Adapun manfaat penelitian yang dapat diambil dari penelitian ini adalah
secara teoritis dan praktis :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pengetahuan,
khususnya bagian psikologi perkembangan tentang kontrol diri terhadap
kecanduan internet pada anak remaja.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan:

1. Informasi mengenai hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet pada
anak remaja, sehingga dapat digunakan sebagai acuan bagi pihak-pihak yang
berkepentingan.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

2. Sebagai referensi bagi remaja untuk dapat mengetahui pentingnya kontrol diri dalam penggunaan internet.
3. Sebagai referensi bagi orang tua untuk melakukan pengawasan terhadap remaja dan dapat mengambil tindakan preventif yang tepat dalam mengawasi proses perkembangan anak remajanya.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. REMAJA

1. Definisi Remaja

Istilah remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin *adolscere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescene* (dari bahasa Inggris) yang dipergunakan saat ini memiliki arti yang cukup luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1990).

Piaget (dalam Hurlock, 1990) mengatakan bahwa masa remaja adalah usia dimana individu mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa. Individu tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat, mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk di dalamnya juga perubahan intelektual yang mencolok, transformasi yang khas dari berpikir remaja memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa.

Selanjutnya, Kartono (1990) mengatakan bahwa masa remaja juga sebagai masa penghubung atau masa peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada masa remaja terdapat tugas-tugas perkembangan yang sebaiknya dipenuhi. Menurut Hurlock (1990), seluruh tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada penanggulangan sikap dan pola perilaku yang kekanakan

dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Adapun tugas perkembangan remaja adalah ;

- a. Mencapai peran sosial pria dan wanita
- b. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
- e. Mempersiapkan karir ekonomi untuk masa yang akan datang.
- f. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- g. Memperoleh nilai-nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku dan mengembangkan ideologi.

Secara tradisional masa remaja dianggap sebagai periode “*storm and stress*”, yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan emosi dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru (Hurlock, 1990).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu yang mulai berintegrasi dengan masyarakat dewasa dimana individu tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak, integrasi dalam masyarakat, dan juga memiliki tugas-tugas perkembangan yang sebaiknya

dipenuhi. Tugas perkembangan remaja yang paling mendasari dalam penelitian ini adalah tugas perkembangan dimana remaja mulai mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.

2. Ciri-ciri Remaja

Menurut Havighurst (dalam Hurlock, 1990), terdapat 8 ciri masa remaja, antara lain :

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting.

Remaja mengalami perkembangan fisik dan mental yang cepat dan penting dimana semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan pembentukan sikap, nilai, dan minat baru.

- b. Masa remaja sebagai periode yang peralihan.

Peralihan tidak berarti putus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan perpindahan dari satu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekas pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang, serta mempengaruhi pola perilaku dan sikap yang baru pada tahap berikutnya.

- c. Masa remaja sebagai periode perubahan.

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan fisik yang terjadi

dengan pesat diikuti dengan perubahan perilaku dan sikap yang juga berlangsung pesat.

d. Masa remaja sebagai usia bermasalah.

Setiap periode mempunyai masalahnya sendiri-sendiri, namun masalah masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun anak perempuan. Ada dua alasan bagi kesulitan ini, yaitu ;

- 1) Sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah.
- 2) Remaja merasa mandiri, sehingga mereka ingin mengatasi masalahnya sendiri, sehingga menolak bantuan dari orang tua dan guru-guru.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Pencarian identitas dimulai pada akhir masa kanak-kanak, dan pada masa ini lebih menekankan pada penyesuaian diri dengan standar kelompok dibandingkan bersikap individualistik. Adanya keinginan menjadi pribadi yang berbeda dengan orang lain.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan.

Adanya anggapan stereotypebudaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapi, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, sehingga menyebabkan orang dewasa harus

membimbing dan mengawasi kehidupan remaja.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik.

Remaja pada masa ini melihat dirinya sendiri dan orang lain sesuai dengan apa yang ia inginkan dan bukan sesuai dengan apa adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau ia tidak berhasil tujuan yang ditetapkannya sendiri.

h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Semakin mendekatnya usia kematangan, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan *stereotype* belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka hampir dewasa, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri remaja adalah masa remaja sebagai periode yang penting, masa remaja sebagai periode peralihan, masa remaja sebagai periode perubahan, masa remaja sebagai usia bermasalah, masa remaja sebagai masa mencari identitas, masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan, masa remaja sebagai masa yang tidak realistic, masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

3. Batasan Usia Remaja

Monks, dkk (2002) membagi fase-fase masa remaja ke dalam tiga tahap, yaitu:

a. Remaja awal (12-15 tahun)

Pada tahap ini, remaja mulai beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan tersebut. Individu berusaha untuk menghindari ketidaksetujuan sosial atau penolakan dan mulai membentuk kode moral sendiri tentang benar dan salah. Individu menilai baik terhadap apa yang disetujui orang lain dan buruk apa yang ditolak orang lain. Pada tahap ini, minat remaja pada dunia luar sangat besar dan juga tidak mau dianggap sebagai kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanakannya. Selain itu, pada masa ini remaja masih belum tahu apa yang diinginkannya, remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil dan tidak puas (Kartono, 1990).

b. Remaja pertengahan (15-18 tahun)

Pada tahap ini, remaja berada dalam kondisi kebingungan dan terhalang dari pembentukan kode moral karena ketidakkonsistenan dalam konsep benar dan salah yang ditemukannya dalam kehidupan sehari-hari. Keraguan semacam ini juga jelas dalam sikap terhadap masalah mencontek, pada waktu remaja duduk di sekolah menengah atas. Karena hal ini dianggap umum, remaja menganggap bahwa teman-teman akan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

memaafkan perilaku ini, dan membenarkan perbuatan mencontek bila

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

selalu ditekan untuk mencapai nilai yang baik agar dapat diterima di sekolah tinggi dan yang akan menunjang keberhasilan dalam kehidupan sosial dan ekonomi di masa-masa mendatang. Pada tahap ini, mulai tumbuh semacam kesadaran akan kewajiban untuk mempertahankan aturan-aturan yang ada, namun belum dapat mempertanggungjawabkannya secara pribadi.

c. Masa remaja akhir (18-21 tahun)

Pada tahap ini, individu dapat melihat sistem sosial secara keseluruhan. Individu mau diatur secara ketat oleh hukum-hukum umum yang lebih tinggi. Alasan mematuhi peraturan bukan merupakan ketakutan terhadap hukuman atau kebutuhan individu, melainkan kepercayaan bahwa hukum dan aturan harus dipatuhi untuk mempertahankan tatanan dan fungsi sosial. Remaja sudah mulai memilih prinsip moral untuk hidup. Individu melakukan tingkah laku moral yang dikemukakan oleh tanggung jawab batin sendiri. Pada tahap ini, remaja mulai menyadari bahwa keyakinan religius penting bagi mereka. Batasan usia remaja yang dipakai penelitian ini adalah remaja pertengahan, yaitu 15-18 tahun, sebab dalam masa ini remaja berada dalam kondisi kebingungan dan terhalang dari pembentukan kode moral karena ketidakkonsistenan dalam konsep benar dan salah yang ditemukannya dalam kehidupan sehari-hari. Pada masa ini juga mulai adanya kesadaran dalam remaja untuk mempertahankan peraturan yang ada namun belum dapat mempertanggungjawabkannya secara pribadi.

B. KECANDUAN

1. Pengertian Kecanduan

Addiction berasal dari kata *addict*, dimana *addiction* mengandung pengertian kecanduan terhadap sesuatu, menurut Gordon dan Gordon (dalam Dariyo 2004), menganggap bahwa kecanduan merupakan suatu gangguan atau penyakit bersifat fisik, mental, emosional sehingga individu merasa tidak mampu menghentikan.

Chopra (2005) mengungkapkan bahwa seorang pecandu adalah seorang yang sedang dalam pencarian untuk memperoleh kesenangan, bahkan mungkin sesuatu yang sukar di pahami. Para pecandu mencari di tempat yang salah, yang pada awalnya mereka berharap mengalami sesuatu yang baik, sesuatu yang melebihi keyataan hidup sehari-hari yang tidak memuaskan, atau bahkan yang tidak dapat diterima.

Kecanduan merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan ketergantungan yang dimiliki individu baik secara fisik dan psikologis dalam sebuah aktivitas, meminum-minuman keras atau obat-obatan yang berada dibawah kontrol kesadaran. Kecanduan terjadi disebabkan adanya (Mark, dkk, 2004):

- a. Keinginan yang kuat untuk selalu terlibat dalam perilaku tertentu terutama ketika kesempatan untuk terlibat dalam perilaku tertentu tidak dapat dilakukan.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

- b. Adanya kegagalan dalam melakukan kontrol terhadap perilaku, individu merasakan ketidaknyamanan dan stress ketika perilaku ditunda atau dihentikan.
- c. Terjadinya perilaku yang terus-menerus walaupun telah ada fakta yang jelas bahwa perilaku mengarah kepada permasalahan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan adalah sesuatu keadaan dimana seseorang memiliki keinginan untuk mendapatkan sesuatu yang ia inginkan dan menghilangkan keluhan fisik dan psikis sehingga orang yang kecanduan akan sulit untuk menjauhkan dirinya dari sesuatu yang menyebabkan candu tersebut.

2. Jenis-jenis Kecanduan

Menurut Gordon dan Gordon (Dariyo, 2004) kecanduan secara singkat disebut juga dengan pecandu dan ia membedakan lima jenis kecanduan yaitu :

- a) *kecanduan Derelict*, yaitu mereka yang berasal dari orang pinggiriran seperti orang jalanan atau pecandu jalanan, peminta atau pengamen.
- b) *Kecanduan cronis*, mereka yang setiap kali menggunakan sesuatu untuk mengalami ketenangan.
- c) *Kecanduan Periodik*, mereka ini adalah bukan seorang kecanduan yang murni karena mereka bisa saja berhenti untuk melakukannya.
- d) *Kecanduan situasional*, yaitu mereka yang tergolong menggunakan pada situasi tertentu saja misalnya pada saat mereka stress, sedih atau

- e) *Kecanduan social*, yaitu penggunaan hanya untuk kehidupan sosial artinya bersama orang lain, mereka ini sangat sulit di identifikasi (dikenali) dan sering kali mereka terdiri dari pengusaha, orang-orang yang sukses, orang-orang penting, atau para selebritis.

Jadi dapat disimpulkan ada lima jenis kecanduan yaitu ; kecanduan derelict, kronis, periodik, situasional, dan kecanduan sosial.

3. Pengertian Internet

Internet adalah inti dari komunikasi bermedia komputer. Internet menghubungkan ribuan komputer, menyediakan jumlah informasi yang luar biasa banyaknya (Donnerstein dalam Santrock, 2007). Dalam banyak kasus, internet memiliki informasi yang lebih baru dan *up to date* ketimbang buku.

Dunia internet merupakan sebuah tempat dimana kita “hidup” secara maya (virtual). Dalam dunia ini kita dapat melakukan beberapa kegiatan yang mirip dengan kegiatan di dunia nyata (*real space*).

Hal ini mengisyaratkan bahwa dunia maya yang dibangun atau dikonstruksi oleh jaringan internet dapat membangun daya rangsang dan emosi besar penggunaannya. Di satu sisi, pengguna internet dapat memenuhi kepuasan psikologisnya ketika problem yang dihadapinya dapat diselesaikannya dengan jasa internet. Disisi lain, mereka dapat memilih informasi yang sekedar memuaskan, meskipun dibeberapa hal bertolak belakang dengan norma hukum dan agama.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

4. Pengertian kecanduan internet

Menurut Suler (1996) kecanduan internet adalah pengguna internet yang tidak bisa memisahkan kehidupan nyata dengan dunia *cyberspace*. Dunia *cyberspace* tersebut menjadi dunia tersendiri, dan pengguna internet tidak membicarakannya dengan orang-orang dalam kehidupannya.

Selanjutnya, Goldberg (dalam Dyah, 2009) menjelaskan bahwa kecanduan internet merupakan suatu gangguan psikofisiologis yang meliputi *tolerance* (penggunaan dalam jumlah yang sama akan menimbulkan respon minimal, jumlah harus ditambah agar dapat membangkitkan kesenangan dalam jumlah yang sama), *whitdrawal symptoms* (khususnya menimbulkan teror, kecemasan, dan perubahan *mood*), gangguan afeksi (depresi, sulit menyesuaikan diri), dan terganggunya kehidupan sosial (menurun atau hilang sama sekali, baik dari segi kualitas dan kuantitas). Kecanduan internet di artikan sebagai sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaanya saat *online*. Orang-orang yang menunjukkan sindrom ini akan merasa cemas, depresi, atau hampa saat tidak *online* di internet.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan internet adalah penggunaan internet yang bersifat patologis, yang ditandai dengan ketidakmampuan individu untuk mengontrol waktu menggunakan internet, merasa dunia maya lebih menarik dibandingkan kehidupan nyata, dan mengalami gangguan dalam hubungan sosialnya.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

5. Aspek-aspek Kecanduan Internet

Aspek-aspek kecanduan internet (Young dalam Arisandy, 2009) antara lain :

- a) *Perasaan yang menyenangkan ketika online*, pengguna internet sedang *online* dia merasa gembira, bergairah, bebas melakukan apa saja dan aktif.
- b) *Fokus pada pengguna internet*. Pengguna internet hanya tertuju pada aktifitas *online* sebelumnya atau berharap untuk segera *online*.
- c) *Penggunaan internet yang semakin meningkat*. Penggunaan internet ingin menggunakan internet dalam jangka waktu yang semakin meningkat untuk mendapatkan kepuasan.
- d) *Ketidakmampuan mengatur penggunaan internet*. Pengguna internet tidak dapat mengontrol, mengurangi atau menghentikan penggunaan internet.
- e) *Berani mengambil resiko kehilangan karena internet*. Penggunaan internet mempertaruhkan atau berani mengambil resiko kehilangan hubungan dengan signifikan (orang dekat atau orang lain), pekerjaan , pendidikan, kesempatan berkarir dan lain sebagainya karena internet.
- f) *Cara melarikan diri dari masalah*. Apabila penggunaan internet sedang mengalami masalah maka penggunaan internet melarikan diri dari masalah atau menghilangkan *dysphoric mood* (perasaan tidak berdaya, rasa bersalah, cemas, depresi) dengan *online*.

Berdasarkan beberapa aspek yang telah disebutkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang akan kecanduan internet ketika individu tersebut mengalami perasaan yang menyenangkan ketika *online*, fokus pada pengguna internet, pengguna internet yang semakin meningkat, ketidakmampuan mengatur penggunaan internet, berani mengambil resiko kehilangan karena internet, cara melarikan diri dari masalah.

6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Internet

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan internet (Young dalam Arisandy, 2009) adalah :

a. Gender

Gender mempengaruhi jenis aplikasi yang digunakan dan penyebab individu tersebut mengalami kecanduan internet. Laki-laki lebih sering mengalami kecanduan terhadap *game online*, situs porno, dan perjudian *online*, sedangkan perempuan lebih sering mengalami kecanduan terhadap *chatting* dan berbelanja *online*.

b. Kondisi Psikologis

Kecanduan internet timbul akibat masalah-masalah emosional seperti depresi dan gangguan kecemasan dan sering menggunakan dunia fantasi di internet sebagai pengalihan secara psikologis terhadap perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan atau situasi yang menimbulkan stress.

c. Tujuan dan Waktu Penggunaan Internet

Tujuan menggunakan internet akan menentukan sejauh mana individu tersebut akan mengalami kecanduan internet, terutama dikaitkan terhadap banyaknya waktu yang dihabiskannya sendirian di depan komputer. Hal ini di akibatkan tujuan penggunaan internet bukan digunakan sebagai upaya untuk mengatasi atau melarikan diri dari masalah-masalah yang dihadapinya di kehidupan nyata atau sekedar hiburan.

Berdasarkan beberapa fakkor-faktor yang telah disebutkan diatas maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang mempengaruhi internet antara lain *gender*, kondisi psikologis, tujuan dan waktu penggunaan internet.

C. KONTROL DIRI

1. Definisi Kontrol Diri

Kontrol diri adalah merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan, serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor perilaku yang sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilakunya.

Calhoun dan Goldfried dan Merbaum (dalam Lazarus, 1976),

mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun,

membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selain itu kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Ketika berinteraksi dengan orang lain, individu akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi diri individu dimana untuk mengontrol diri secara kontinyu. Pertama, individu hidup dalam kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. Kedua, masyarakat mendorong individu untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Sehingga dalam rangka memenuhi tuntutan tersebut dibutuhkan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 1990). Menurut konsep ilmiah, pengendalian emosi berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial.

Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup. Karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik dan psikis individu. Artinya, dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik (Hurlock, 1990).

Hurlock (1990) menyebutkan tiga kriteria emosi yang masak sebagai berikut :

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku melalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membuat keputusan yang diinginkan dan diterima oleh masyarakat.

2. Aspek-aspek Kontrol Diri

Block dan Block (dalam Lazarus, 1976) menjelaskan ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam beraksi terhadap stimulus. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu

untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak. *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan Konsep Averill dari Sarafino (dalam Rifka, 2010), terdapat tiga aspek Kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), Kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

a. Kontrol perilaku (*Behavioral control*)

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini terbagi menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

b. Kontrol kognitif (*Cognitive control*)

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional control*)

Merupakan kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang ada dalam kontrol diri meliputi kemampuan untuk kontrol perilaku, kontrol kognitif, kemampuan dalam mengambil keputusan, kemampuan dalam mengantisipasi peristiwa.

3. Ciri-ciri Kontrol Diri

Ciri-ciri kontrol diri mengacu pada teori kontrol diri Averill dari Sarafino (dalam Tika, 2012) yaitu :

1. Kemampuan mengontrol perilaku, yaitu kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi.
2. Kemampuan mengontrol stimulus, yaitu kemampuan untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan dengan cara mencegah atau menjauhi sebagian stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum berakhir, dan membatasi intensitas stimulus.
3. Kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara relatif obyektif.
4. Kemampuan menafsirkan peristiwa, yaitu kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif.
5. Kemampuan mengambil keputusan, yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang di yakini atau disetujuinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri yang ada dalam kontrol diri meliputi kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengambil keputusan.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Gufron dalam (Dyah, 2009) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhinya kontrol diri terdiri dari faktor internal yaitu dalam diri individu dan faktor eksternal yaitu lingkungan individu, yaitu :

a. Faktor Eksternal

Termasuk diantaranya adalah lingkungan keluarga, dimana didalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan kepada anaknya sikap disiplin secara intern sejak dini dan orang tua juga bersikap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak apabila anak menyimpang dari yang telah ditetapkan.

b. Faktor Internal

Faktor yang turut andil dalam kemampuan diri adalah usia, dimana semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik mengontrol dirinya tersebut, faktor internal lainnya adalah lingkungan yang ada disekitarnya.

Selain faktor internal dan faktor eksternal ada beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor orientasi religious, pola asuh orang tua dan faktor kognitif, seperti penjelasan dibawah ini :

a. Faktor orientasi *religious*

Menurut Mc Clain (dalam Nurmala, 2007) menunjukkan bahwa orientasi *religious* ini berkorelasi positif dengan kontrol diri, selain itu penelitian juga menunjukkan adanya hubungan orientasi *religious* dengan kepribadian yang positif.

b. Faktor pola asuh orang tua

Dari beberapa penelitian membuktikan adanya pengaruh pola asuh dari orang tua terhadap kontrol diri seseorang. Adapun menurut Harlock, (1990) bahwa disiplin yang diterapkan orang tua kepada anak merupakan hal yang penting dalam kehidupannya karena dapat mengembangkan *self control* dan *self direction* sehingga seseorang dapat bertanggung jawab dengan baik terhadap tindakan yang dilakukannya.

Beumrind (dalam Nurmala, 2007) menjelaskan bahwa orang tua yang bersikap otoriter akan selalu mengontrol perilaku anak untuk mendapatkan kepatuhan dalam jangka waktu yang panjang. Dimana kepatuhan itu sering ditegakkan oleh para orang tua dengan berbagai jalan seiring dengan hukuman adanya hukuman fisik atau yang lainnya dan orang tua juga jarang memberikan keterangan mengenai aturan-aturan maupun larangan.



c. Faktor kognitif

Menurut Elkin dan Weiler (dalam Nurmala,2007) bahwa individu tidak dilahirkan dalam konsep benar atau salah dalam suatu pemahaman tentang prilakunya, dan faktor kognitif ini memberikan sumbangan terhadap kemampuan mengontrol diri individu. Kemasakan kognitif yang terjadi selama masa pra sekolah dan masa kanak-kanak secara bertahap dapat meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan sosial dan mengontrol prilakunya, maka dengan demikian ketika beranjak dewasa maka individu tersebut akan memiliki kemampuan berfikir yang lebih kompleks dan memiliki kemampuan intelektual yang lebih besar.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah faktor internal dan faktor eksternal, dan ada juga faktor lain yang mempengaruhinya seperti seperti faktor orientasi religious, faktor pola asuh orang tua dan faktor kognitif.

D. HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA REMAJA

Masa remaja dikarakteristikkan dalam dua hal yang berbeda. Pertama, masa remaja sebagai suatu periode yang dipenuhi oleh ketertarikan, perkembangan, pengalaman, serta mengarah kedewasa muda yang produktif. Kedua, masa remaja merupakan periode yang penuh konflik dan juga bermasalah dalam keluarga yang memungkinkan terjadinya disfungsi dan pengasingan diri.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

Hurlock (1990) menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa dimana individu mulai mengembangkan hubungan interpersonal dengan lingkungan dan mulai melepas diri dari ketergantungan terhadap keluarga. Remaja lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Namun, komunikasi yang terjadi mengalami perubahan dimana komunikasi yang dahulunya bertatap muka secara langsung kemudian berubah menjadi komunikasi dunia maya atau internet. Yaitu melalui jejaring sosial. Banyak alasan remaja memilih internet sebagai bagian dari aktivitasnya, diantaranya adalah untuk memenuhi rasa ingin tahu agar dikatakan gaul dan tidak ketinggalan zaman.

Salah satu faktor dalam kontrol diri adalah faktor eksternal diantaranya keluarga. Beberapa para ahli psikologi mengemukakan sejumlah teori yang berbeda dalam menjelaskan kontrol diri. Adapun Bandura (dalam Harlock, 1997) mengemukakan kontrol diri sebagai metode “peneladanan” dimana suatu metode untuk menumbuhkan kemampuan kontrol diri pada anak. Peneladanan adalah cara belajar dengan menirukan orang lain, membentuk respon tanpa penguatan langsung (tanpa *reward* dan *punishment*) dimana hal ini sangat sesuai dengan pengajaran kontrol diri.

Cara berfikir individu terhadap stimulus dapat membedakan kemampuan dalam hal mengontrol diri. Individu yang mempunyai kemampuan berfikir positif dapat menghadapi suatu situasi dengan stimulus tertentu akan lebih mampu mengendalikan dirinya. Sehubungan dengan pernyataan tersebut.

Dalam setiap diri individu sebenarnya memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengontrol dan juga mengarahkan prilakunya yang disebut dengan kontrol diri. Dimana pada setiap individu tidaklah sama setiap kontrol dirinya, ada yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada yang memiliki kontrol diri yang rendah. Menurut Suller, (dalam www.rider/Suler/1996) salah satu kebutuhan yang mendorong seseorang menggunakan internet adalah kebutuhan untuk menjalin hubungan dengan orang lain yang merupakan bagian dari kontrol diri sehingga menyebabkan hilangnya kontrol diri seseorang, dimana pemenuhan kebutuhan tersebut akan mendorong seseorang untuk menggunakan internet.

Internet yang selama ini dipuja dan digeluti banyak kalangan sebagai alat untuk mencari informasi dan juga untuk membantu kesuksesan bisnis ternyata dapat menimbulkan bahaya ketergantungan, dimana seorang pecandu internet akan menghabiskan waktu berjam-jam bahkan sampai berhari-hari berada didepan komputer untuk melakukan *online*.

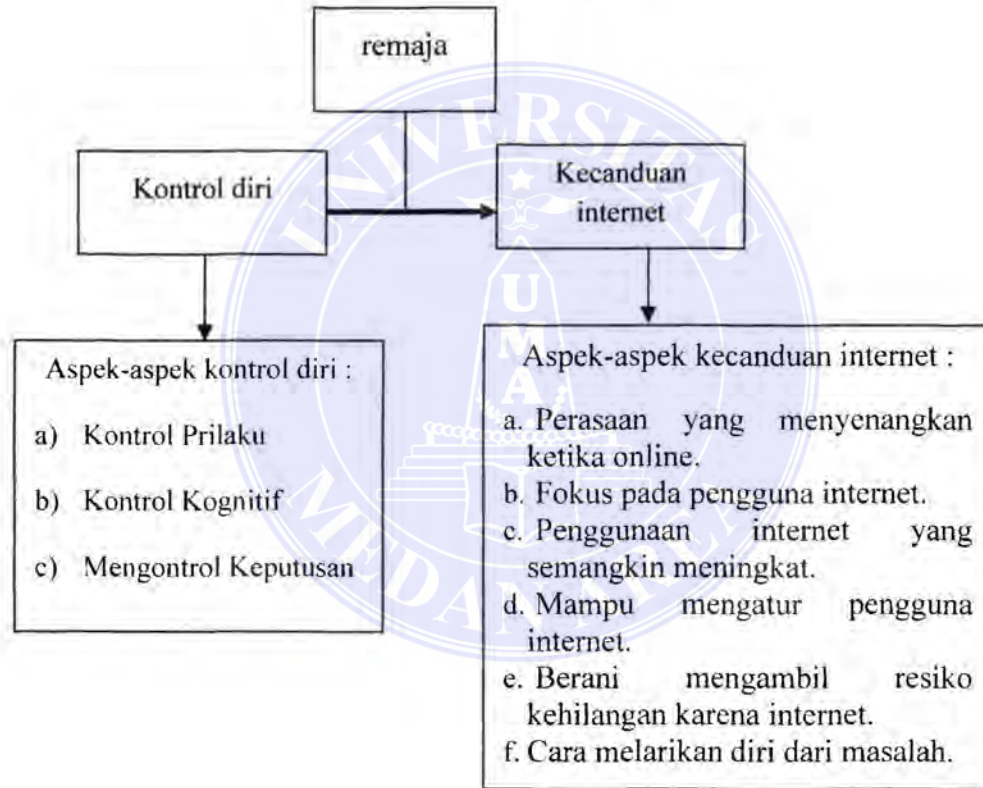
Selain itu, remaja yang mencari informasi secara online biasanya juga melakukan aktivitas lain selain browsing, yaitu seperti *facebookkan*, *twitteran*, *chanting*, bahkan *game online*. Para remaja tersebut pada mulanya hanya bermaksud untuk bermain sebentar sebagai selingan tetapi kenyataannya sering mereka menjadi lupa waktu dan menunda untuk menyelesaikan tugas yang menjadi tujuan utama itu untuk dikerjakan keesokan harinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri seorang individu sangatlah penting sehingga kita dapat membedakan perilaku yang

positif dan negatif dalam penggunaan internet dan mereka yang telah mengalami ketergantungan akan mengalami perubahan perilaku.



E. Kerangka Konseptual



F. HIPOTESIS

Berdasarkan uraian teori di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis yang berbunyi : ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja. Artinya semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah kecanduan internet pada anak remaja. Dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi kecanduan internet pada remaja.



BAB III

METODE PENELITIAN

Dalam bab ini akan dibahas mengenai: (A) Identifikasi Variabel Penelitian, (B) Definisi Operasional Variabel Penelitian, (C) Subjek Penelitian, (D) Teknik Pengumpulan Data, (E) Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur (F) Teknik Analisis Data.

A. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Setelah menelaah dan didasari teori yang telah ada yang dipaparkan pada bab sebelumnya dan dipertegas oleh hipotesis maka yang akan menjadi Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

- a. Variabel bebas : kontrol diri
- b. Variabel tergantung : kecanduan internet

B. DEFINISI OPERASIONAL VARIABEL PENELITIAN

Defenisi operasional adalah suatu defenisi yang diberikan kepada suatu variabel atau konstrak dengan cara memberikan arti, atau menspesifikan kegiatan, ataupun memberikan suatu operasional yang diperlukan untuk mengukur konstrak atau variabel tersebut (dalam nazir, 1999). Untuk menghindari salah pengertian

dan penafsiran yang berbeda di dalam penelitian ini, maka dikemukakan defenisi operasional variable penelitian sebagai berikut.

1. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah kemampuan untuk mendapatkan konsekuensi positif yang juga merupakan kemampuan untuk mengatasi konsekuensi negatif atau perasaan bahwa seseorang dapat membuat keputusan dan juga mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Adapun cara pengukuran dalam skala kontrol diri tersebut dilihat berdasarkan aspek-aspek yaitu : aspek perilaku, aspek kognitif dan aspek pengambilan keputusan.

2. Kecanduan Internet

Kecanduan internet adalah ketergantungan pada pengguna internet baik dalam bentuk yang positif maupun negatif yang menimbulkan perasaan senang dan nyaman bagi individu serta kecenderungan untuk tidak lepas dari perasaan itu. Adapun cara pengukuran kecanduan internet ini menggunakan skala yang di lihat berdasarkan aspek-aspek kecanduan internet, yaitu : penggunaan internet mengalami perasaan tidak menyenangkan ketika *offline*, mengalami perasaan menyenangkan ketika *online*, perhatian hanya tertuju pada internet, penggunaan internet yang semakin meningkat, ketidak mampuan mengatur penggunaan internet, berani mengambil resiko kehilangan karena internet, dan menggunakan internet sebagai cara melarikan diri dari masalah.

C. SUBJEK PENELITIAN

1. Populasi dan Sampel Penelitian

Dalam penelitian, masalah populasi dan sampel yang dipakai merupakan salah satu faktor yang harus diperhatikan. Populasi adalah sejumlah individu yang paling sedikit memiliki sifat yang sama (Hadi,2004). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja SMA Swasta SUMATERA di Tanjung Morawa.

Subjek penelitian yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel. Sampel merupakan sebagian dari populasi atau sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi. Sampel sedikitnya harus memiliki sifat yang sama dengan populasi (Hadi, 2004).

2. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel adalah cara yang digunakan untuk mengambil sampel dari populasi dengan menggunakan prosedur tertentu. Mengingat jumlah populasi yang relatif banyak, maka penelitian ini diupayakan untuk menggunakan sebagian dari jumlah populasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Arikunto (2006) yang menyatakan, apabila jumlah populasi relatif banyak (lebih dari 100 orang), maka dapat diambil 10-15%.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* yaitu sampel dipilih berdasarkan kriteria tertentu sesuai dengan kebutuhan penelitian. Menurut (Hadi, 2004), bahwa syarat utama agar hasil penelitian dapat

digeneralisasikan, maka sampel penelitian harus benar-benar mencerminkan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

keadaan populasinya atau dengan kata lain harus referesentatif (terwakili).

Adapun ciri atau karakteristik sampel penelitian ini adalah sebagai berikut:

- Usia 15-18 tahun.
- Remaja yang sedang duduk di bangku SMA.
- Remaja yang kecanduan internet.
- Menggunakan internet dengan intensitas pemakaian lebih dari lima jam sehari.

D. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala psikologi yang berbentuk skala likert dengan beberapa pilihan. Metode skala digunakan mengingat data yang ingin diukur berupa kontrak atau konsep psikologis yang dapat diungkap secara tidak langsung melalui indikator-indikator perilaku yang diterjemahkan dalam bentuk aitem-aitem pernyataan (Azwar, 2002).

Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan skala yang berisi daftar pertanyaan yang telah disiapkan dan disusun sedemikian rupa sehingga subjek penelitian dapat mengisi dengan mudah (Azwar, 2000).

Menurut Hadi (2004), metode skala psikologis mendasarkan diri pada laporan-laporan pribadi (*self report*). Selain itu skala psikologis memiliki kelebihan dengan asumsi sebagai berikut :

2. Apa yang dikatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pertanyaan-pertanyaan yang diajukan sama dengan apa yang dimaksud peneliti.

Selain itu, skala psikologis digunakan dalam penelitian atas dasar pertimbangan :

1. Teknik skala psikologis merupakan teknik skala yang praktis.
2. Dalam waktu yang relatif singkat dapat dikumpulkan data yang banyak.
3. Teknik skala psikologis merupakan teknik yang dapat menghemat tenaga dan ekonomis.

Penelitian ini menggunakan penskalaan model Likert. Penskalaan ini merupakan model penskalaan pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai sikap (Azwar, 2000). Prosedur penskalaan dengan teknik Likert didasari oleh dua asumsi yaitu :

- a) Setiap pernyataan sikap yang disepakati sebagai pernyataan yang *favorable* (mendukung) atau yang *unfavorable* (tidak mendukung).
- b) Jawaban individu yang mempunyai sikap positif harus diberi bobot yang lebih tinggi daripada jawaban yang diberikan oleh objek yang mempunyai sikap negatif.

Adapun penyusunan skala ini didasarkan pada tabel spesifikasi dari variable-variabel penelitian, yaitu variable X (Kontrol Diri) dan variable Y

UNIVERSITAS MEDAN AREA
(kecanduan internet). Variabel-variabel ini kemudian dijabarkan dalam sejumlah

indikator, yang kemudian dibuat butir-butir pernyataan untuk tiap indikator. Skala pada penelitian ini sendiri merupakan modifikasi skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu “Sangat Setuju”, “Setuju”, “Tidak Setuju”, dan “Sangat Tidak setuju”. Dengan empat pilihan yang ada diharapkan responden dapat memberikan kecenderungan jawaban yang akan dipilih.

Metode skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan skala kecanduan internet.

1. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang diungkapkan berdasarkan konsep Averill dari Sarafino (dalam Rifka, 2010), terdapat tiga aspek Kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), Kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

Skala yang digunakan dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk pernyataan dalam bentuk pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable* dalam format Likert, dengan empat alternatif jawaban untuk setiap empat butir pertanyaan. Untuk butir *favorable* diberi nilai terbalik yang bergerak dari 4-1, jawabannya adalah ; “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 4, “S (Setuju)” diberi nilai 3, TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 2, “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 1. Sementara untuk butir *unfavorable* pemberian nilai bergerak dari 1-4, jawaban adalah; “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 1, “S(Setuju)” diberi nilai 2, “TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 3, “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 4.

2. Skala Kecanduan Internet

Skala kecanduan internet dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kecanduan internet yang diungkapkan oleh Young (dalam Arisandy, 2009), yaitu perasaan menyenangkan ketika *online*, fokus pada pengguna internet, penggunaan internet yang semakin meningkat, mampu mengatur penggunaan internet, berani mengambil resiko kehilangan karena internet, cara melarikan diri dari masalah.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk pernyataan yang bersifat *favorable* dan *unfavorable* dalam format Likert, dengan empat alternatif jawaban untuk setiap empat butir pernyataan. Untuk butir *favorable* diberi nilai terbalik yang bergerak dari 4-1, jawabanya adalah ; “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 4, “S (Setuju)” diberi nilai 3, “TS (Tidak Setuju)” diberi nilai 2, “ dan “STS (Sangat Tidak Setuju)” diberi nilai 1. Sementara untuk butir *unfavorable* pemberian nilai bergerak dari 1-4, jawaban 1-4, jawaban adalah; “SS (Sangat Setuju)” diberi nilai 1, “S (Setuju)” diberi nilai 2, “TS (Tidak setuju)” diberi nilai 3, dan “STS (Sangat Tidak setuju)” diberi nilai 4.

E. VALIDITAS DAN REALIABILITAS ALAT UKUR

Salah satu masalah utama dalam kegiatan penelitian sosial khususnya Psikologi adalah cara memperoleh data yang akurat dan objektif. Hal ini menjadi sangat penting, artinya kesimpulan penelitian hanya akan dapat dipercaya apabila didasarkan pada info yang juga dapat dipercaya (Azwar, 2000). Dengan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

memperhatikan kondisi ini, tampak bahwa alat pengumpulan data memiliki

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

peranan penting. Baik atau tidaknya suatu alat pengumpulan data dalam mengungkap kondisi yang ingin diukur tergantung pada validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan.

1. Validitas

Berdasarkan pernyataan Azwar (2000), untuk mengetahui apakah skala psikologi mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya, diperlukan suatu pengujian validitas. Suatu alat tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan memiliki validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut.

Validitas alat ukur yang dipakai dalam penelitian ini adalah validitas isi (*content validity*) yaitu validitas yang menunjukkan sejauh mana aitem dalam skala mencakup keseluruhan isi yang hendak diungkap oleh tes tersebut. Hal ini berarti isi alat ukur harus memuat isi yang relevan serta tidak keluar dari batasan alat ukur (Azwar, 2000).

Selain itu, validitas berfungsi untuk mengungkap data dengan tepat, gambaran yang cermat mengenai data. Oleh karena itu, validitas sangat erat kaitannya dengan masalah tujuan pengukuran. Pernyataan-pernyataan pada skala kontrol diri dan skala *locus of control eksternal* diuji validitasnya dengan menggunakan teknik *Analisa Pearson product Moment*, yaitu mencari koefisien antara tiap butir dengan skor total (Hadi, 2004).dimana rumusnya adalah:

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{n}}{\sqrt{\left\{\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{n}\right\}\left\{\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{n}\right\}}}$$

r_{xy} = koefisien korelasi antar butir dengan skor total

$\sum xy$ = jumlah hasil kali antar tiap butir dengan skor total

$\sum x$ = jumlah skor seluruh subjek untuk tiap butir

$\sum y$ = jumlah skor keseluruhan butir pada subjek

n = jumlah subjek

2. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keterasalan, kejegan,kestabilan, konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relative sama selama dalam diri subjek yang diukur memang belum dirubah (Azwar, 2000). Skala yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Analisis Reliabilitas kedua alat ukur dipakai adalah Cronbach`s Alpha.

F. TEKNIK ANALISIS DATA

Teknik yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan teknik analisa regresi linier sederhana yang didasarkan pada hubungan fungsional ataupun kausal satu variabel independen dengan satu variabel dependen (Sugiono, 2009). Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas maka dapat menguji daya beda item dengan teknik analisa *Product Moment* dimana rumusnya adalah :

$$r_{xy} = \frac{\sum xy - \frac{(\sum x)(\sum y)}{N}}{\sqrt{\left[\sum x^2 - \frac{(\sum x)^2}{N} \right] \left[\sum y^2 - \frac{(\sum y)^2}{N} \right]}}$$

keterangan :

r_{xy} = koefisien korelasi antara variable x (skor subjek tiap item) dengan variable y (total skor subjek dari keseluruhan item)

$\sum xy$ = jumlah dari hasil perkalian dari x dan y

$\sum x$ = jumlah skor seluruh subjek tiap item

$\sum y$ = jumlah keseluruhan item pada subjek

$\sum x^2$ = jumlah kuadrat skor x

$\sum y^2$ = jumlah kuadrat skor y

N = jumlah subjek

Sebelum data dianalisis dengan teknik korelasi *Product Moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi penelitian, yaitu :

1. Uji Normalitas Sebaran

Uji Normalitas Sebaran dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel yakni kontrol diri dan kecanduan internet telah terdistribusi secara normal.

2. Uji Linearitas Hubungan

Uji Linearitas Hubungan dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel kontrol diri telah berkorelasi secara linear terhadap kecanduan internet.



KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan diuraikan kesimpulan dan saran-saran sehubungan dengan hasil yang diperoleh dari penelitian ini. Pada bagian pertama akan dijabarkan simpulan dari penelitian ini dan pada bagian akhir akan dikemukakan saran-saran yang mungkin dapat berguna bagi penelitian yang akan datang dengan topik yang sama.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat dibuat beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di sekolah SUMATERA di Tanjung Morawa. Dengan nilai $r = 0,035$ dengan $\rho < 0,050$. Hal ini mengandung pengertian, semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah kecanduan internet pada remaja. Berdasarkan hasil ini, maka hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini dinyatakan ditolak.
2. Kontrol diri dan kecanduan internet berkorelasi negatif. Hal ini berarti peningkatan dalam kontrol diri akan diikuti dengan menurunnya kecanduan internet, dan sebaliknya penurunan kontrol diri akan diikuti dengan menurunnya kecanduan internet yang dialami.
3. Sumbangan efektif kontrol diri terhadap kecanduan internet pada remaja dalam penelitian ini sebesar 3,5% dan 96,5% terdapat factor lain dalam penyebab kecanduan

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

Dari hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti mengemukakan beberapa saran.

Saran-saran tersebut diantaranya sebagai berikut :

1. Saran untuk orang tua

Berdasarkan hasil penelitian diatas yang menyatakan kontrol diri memiliki pengaruh negative terhadap kecanduan internet pada remaja.keluarga terutama orang tua sebagai pemegang peranan dalam perkembangan remaja.diharapkan senantiasa memberikan masukkan dan menuntun pergaulan anak dengan cara mengetahui teman bergaul anak dan hal-hal apa saja yang dilakukan anak dan dengan menjaga komunikasi kedua belah pihak, orang tua juga diharapkan dapat mengontrol pemakaian internet anak dengan baik saat berada dirumah ataupun saat anak berada diluar rumah dan menjaga agar anak terhindar dari kecanduan internet dan penggunaan internet secara negatif dan tidak pada tempatnya.

2. Saran untuk remaja

Bagi remaja diharapkan agar lebih dapat mengontrol segala aktifitas yang dilakukan dan mempertimbangkan segala konsekuensi agar tidak menyebabkan konflik dengan lingkungan sekitar.

3. Saran untuk pihak sekolah

Guru-guru agar dapat melakukan pengawasan terhadap aktifitas remaja dilingkungan sekolah, khususnya pada waktu proses belajar-mengajar terjadi.

- Arikunto, S.(2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- Arisandy, desy. (2009). *Jurnal Ilmiah: Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan game online pada mahasiswa universitas bina Dharma*. Palembang: Universitas Bhina Dharma.
- Azwar, Saifuddin. (2000). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2002). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chopra, D. (2005). *Flight Addiction*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer Kelompok Gramedia.
- Dyah, Rahayuning.(2009). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Siswa Sekolah Menengah Atas. [on-line 91]. Diakses pada tanggal 28 Desember 2012 dari <http://etd.eprints.ums.ac.id/5980/1/F100040103.pdf>.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Hadi, Sutrisno. (2004). *Metodologi Research*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Hurlock, E.B. (1990). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Itryah. 2004. *Jurnal psikologi vol 1 no 1*. Perbedaan intensitas penggunaan internet ditinjau dari tipe kepribadian dan jenis kelamin. Palembang: Fakultas Psikologi Universitas Bina Dharma.
- Kartono, Kartini. (1990). *Psikologi Anak*. Bandung : Mandar Maju
- kompas, (2013,01,06). kecanduan internet. Diakses pada tanggal 06 Januari 2013 dari <http://kesehatan.kompas.com>
- lazarus, R.S. (1976). *Paterns of adjustment*. Tokyo: McGraw Hill Kogakusha, ltd
- Mardana, Tika. (2012). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Berdisiplin Berlalu Lintas pada Pengendara Kendaraan Bermotor Mahasiswa Fakultas Psikologi UMA Medan. Medan : Fakultas Psikologi Medan Area.
- Monks, F.J., Knors, A.M.P., Haditono, S.R. (2002). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Mark, D, F., Murray, M., Evans, B. & Willig, C. (2004). *Health Psychology : Theory, Research and Practice*. London : Sage Publication Ltd.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

Nazir, M. (1999). *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 24/7/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.uma.ac.id)24/7/23

Mulana, S. (2007). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Beragama di Madrasah Labuhan Bilik. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan: Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Santrock, J.W. (2007). Perkembangan Anak Jilid II Edisi ke Sebelas. Jakarta: Erlangga

Sari, Rifka. (2010). Hubungan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Anak Remaja Pengguna Facebook. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.

Sugiyono. (2009). *Statistika untuk Penelitian*. Yogyakarta: Ar-Ruzz.

Suler, (1996). Psychology of cyberspace romances. Diakses pada tanggal 06 januari 2013 dari <http://www.rider.edu/Suler/psycyber.1996>

<http://www.netaddiction.com/whatis.htm>. [online : 15 Januari 2013].

