

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KETERGANTUNGAN INTERNET DI PUSTAKA
DIGITAL PERPUSTAKAAN DAERAH MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Sebagian dari Syarat-Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



OLEH :

JULI YANTI HARAHAAP

05 860 0083

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2010**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 30/5/24

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)30/5/24

ABSTRAK**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KETERGANTUNGAN INTERNET DI PUSTAKA DIGITAL
PERPUSTAKAAN DAERAH MEDAN****JULI YANTI HARAHAP****05.860.0083**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet pada remaja. Sejalan dengan landasan teori yang ada, maka dapat diajukan hipotesisnya : ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan.

Dalam membuktikan hipotesis diatas, maka digunakan metode analisis data *Product Moment*. Berdasarkan analisis data yang diperoleh ada tiga hasil yang ditemukan yakni ; (1) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet, hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi $r_{xy} = -0,123$. (2) pengaruh dari kontrol diri terhadap ketergantungan internet berdasarkan analisis data dalam penelitian ini adalah sebesar 15,1% dan selebihnya dipengaruhi oleh faktor lain. (3) bahwa kontrol diri para remaja tergolong tinggi, sebab nilai rata-rata empirik yang diperoleh sebesar 88,80 dan nilai hipotetik sebesar 72,5 sedangkan ketergantungan internet tergolong sangat tinggi, sebab nilai empirik sebesar 107,90 dan nilai hipotetik sebesar 72,5.

Secara umum dari hasil penelitian yang didapat telah menggambarkan bahwa para remaja tersebut memiliki kontrol diri yang tinggi dan ketergantungan internet yang sangat tinggi.

Kata kunci : kontrol diri dan ketergantungan internet.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PERSEMBAHAN

ABSTRAK i

UCAPAN TERIMA KASIH ii

DAFTAR ISI vi

DAFTAR TABEL x

DAFTAR LAMPIRAN xi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Tujuan Penelitian 7

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis 7

2. Manfaat Praktis 8

BAB II LANDASAN TEORITIS

A. Ketergantungan

1. Pengertian ketergantungan 9

2. Jenis – jenis ketergantungan 10

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi ketergantungan 12

B. Internet	
1. Pengertian internet	14
2. Manfaat penggunaan internet	16
3. Kerugian penggunaan internet	16
C. Ketergantungan Internet	
1. Pengertian ketergantungan internet	17
2. Karakteristik ketergantungan internet	17
D. Kontrol diri	
1. Pengertian kontrol diri	18
2. Aspek - aspek dalam kontrol diri	22
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri	24
E. Remaja	
1. Pengertian remaja	26
2. Karakteristik remaja	27
3. Ciri-ciri masa remaja	28
4. Tugas perkembangan remaja	30
F. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet ..	31
G. Hipotesis	34
H. Paradigma Penelitian	35
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	36
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan sampel	37

1. <i>Pomulasi</i>	37
2. <i>Sampel</i>	37
3. <i>Teknik pengambilan sampel</i>	38
D. <i>Metode Pengumpulan Data</i>	38
E. <i>Validitas dan Reliabilitas</i>	40
1. <i>Validitas alat ukur</i>	40
2. <i>Reliabilitas alat ukur</i>	42
F. <i>Metode Analisis Data</i>	43
BAB IV PELAKSANAAN, ANALISIS DATA, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. <i>Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian</i>	45
1. <i>Orientasi kacah</i>	45
2. <i>Persiapan penelitian</i>	47
a. <i>Persiapan administrasi</i>	47
b. <i>Persiapan alat ukur penelitian</i>	48
3. <i>Uji coba alat ukur penelitian</i>	50
B. <i>Pelaksanaan Penelitian</i>	52
C. <i>Analisis Data dan Hasil Penelitian</i>	53
1. <i>Uji asumsi</i>	54
2. <i>Hasil perhitungan analisis data</i>	56
3. <i>Hasil perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik</i>	57
D. <i>Pembahasan</i>	60

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 63

B. Saran 64

DAFTAR PUSTAKA 66

LAMPIRAN 68



DAFTAR TABEL

TABEL	Halaman
1. Distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala kontrol diri sebelum uji coba	48
2. Distribusi penyebaran butir-butir pernyataan skala ketergantungan internet sebelum uji coba	49
3. Distribusi penyebaran item pernyataan skala kontrol diri setelah uji coba	51
4. Distribusi penyebaran item skala ketergantungan internet setelah uji coba	52
5. Rangkuman hasil perhitungan uji normalitas	55
6. Rangkuman hasil perhitungan uji linieritas.....	56
7. Rangkuman hasil analisis korelasi <i>Product Moment</i>	56
8. Statistik induk	57
9. Grafik kurve kontrol diri subjek.....	58
10. Grafik kurve ketergantungan internet subjek	59
11. Hasil perhitungan nilai rata-rata hipotetik dan nilai rata-rata empirik	59

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	Halaman
A. Data Butir	
A.1. Data Butir Uji Coba Skala Kontrol Diri	69
A.2. Data Butir Uji Coba Skala Ketergantungan Internet	73
B. Hasil Data dan Analisis Data	
B.1. Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri	77
B.2. Validitas dan Reliabilitas Skala Ketergantungan Internet	80
C. Uji Asumsi	
C.1. Uji Normalitas	84
C.2. Uji Linieritas	86
D. Hasil Analisis Data Penelitian	88
E. Skala Alat Ukur	
E.1. Skala Kontrol Diri	90
E.2. Skala Ketergantungan Internet	94
F. Surat Keterangan Bukti Penelitian	97

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Internet merupakan sesuatu yang pada saat ini sangat digemari oleh banyak kalangan terutama remaja, dimana remaja yang sering bermain internet biasanya tidak dapat mengontrol perilaku yang menyebabkan ketergantungan internet. Hal ini terlihat dari beberapa remaja yang mengalami ketergantungan 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. Selanjutnya dikatakan bahwa penggunaan internet yang sudah ketergantungan akan berakibat buruk, baik yang bersifat fisiologis, psikologis maupun spiritual, dimana hal ini kemungkinan akan berlangsung dalam waktu yang lama. Menurut Kandel (dalam Agoes, 2004) dampak buruk yang terjadi pada remaja yang mengakibatkan ketergantungan 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 di rumah atau di sekolah.

Menurut Hardiman (dalam Nila, 2004) ketergantungan mengandung makna adanya keinginan untuk mendapatkan atau menghilangkan keluhan fisik (tubuh) dan psikis (jiwa/batin). Selanjutnya menurut Colasanti (dalam Nila, 2004) bahwa ketergantungan adalah suatu keadaan dimana seseorang terpaksa mempergunakan internet hanya untuk bermain saja menghilangkan kejenuhan.

Ketergantungan terjadi ketika para remaja menggunakan internet dengan waktu yang cukup lama dan juga karena adanya rasa keinginan dari dalam diri untuk menggunakan internet tersebut tanpa adanya suatu paksaan dari orang lain. Adapun keinginan para remaja untuk menggunakan internet pada dasarnya hanya ingin mengetahui tentang apa saja yang ada dalam situs internet tersebut, tetapi apabila seseorang remaja tersebut sudah semakin sering bermain dengan internet hampir setiap harinya bahkan sampai berjam-jam maka ia akan dikatakan sebagai seorang yang telah ketergantungan internet karena ia tidak dapat mengontrol diri dan tidak dapat mengurangi aktivitas penggunaan internet tersebut.

Diketahui bahwa ketergantungan dalam penggunaan internet seperti seringnya bermain dengan situs-situs yang ada dalam internet dipengaruhi karena adanya kehadiran internet tersebut. Dimana dalam penggunaan internet kebanyakan menggunakan internet dalam bentuk yang positif seperti hanya untuk mencari informasi yang diinginkan tetapi ada juga sebagian orang mencari hal-hal yang negatif seperti judi *online* dan lain-lain. Internet juga telah mengubah paradigma tentang bagaimana para pengguna mendapatkan berbagai macam pengetahuan, sebelum internet itu berkembang, pengetahuan pada umumnya didapatkan melalui koran, majalah, radio, buku dan juga dari bangku sekolah. Dengan hadirnya media internet ini maka keterbatasan media lainnya diharapkan akan mampu diatasi oleh internet, karena dengan menggunakan internet maka kita dapat mengakses segala jenis informasi apa saja yang kita inginkan, baik dari dalam negeri maupun luar negeri.



Secara historis internet telah hadir lebih dari 25 tahun dan 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 (Department of Defence Advance Research Project Agency)* yang tujuannya yaitu mencoba menggali teknologi jaringan yang dapat menggunakan para penelitian dengan berbagai sumber daya jauh seperti sistem komputer (Itryah, 2004).

Dengan kelebihan yang dimilikinya maka internet memungkinkan jutaan orang didunia untuk saling berkomunikasi antara satu sama lainnya untuk saling mendapatkan informasi. Dimana seseorang dapat berkomunikasi dengan orang lain dengan cara mengirimkan *e-mail* 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, *faksimili*, kantor pos, surat kabar dan lain sebagainya. Komunikasi merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, karena dengan adanya jaringan internet pada saat ini maka komunikasi akan menjadi lebih baik, menarik dan efektif.

Penggunaan 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 lain yang mendukung dalam penggunaan internet tersebut. Tetapi dengan perkembangan internet sebagai teknologi informasi yang tercanggih pada saat ini maka muncul situasi yang menuntun perhatian yang serius diberbagai 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).

Sebagai contoh dalam penggunaan internet mulai Desember 2000 sampai Desember 2001, riset telah mengemukakan bahwa adanya jumlah perempuan di Amerika yang telah menjelajahi internet meningkat hingga 9%, yakni dari 50,4 juta orang pada tahun 2000 menjadi 55 juta orang pada tahun 2001. Adapun seperti kasus yang dimuat di *Big News York*, dimana panti rehabilitasi menerima orang-orang yang ketergantungan internet, permainan *game* tanpa waktu, kecanduan jaringan sosial, hingga penggunaan layanan belanja dan judi *online* yang tidak terkendali lagi. Dimana internet bisa menjadi masalah yang tumbuh dengan cepat dan menghantui seluruh masyarakat dunia, dimana ada teknologi maka disitulah masalah ketergantungan akan muncul (Waspada : Medan, 25 Oktober 2009).

Ketergantungan 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 ketergantungan apabila pemakaian tersebut dihentikan. Oleh karena itu maka dampak buruk yang timbul akibat penggunaan internet ini meliputi gangguan fisik, psikologis, ekonomis maupun sosial (dalam Agoes, 2004)

Ada beberapa faktor resiko yang menyebabkan ketergantungan internet dikalangan remaja semakin meningkat yakni seperti ; adanya faktor genetik, lingkungan keluarga dan pergaulan dari individu tersebut sehari-harinya, seperti ajakan dari teman sebaya, serta pola asuh dalam keluarga juga sangat besar pengaruhnya terhadap ketergantungan internet pada remaja karena apabila remaja diberikan pengawasan setiap harinya oleh keluarga terhadap waktu, maka para remaja tersebut dapat mengatasi penggunaan internet, dan biasanya mereka juga tidak pernah peduli dengan segala apapun baik dengan waktu, makan bahkan tugas-tugas sekolah, karena bagi mereka bermain dengan menggunakan internet adalah sesuatu hal yang sangat menyenangkan dari pada melakukan segala hal yang dianggapnya tidak terlalu penting. Maka kebanyakan dari para remaja ini biasanya akan sulit untuk bersosialisasi bahkan berkomunikasi dengan orang lain seperti keluarga dan teman-temannya karena mereka merasa internet adalah teman yang terbaik baginya dan pikiran mereka pun selalu tertuju pada internet tersebut.

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 diri 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 sesuatu hal yang sangat menyenangkan dari pada melakukan segala hal yang dianggapnya tidak terlalu penting. Maka kebanyakan dari mereka ini biasanya akan sulit untuk bersosialisasi bahkan berkomunikasi dengan orang lain seperti keluarga dan teman-temannya karena mereka merasa 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.

Oleh karena itu maka 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 ketergantungan terhadap internet.

Berdasarkan dari hasil pengamatan peneliti maka dapat dilihat bahwa para remaja yang berada di pustaka digital sering menggunakan internet hampir setiap harinya dalam waktu yang cukup lama, bahkan mereka sampai berjam-jam

menghabiskan waktunya di depan komputer untuk menggunakan internet atau melakukan *chatting*, mereka akan dikatakan sebagai seorang yang telah ketergantungan internet karena tidak mengenal waktu dalam pemakaian internet tersebut. Hal ini juga dilakukan sejalan dengan adanya beberapa hal pokok penting dalam permasalahan yang ada yakni tentang rendahnya kontrol diri para remaja dalam penggunaan internet dan disebabkan juga karena adanya keinginan mereka untuk bermain di internet seperti kebiasaan, ajakan dari teman sebaya, frustrasi dan juga disebabkan karena ketergantungan psikologis dan fisiologis. Maka hal inilah yang menjadi dasar peneliti sendiri untuk mengadakan sebuah penelitian yang berjudul Hubungan antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan.

B. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian adalah untuk melihat hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan atau masukan tentang psikologi khususnya dalam bidang psikologi remaja dan perkembangan terutama dalam masalah ketergantungan internet dan pengontrolan diri. Selain itu juga diharapkan dapat menjadi bahan rujukan penelitian selanjutnya pada masa

yang akan datang dan bagi para pembaca agar menjadikan masukan yang berguna dan menambahkan beberapa variabel lain yang berbeda.

2. Manfaat Praktis

Dari hasil penelitian ini dapat diharapkan menjadi bahan pertimbangan bagi para orang tua, para remaja dan elemen pendidikan lainnya dalam upaya membina perilaku para remaja saat ini, khususnya dalam hal mengontrol diri dengan ketergantungan internet.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Ketergantungan

1. Pengertian Ketergantungan

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

Menurut Hawari (dalam Nila, 2004) ketergantungan adalah sekelompok gejala dalam pemikiran, pertimbangan, merancang (kognitif), perilaku (*behavior*) dan fisiologis yang terjadi karena individu secara terus menerus merasa menggunakan sesuatu yang dapat menimbulkan suatu problem pada dirinya. Hollister (dalam Nila, 2004) juga mengatakan bahwa ketergantungan adalah salah satu sifat dari dorongan *addiction* (ketagihan) dimana hal ini berarti apabila sudah ketagihan maka akan menimbulkan ketergantungan dan kemungkinan sangat sulit untuk menghindarinya.

Menurut Husin (dalam Nila, 2004) menyatakan bahwa yang dimaksud ketergantungan adalah ketergantungan perilaku dan ketergantungan fisik. Kurniawan, (1999) menyatakan ketergantungan adalah suatu keadaan kebutuhan fisik dan psikologis terjadi sebagai akibat pemakaian sesuatu hal secara terus menerus. Sementara Hardiman (dalam Nila, 2004) mengatakan ketergantungan

mengandung makna adanya keinginan untuk mendapatkan keinginannya untuk menghilangkan keluhan fisik (tubuh) dan psikis (jiwa/batin). Adapun Colasanti (1992), juga mengatakan bahwa ketergantungan adalah suatu keadaan dimana seseorang terpaksa mempergunakan suatu zat atau obat.

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

2. Jenis-jenis ketergantungan

Secara prinsip menurut Santrock (dalam Agoes, 2003) menyebutkan ada dua jenis ketergantungan yaitu :

a. Ketergantungan Psikologis (*psychological dependent*)

Yaitu kondisi ketergantungan yang ditandai dengan stimulus kognitif dan afektif yang mendorong konatif (perilaku) seseorang untuk selalu melakukan hal yang diinginkan. Dimana stimulasi kognitif tampak pada individu yang selalu membayangkan, memikirkan, dan merencanakan untuk dapat menikmati apa yang ia inginkan, sementara stimulasi afektif adalah rangsangan emosi yang mengarahkan individu untuk merasakan kepuasan yang pernah dialami sebelumnya, sementara itu kondisi konatif merupakan hasil kombinasi dari stimulasi kognitif dan stimulasi afektif yang berupa perilaku nyata (*real behavior*) dalam bentuk penggunaan yang sesungguhnya. Dengan demikian ketergantungan psikologis ditandai dengan ketergantungan pada aspek pemikiran, emosi dan perasaan.

b. Ketergantungan Fisiologis (*psylogical dependent*)

Yaitu kondisi ketergantungan yang ditandai dengan kecenderungan rasa lapar atau haus untuk melakukan sesuatu yang ia inginkan. Sensasi rasa lapar atau haus ini mendorong individu untuk segera melakukan apa yang diinginkan, karena mau tidak mau ia harus segera memenuhinya. Maka dengan demikian orang yang mengalami ketergantungan ini akan sulit untuk dihentikan atau dilarang, dimana semakin keras untuk dilarang maka semakin keras pula ia berupaya untuk memperoleh apa yang ia inginkan dan dengan cara apapun juga.

Selain ketergantungan secara psikologis dan ketergantungan secara fisiologis, ada juga jenis ketergantungan menurut Gordon dan Gordon (dalam Agoes, 2004) dimana ia mengatakan bahwa ketergantungan secara singkat disebut juga dengan pecandu dan ia membedakan lima jenis ketergantungan yaitu :

- a. Ketergantungan *derelict*, yaitu mereka yang berasal dari orang pinggiran seperti orang jalanan atau pecandu jalanan, peminta atau pengamen.
- b. Ketergantungan *kronis*, yaitu mereka yang setiap kali menggunakan sesuatu untuk mengalami ketenangan.
- c. Ketergantungan *periodic*, yaitu mereka ini adalah bukan seorang ketergantungan yang murni karena mereka bisa saja berhenti untuk melakukannya.
- d. Ketergantungan situasional, yaitu mereka yang tergolong menggunakannya pada situasi tertentu saja misalnya saat mereka stres, sedih dan kecewa.

- e. Ketergantungan sosial, yaitu penggunaannya hanya untuk kehidupan sosial artinya bersama orang lain, mereka ini sangat sulit diidentifikasi (dikenali) dan seringkali mereka terdiri atas pengusaha, orang-orang sukses, orang-orang penting atau para selebritis.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis dari ketergantungan itu terbagi dua macam yaitu : ketergantungan secara psikologis dan ketergantungan secara fisiologis dan ada juga jenis ketergantungan lainnya seperti ketergantungan *derelict*, ketergantungan *kronis*, ketergantungan *periodic*, ketergantungan situasional dan ketergantungan sosial.

3. Faktor yang mempengaruhi ketergantungan

Menurut Sitanggang (dalam Nila, 2004) faktor-faktor yang mempengaruhi ketergantungan antara lain adalah :

a. Penyakit

Seseorang yang dapat ketergantungan bila mempunyai penyakit atau gangguan badan yang kronis sehingga ia membutuhkan obat atau sesuatu yang sifatnya sementara agar dapat menghilangkan rasa sakit yang sedang dideritanya.

b. Kebiasaan

Selain karena hanya ingin mencoba-coba banyak pula para individu yang mempergunakan internet karena kebiasaannya (*habitual*). Kebiasaan yang tidak baik ini dapat menimbulkan *dependensi* baik secara psikologis maupun fisik.

c. Frustrasi

Orang yang tidak sanggup memecahkan masalah yang dihadapinya sering diliputi oleh kegelisahan dan dengan menggunakan internet maka timbullah rasa bebas dari segala tanggung jawab atau rasa tidak peduli yang hanya untuk sementara waktu saja.

d. Peningkatkan kesanggupan prestasi fisik dan psikis

Untuk dapat memfosir tenaga kerja pada pekerjaan tertentu seperti pada sopir truk agar dapat menempuh jarak jauh siang dan malam tanpa istirahat, maka supir tersebut akan menggunakan stimulant, dimana penggunaan stimulan ini dapat menjurus kepada *dependent* (ketergantungan).

Sementara Blain (dalam Nila, 2004) berpendapat bahwa faktor-faktor yang menyebabkan ketergantungan yaitu :

- a. Untuk membuktikan keberanian dalam melakukan tindakan yang berbahaya seperti “ngebut” dijalanan, berkelahi dan lainnya.
- b. Untuk melawan atau menentang suatu otoritas (orang tua, guru dan hukuman).
- c. Untuk penyaluran dan perbuatan seks.
- d. Untuk melampiaskan diri dari kesepian dan memperoleh pengalaman emosional.
- e. Untuk berusaha agar menemukan arti dari pada hidup atau ingin mengenal dirinya sendiri.
- f. Untuk mengisi kekosongan atau perasaan bosan.

- g. Untuk menghilangkan rasa frustrasi dan kegelisahan karena masalah yang sedang dihadapinya.
- h. Karena didorong rasa ingin tahu dan sekedar iseng saja.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa adapun faktor-faktor yang menjadi penyebab ketergantungan itu adalah meliputi ; penyakit, kebiasaan, frustrasi serta adanya peningkatan kesanggupan prestasi fisik dan psikis.

B. Internet

1. Pengertian Internet

Internet adalah jaringan komunikasi global yang terbuka dan menghubungkan ribuan jaringan komputer melalui sambungan telepon umum maupun pribadi, namun secara individual jaringan komponen dikelola oleh agen pemerintah, universitas maupun sukarelawan. Dimana internet muncul dari jaringan jarak jauh yang dikembangkan oleh *ARPANET* diakhir tahun 60-an.

Menurut Shidarta, (1996) internet adalah merupakan suatu faktor yang paling dibutuhkan oleh setiap orang, yaitu sebagai salah satu informasi yang akhir-akhir ini paling sering digunakan untuk menyimpan dan menyebarkan informasi. Internet bukanlah sebuah hal dan kata yang asing lagi diseluruh dunia, termasuk di Indonesia internet merupakan sebuah sumber daya informasi yang menjangkau seluruh dunia. Sumber daya informasi ini sangat luas dan sangat besar sehingga tidak ada satu orang atau organisasi juga tidak satu negara pun yang dapat menanganinya sendiri.

Internet bagikan sebuah *super-high way* yang menghubungkan para pengakses internet dengan rumah-rumah, tempat hiburan, perusahaan, kantor pemerintahan dan juga sekolah. Internet juga merupakan suatu *cyberspace* dimana orang-orang dari berbagai latar belakang kehidupan dan berbudaya yang berbeda bertemu untuk kemudian bekerja, bermain, berdebat bahkan “bercinta”. (Reddick dan King, 1996)

Selanjutnya jaringan ini diperbaharui dan dikembangkan, sekarang penerusnya menjadi tulang punggung global untuk sumber daya informasi yang diberi nama internet. Di negara maju internet merupakan bagian dari kebudayaan, bahkan di Indonesia sendiri pengguna internet sudah sangat membudaya dikalangan pengusaha, para pekerja dan pelajar. Sama seperti teknologi lain, internet juga membawa efek yang positif dan negatif, tergantung kita sendiri yang memanfaatkannya. Jika kita mencari informasi yang positif maka kita akan mendapatkan informasi yang positif dan apabila kita ingin mencari informasi yang negatif maka kita juga akan mencari informasi yang negatif atau hal-hal yang tidak bagus.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa internet adalah suatu informasi yang telah banyak sekali dikenal oleh para masyarakat luas baik daerah perkotaan maupun pedesaan serta dari kalangan pekerja maupun para pelajar, dimana mereka dapat mengakses berbagai macam situs yang ada didalam internet tersebut baik dari dalam negeri maupun luar negeri sekalipun.

2. Manfaat penggunaan internet

Adapun manfaat bagi seseorang untuk menggunakan atau memasuki situs internet menurut Mac Bride, (1997) adalah sebagai berikut :

- a. Dapat mengirimkan berita kepada teman maupun kerabat.
- b. Ikut serta dalam diskusi kelompok belajar melalui komputer.
- c. Mencari kesenangan khusus seperti hobi dan obsesi.
- d. Dapat mencari berbagai macam informasi baik dari dalam negeri maupun luar negeri.
- e. Dapat membuat *download* file, baik teks, grafik dan program lainnya
- f. Mendapatkan teman baru.
- g. Dapat bermain-main dengan berbagai macam fasilitas yang ada dalam situs internet tersebut seperti *game* dan hiburan lainnya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa keuntungan bagi para pengguna internet adalah karena pada umumnya mereka akan dengan mudah mendapatkan informasi apa saja yang diinginkan dan lainnya.

3. Kerugian dalam penggunaan internet

Selain karena adanya manfaat atau keuntungan menggunakan internet, maka ada juga kerugian yang terjadi bagi para pengakses internet yaitu :

- a. Tidak dapat mengontrol dirinya sendiri dalam menggunakan internet.
- b. Sering lupa waktu.
- c. Selalu malas untuk beraktivitas maupun mengerjakan pekerjaan apapun seperti pekerjaan sekolah.
- d. Tidak dapat bersosialisasi dengan orang lain yang ada disekitarnya.

- e. Selalu menghabiskan waktu untuk berhadapan dengan internet.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kerugian dalam penggunaan internet ini akan berdampak buruk bagi para penggunanya karena mereka akan lupa akan waktu dan pada umumnya mereka juga akan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan bermain internet.

C. Ketergantungan Internet

1. Pengertian Ketergantungan Internet

Ketergantungan internet adalah suatu hal yang sifatnya ketagihan pada penggunaan internet baik dalam bentuk yang bersifat positif maupun negatif atau dalam fisik maupun psikologis, dan kemungkinan juga para individu yang sudah ketergantungan internet tersebut akan sangat sulit untuk dihentikan, mengatasi dan menghindarinya.

2. Karakteristik ketergantungan internet

Menurut Young, 1996 (dalam Agoes, 2004) karakteristik orang yang mengalami ketergantungan internet adalah sebagai berikut :

- a. Perhatiannya tertuju pada internet saja (selalu memikirkan untuk *online*).
- b. Tidak dapat mengontrol dan mengurangi menggunakan internet.
- c. Selalu gelisah, tertekan dan cepat marah ketika mengurangi atau menghentikan penggunaan internet.
- d. Meningkatkan penggunaan internet untuk mendapatkan kepuasan.
- e. Menghindari aktivitas hidup yang penting untuk menghabiskan waktu yang lebih banyak dalam internet.

- f. Penurunan sosialisasi yang mengakibatkan kehilangan banyak teman.
- g. Internet sebagai sarana untuk melarikan diri dari masalah atau menghilangkan *dysphoric mood* (perasaan tidak berdaya, rasa bersalah, cemas dan depresi).

Selain itu Kartono, 1992 (dalam Agoes, 2004) juga mengungkapkan karakteristik ketergantungan internet sebagai berikut ;

- a. Mempunyai keinginan yang tak tertahankan untuk menggunakan internet.
- b. Cenderung sering menambah waktu pemakaian internet.
- c. Menjadi ketergantungan secara psikis dan fisik, yang akibatnya individu merasa kesulitan untuk lepas dari kebiasaan tersebut.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa adapun ciri-ciri orang yang mengalami ketergantungan internet adalah tidak dapat mengontrol perilaku menggunakan internet dan mereka merasa puas bahwa internet adalah solusi untuk memecahkan semua masalah yang sedang mereka hadapi.

D. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri 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.

Menurut Hortet (dalam Nurmala, 2007) diri (*self*) merupakan suatu sistem diri dalam proses saling berhubungan. Sistem ini meliputi berbagai komponen, satu diantaranya adalah pengaturan diri (*self regulation*) yang memusatkan perhatian dan pengontrolan diri (*self control*), dimana proses tersebut menjelaskan cara diri (*self*) mengatur dan mengendalikan emosinya.

Calhoun dan Accocella (dalam Nurmala, 2007) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Kontrol diri juga menggambarkan tentang keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu, seperti apa yang diinginkan. Sementara Goldfried dan Merbaum (dalam Huroniyah, 2004) mendefinisikan bahwa kontrol diri adalah sebagai proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif.

Menurut Lazarus (dalam Huroniyah, 2004) mengatakan bahwa kontrol diri menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatakan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang dikehendaki. Hal ini berarti bahwa kontrol diri memahami keseluruhan pengungkapan diri baik yang positif maupun negatif, sehingga individu menyadari apa yang bisa membangkitkan ekspresi positif maupun negative dari dalam dirinya. Sementara Hurlock (1997), mengatakan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya, dimana menurut konsep ilmiah pengendalian emosi

itu berarti mengarahkan energi emosi ke saluran ekspresi yang bermanfaat dan dapat diterima.

Menurut Chaplin (2006) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam arti untuk kemampuan seseorang menekan atau merintangi tingkah laku yang impulsif. Kontrol diri ini menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaannya untuk dijadikan sebagai acuan ketika ia bertindak atau mengambil keputusan.

Synder dan Gangestad (dalam Nurmala, 2007) mengatakan konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relevan untuk melihat hubungan antara pribadi dengan lingkungan masyarakat dalam mengatur kesan yang sesuai dengan isyarat situasional dalam bersikap dan berpendirian yang efektif. Untuk mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan suatu jalinan yang secara utuh dilakukan oleh individu sendiri terhadap lingkungannya, maka individu dengan kontrol diri yang tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu juga cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional dan berusaha untuk memperlancar interaksi sosial.

Block dan Block (dalam Nurmala, 2007) juga menjelaskan ada tiga jenis kualitas kontrol diri yaitu : *over control*, *under control* dan *appropriate control*. “*Over control* “ adalah kontrol yang berlebihan yang menyebabkan seseorang banyak menahan diri dalam beraksi terhadap stimulus. “*Under Control*” adalah kecenderungan untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang

matang, sedangkan “*Appropriate Control*” adalah kontrol individu untuk mengendalikan impulsnya secara tepat.

Kontrol diri penting dikembangkan karena beberapa alasan yaitu :

- a. Individu tidak hidup sendiri tetapi dalam kelompok, dimana individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhannya agar tidak mengganggu dan melanggar kenyamanan dan keselamatan orang lain.
- b. Masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang bisa diterima yang dimiliki individu tersebut.

Selain itu Calhoun dan Acocella (dalam Nurmala, 2007) juga mengemukakan ada dua alasan yang mengharuskan individu untuk mengontrol diri secara *continue*, yakni ;

- a. Individu yang hidup bersama kelompoknya sehingga dalam memuaskan keinginannya maka harus mengontrol perilaku agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain.
- b. Masyarakat mendorong individu secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya sehingga dalam rangka memenuhi tuntutan ada pengontrolan diri agar proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan suatu proses perilaku seorang individu yang sangat berpengaruh penting bagi kehidupannya untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan sesuatunya baik dari yang berbentuk negatif menjadi positif

2. Aspek dalam Kontrol diri

Menurut Averill (dalam Nurmalia, 2007) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu : kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan kontrol dalam pengambilan keputusan (*decision control*) yang dapat kita lihat dibawah ini :

a. Kontrol perilaku (*behavior control*)

Yaitu kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya.

Aspek ini didefinisikan sebagai kesiapan suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan untuk mengontrol perilaku diperinci menjadi dua komponen yaitu : mengatur pelaksanaan dan kemampuan memodifikasi stimulus.

Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dapat diharapkan. Ada beberapa cara yang dapat digunakan yaitu ; mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Yaitu kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai untuk memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi atau mengurangi tekanan.

Aspek ini juga terdiri dari dua komponen yaitu : memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Informasi yang dimiliki mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, seseorang dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan, melakukan penilaian berarti seseorang berusaha untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa.

c. Kontrol pengambilan keputusan (*decisional control*)

Yaitu kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, 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 mengontrol perilaku, kemampuan kognitif, kemampuan dalam mengambil keputusan, kemampuan menafsirkan suatu peristiwa dan kemampuan mengantisipasi peristiwa.

3. Faktor yang mempengaruhi Kontrol diri

Sebagaimana faktor psikologi lainnya, kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhinya adalah faktor internal dan faktor eksternal, yaitu :

a. Faktor eksternal

Termasuk diantaranya adalah lingkungan keluarga, dimana dalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan kepada anaknya sikap disiplin secara inten 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 kemampuan 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 religius, pola asuh orang tua dan faktor kognitif, seperti penjelasan yang ada dibawah ini :

a. Faktor orientasi religius

Menurut Bergin (dalam Huroniyah, 2004) berpendapat bahwa orientasi religius dapat memiliki beberapa konsekuensi positif yang termasuk terhadap variabel kepribadian seperti kecemasan, kontrol diri, depresi, keyakinan

irasional, *affect* dan sifat kepribadian yang lain. Berdasarkan dari penelitian Mc Clain (dalam Nurmala, 2007) menunjukkan bahwa orientasi religius ini berkorelasi positif dengan kontrol diri, selain itu penelitian juga menunjukkan adanya hubungan orientasi religius 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 Hurlock, (1997) 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 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 perilakunya, 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 perilakunya, 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 faktor orientasi religius, faktor pola asuh orang tua dan faktor kognitif.

E. Remaja

1. Pengertian Remaja

Istilah remaja berasal dari bahasa latin yakni *adolesense* yang berarti remaja yang “tumbuh” menjadi dewasa. Istilah *adolesense* yang dipergunakan dewasa ini mempunyai arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosi, sosial dan fisik (Hurlock, 1997)

Masa remaja adalah suatu masa yang memiliki pengertian khusus sebab pada masa ini remaja tidak memiliki kepastian status. Masa remaja juga merupakan masa yang paling indah dan paling berkesan disepanjang hidup. Sarwono (dalam Nurmala, 2007) mendefenisikan remaja sebagai individu yang rentan mengalami perkembangan fisik dan mental. Menurut Hurlock, (1997) secara umum remaja adalah masa menjadi dua bagian yaitu awal masa remaja dan akhir masa remaja. Awal masa remaja adalah berlangsung sekitar usia 13-16

tahun dan akhir masa remaja adalah bermula dari usia 16-17 atau 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum.

Menurut Piaget (dalam Hurlock, 1997) bahwa secara psikologis remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa, dimana usia anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan beda dalam tingkatan yang sama sekurang-kurangnya dalam masalah hak dan kewajiban. Menurut Sorenson (dalam Hurlock, 1997) remaja adalah masa transisi dari perkembangan ego, artinya dari anak-anak yang tergantung lalu ia ingin menjadi seperti orang dewasa, dan seorang remaja adalah seseorang yang meninggalkan suatu tempat tetapi ia belum dapat mencapai ketempat berikutnya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa remaja adalah tahapan perkembangan yang terjadi pada setiap individu dalam kehidupannya sebelum ia menjadi orang dewasa, atau suatu peralihan dari masa anak-anak kemasa dewasa yang berlangsung sekitar usia 13 sampai 18 tahun, serta ditandai dengan adanya perubahan fisik, kognisi, kepribadian serta sosial dari dalam dirinya.

2. Karakteristik remaja

Menurut Hadi, (1990) karakteristik remaja diklasifikasikan menjadi beberapa tahapan yaitu :

a. Tahap Biologis

Dalam tahap ini terdapat dimana seorang anak yang mengalami pubertas ditandai dengan adanya mimpi basah bagi para lelaki dan mendapatkan haid pertama bagi para wanita.

b. Tahap Kognitif

Pada tahap ini biasanya remaja sudah mampu atau dapat memiliki pola pikirnya sendiri yaitu dalam adanya suatu pemecahan masalah yang dihadapinya.

c. Tahap Psikologis

Dimana pada saat ini remaja adalah saat-saat yang memiliki banyak sekali perubahan dan penuh dengan adanya suasana hati atau *mood* yang berbeda-beda dan dapat berubah sewaktu-waktu.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa yang menjadi karakteristik remaja tersebut dibagi menjadi tiga tahap yaitu tahap biologis, tahap kognitif dan tahap psikologis.

3. Ciri-ciri masa remaja

Seperti halnya semua periode yang penting selama rentan kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Menurut Hurlock, (1997) ciri-ciri masa remaja yaitu :

a. Masa remaja sebagai periode yang penting

Ada beberapa periode yang lebih penting dari pada beberapa periode lainnya, karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku, dan ada lagi hal yang paling penting yaitu akibat jangka panjang. Pada periode ini remaja, baik akibat langsung maupun jangka panjang tetap penting karena akibat fisik dan ada lagi karena akibat psikologisnya.

b. Masa remaja sebagai periode peralihan

Dalam setiap periode peralihan, status yang tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan.

c. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Setiap periode mempunyai masalah sendiri-sendiri, namun ada masalah yang sering sulit untuk diatasi baik laki-laki maupun perempuan.

d. Masa remaja sebagai periode perubahan

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik.

e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian penting dengan kelompok masih sangat penting bagi laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan merasa tidak puas dengan teman-temannya.

f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Angapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak, menyebabkan para orang dewasa harus membimbing dan mengawasi kehidupan para remaja tersebut.

g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu, ia melihat dirinya dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.

h. Masa remaja sebagai ambang menuju masa dewasa

Dengan semakin dekatnya usia kematangan yang sah, para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa.

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

4. Tugas perkembangan remaja

Menurut Hurlock, (1997) semua tugas perkembangan pada masa remaja dipusatkan pada pusat penanggulangan sikap dan pola perilaku yang ke kanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa. Menerima peran seks dewasa yang diakui masyarakat tidaklah mempunyai banyak kesulitan bagi anak laki-laki, tetapi berbeda dengan anak perempuan.

Adapun tugas perkembangan menurut Hurlock, (1997) adalah :

- a. Mencapai hubungan baru dan lebih matang
- b. Mencapai peranan jenis kelaminnya, baik sebagai laki-laki atau perempuan
- c. Mencapai kemandirian secara emosional dari ketergantungan pada orang tua dan orang dewasa lainnya
- d. Mencapai keyakinan akan kemandirian secara ekonomi pada masa mendatang
- e. Menyiapkan diri untuk berumah tangga atau perkawinan
- f. Menginginkan dan melakukan tindakan yang secara sosial untuk bertanggung jawab.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan remaja pada dasarnya mempunyai peranan yang sangat penting sekali baik dari sikap dan perilakunya untuk menghadapi dan menjalani kehidupannya nanti serta menghadapi orang dewasa yang harus lebih bertanggung jawab dalam menghadapi sesuatunya.

F. Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Ketergantungan Internet

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 Hurlock, 1997) mengemukakan kontrol diri sebagai metode “peneladanan” dimana suatu metode untuk menumbuhkan kemampuan mengontrol 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 dan akan lebih mampu mengendalikan dirinya. Sehubungan dengan pernyataan tersebut.

Menurut Kadzin (dalam Agoes, 2003) berinteraksi dengan orang lain dengan menggunakan internet adalah dimana seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya yaitu dengan

perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negatif yang disebabkan karena respon yang dilakukannya, maka kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu dalam mengatasi berbagai hal merugikan yang kemungkinan terjadi dari luar.

Dalam setiap diri individu sebenarnya memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengontrol dan juga mengarahkan perilakunya 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 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*.

Menurut Young (dalam Itryah, 2004) ketergantungan internet sebagaimana kecanduan atau ketergantungan obat-obatan, alkohol dan judi juga mengakibatkan kegagalan akademis, menurunkan kinerja, perselisihan dalam perkawinan bahkan perceraian. Young juga membedakan penggunaan internet yang menggunakan

internet secara normal (*non dependent*) dengan pengguna internet yang adiktif (*dependent*), dimana hal ini juga sama diungkapkan oleh Suller (dalam www.rider/suler/1996) yaitu pengguna internet yang sehat dan pengguna internet yang tidak sehat. Dimana juga dikatakan bahwa dalam *chatting* terjadi interaksi antara dua individu atau lebih yang didalamnya terjalin pertukaran pesan antara komunikasi, adanya proses pengaruh mempengaruhi antara sesama (Reddick and King, 1996)

Hawari (dalam Nila, 2004) menambahkan bahwa remaja yang ketergantungan bukan hanya mengalami perubahan perilaku tetapi fungsi perasaan juga akan mengalami gangguan. Remaja menjadi terlalu dangkal perasaannya dan mudah melakukan sesuatu yang tidak pada tempatnya, terjadi pula perubahan kepribadian pada pengguna yang lama dimana perasaan kesepian dan depresi selalu ada, serta kontrol psikologis menjadi kurang merasa superior dan kurang mampu serta kontrol pergerakan (motorik) juga berkurang. Adapun pendapat Sitanggang (dalam Agoes, 2004) mengatakan bahwa akibat penggunaan internet atau narkoba menimbulkan rasa malas belajar, lamban berfikir, gangguan mental, tidak mengakui adanya kenyataan yang ada dan lain sebagainya.

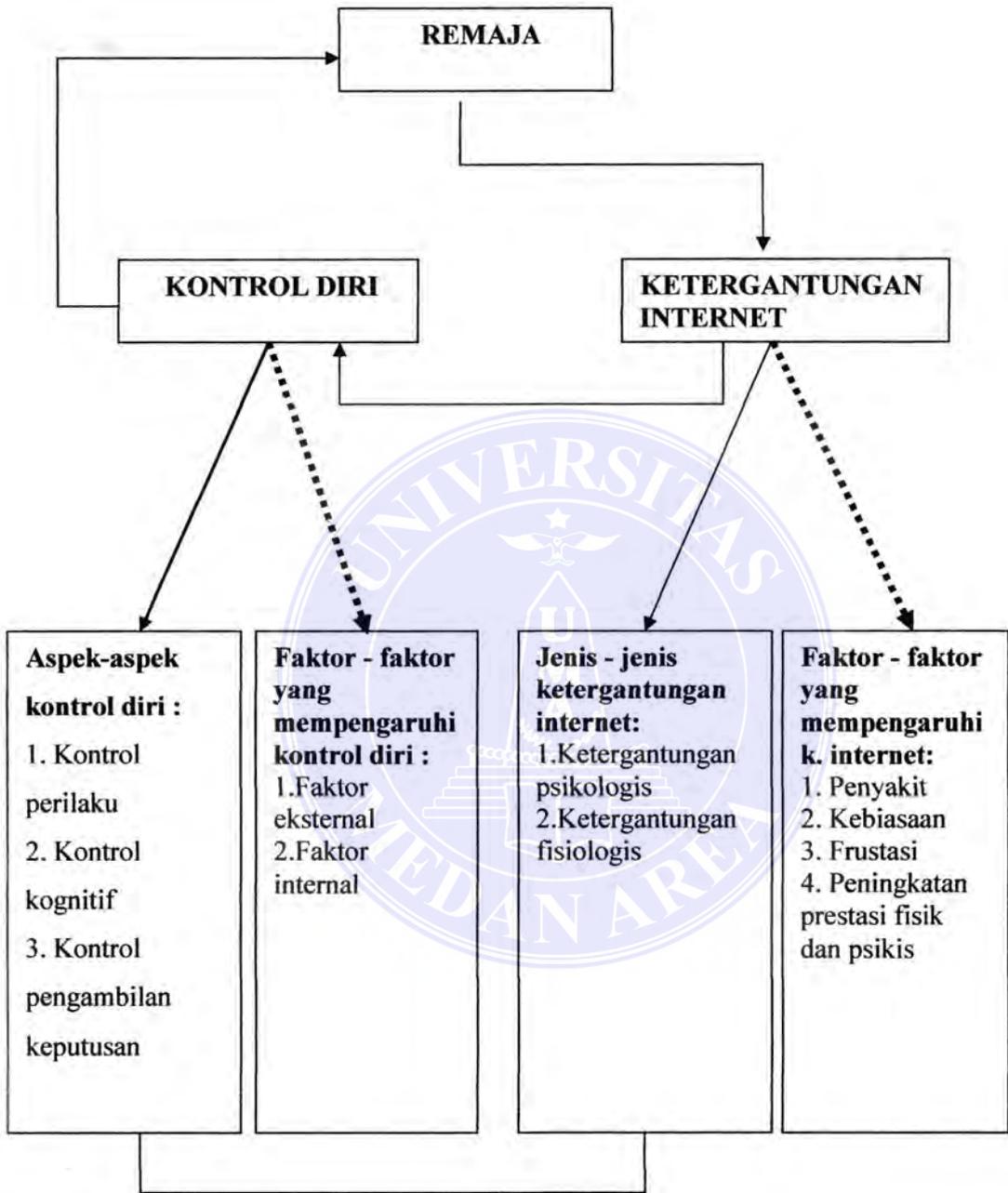
Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri seorang individu sangatlah penting sehingga kita dapat membedakan perilaku yang positif dan negatif dalam penggunaan internet dan mereka yang telah mengalami ketergantungan akan mengalami perubahan perilaku.

G. Hipotesis

Dari tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut : Ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan ketergantungan internet. Artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi ketergantungan internet dan begitu juga sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah pula ketergantungan internet.



H. Paradigma Penelitian



Keterangan : = diteliti
 = tidak diteliti

BAB III

METODE PENELITIAN

Salah satu hal yang paling penting diharapkan dari sebuah penelitian adalah diperolehnya hal yang dapat dipertanggung jawabkan. Atas dasar ini maka dalam bab ini akan diuraikan mengenai : (a) identifikasi variabel penelitian, (b) defenisi operasional variabel penelitian, (c) populasi dan sampel, (d) metode pengumpulan data, (e) validitas dan reliabilitas, (f) metode analisis data.

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk dapat menguji hipotesis penelitian, terlebih dahulu perlu di identifikasikan variabel-variabel utama yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain ;

1. Variabel bebas : Kontrol Diri
2. Variabel terikat : Ketergantungan Internet

B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

1. Ketergantungan Internet

Ketergantungan internet adalah suatu hal yang sifatnya ketagihan pada penggunaan internet baik dalam bentuk yang positif maupun negatif dan kemungkinan individu yang sudah ketergantungan internet tersebut akan sangat sulit untuk mengatasi dan menghindarinya. Adapun cara pengukuran ketergantungan internet ini menggunakan skala yang dilihat berdasarkan jenis-

jenis ketergantungan yaitu ketergantungan secara psikologis dan ketergantungan secara fisiologis.

2. 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.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah seluruh subjek termasuk yang akan diteliti, populasi dibatasi sebagai jumlah subjek atau individu yang paling sedikit memiliki suatu sifat yang sama (Hadi, 1990). Adapun Arikunto mengatakan apabila subjek populasi kurang dari 100 maka semua populasi sebaiknya dijadikan sampel tetapi apabila jumlahnya lebih besar dari 100 maka digunakan rentangan antara 10-15% atau 20-25%. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 80 orang.

2. Sampel

Menurut Hadi, (1990) sampel adalah sebagian dari populasi atau wakil populasi yang diteliti dan sedikitnya memiliki satu sifat yang sama. Hasil penelitian terhadap sampel diharapkan dapat digeneralisasi kepada seluruh

populasi. Selanjutnya syarat utama agar dapat dilakukan generalisasi adalah bahwa sampel harus merupakan wakil dari populasinya, dimana sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah sekitar 30 orang yang sudah ketergantungan internet yang berada di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan.

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan responden yang menurut peneliti akan memberikan informasi yang dibutuhkan sesuai dengan tujuan peneliti yang didasarkan pada ciri-ciri tertentu. Adapun ciri-ciri sampel penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Remaja
2. Usia sekitar 16-18 tahun
3. Ketergantungan internet intensitas 2 sampai 3 jam perhari selama sebulan
4. Hanya untuk melakukan *chatting* saja
5. Laki-laki dan perempuan

D. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode skala psikologi. Dimana skala psikologi merupakan sebagian stimulus yang tertuju pada indikator perilaku, guna memancing jawaban yang merupakan refleksi dari keadaan diri subjek. Alasan peneliti menggunakan metode skala ini adalah sebagaimana yang dikemukakan oleh Azwar (1992), adalah sebagai berikut:

1. Bahwa subjek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Apa yang dinyatakan oleh subjek kepada peneliti adalah benar dan dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang pernyataan yang diajukan kepadanya sama dengan apa yang dimaksud oleh peneliti.

Metode skala yang digunakan terdiri dari dua jenis skala yaitu : skala untuk mengukur ketergantungan internet dan skala untuk mengukur kontrol diri, yang dapat dilihat dibawah ini :

1. Skala Kontrol Diri

Skala kontrol diri ini dibuat oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang telah dikemukakan oleh Averill (dalam Nurmala, 2007) yaitu : aspek perilaku, aspek kognitif dan aspek pengambilan keputusan.

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, jawabannya 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 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.

2. Skala Ketergantungan internet

Skala ketergantungan internet dibuat oleh peneliti berdasarkan jenis-jenis ketergantungan yang dikemukakan oleh Santrock (dalam Agoes, 2003) yaitu ; ketergantungan psikologis dan ketergantungan fisiologis.

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, jawabannya 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 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 Reliabilitas Alat Ukur

1. Validitas

Menurut Hadi (1990), suatu alat ukur dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang sebenarnya harus diukur. Alat ukur dikatakan teliti apabila alat itu mempunyai kemampuan yang cermat menunjukkan ukuran besar kecilnya gejala yang diukur.

Validitas menunjukkan kepada ketepatan dan kecermatan tes dalam menjalankan fungsi pengukurannya. Suatu tes dikatakan mempunyai validitas

yang tinggi apabila tes tersebut memberikan hasil ukur yang sesuai dengan tujuan diadakannya tes tersebut.

Dalam penelitian ini skala diuji validitasnya dengan menggunakan teknik analisis *Product Moment* rumus angka kasar dari Pearson, yaitu mencari koefisien korelasi antara tiap butir dengan skor total (Hadi, 1990), dimana rumusnya adalah sebagai berikut:

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



Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek tiap item) dengan variabel y (total skor subjek dari keseluruhan item)
- XY : Jumlah dari hasil perkalian antara X dengan Y
- X : Jumlah skor seluruh subjek tiap item
- Y : Jumlah skor keseluruhan item pada subjek
- X^2 : Jumlah kuadrat skor X
- Y^2 : Jumlah kuadrat skor Y
- N : Jumlah subjek

Nilai validitas setiap butir (koefisien r *Product Moment*) sebenarnya masih perlu dikorelasikan karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikorelasikan dengan skor total ikut sebagai komponen skor total. Dan hal ini menyebabkan koefisien r menjadi lebih besar (Hadi, 1990). Formula untuk membersihkan kelebihan bobot ini dipakai Formula *Part Whole*.

Adapun Formula *Part Whole* adalah sebagai berikut :

$$r_{bt} = \frac{(r_{xy})(SD_y) - (SD_x)}{\sqrt{(SD_y)^2 - (SD_x)^2 - 2(r_{xy})(SD_x)(SD_y)}}$$

Keterangan :

- r_{bt} : Koefisien r setelah dikoreksi
- r_{xy} : Koefisien r sebelum dikoreksi
- SD_x : Standart deviasi skor item
- SD_y : Standart deviasi skor total

2. Reliabilitas

Konsep reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keajegan, kestabilan, konsistensi, dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama aspek dalam diri subjek yang diukur memang belum berubah. Analisis reliabilitas kedua alat ukur dipakai adalah analisis *Varian Hoyt* (Hadi, 1990). Adapun alasan menggunakan teknik Hoyt adalah :

- a. Teknik analisa *varian* dari *Hoyt* umumnya menghasilkan *koefisien* reliabilitas yang tinggi.
- b. Teknik Hoyt lebih maju dibandingkan dengan skor *dikotomi* dan *non dikotomi*.
- c. Dapat digunakan untuk menguji tes atau angket yang tingkat kesukarannya seimbang atau hampir seimbang.

- d. Bila ada data kosong maka data tersebut dapat digugurkan saja tanpa mempengaruhi perhitungan data (Hadi, 1990).

Rumus analisis Varian Hoyt adalah :

$$r_{xy} = 1 - \frac{MK_{is}}{MK_s}$$

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien Reliabilitas Hoyt
 Mk_{is} : Mean kuadrat interaksi antara item dengan subjek
 MK_s : Mean Kuadrat antara subjek
 1 : Konstantan

F. Metode Analisa Data

Langkah selanjutnya setelah pengumpulan data dilakukan adalah menganalisis data. Kegiatan menganalisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Sugiono, 2005).

Teknik analisis data yang dipakai dalam penelitian ini adalah statistik. Adapun pertimbangan-pertimbangan dengan menggunakan metode analisis statistik menurut Hadi (1990), adalah:

- Statistik bekerja dengan angka-angka, dan angka-angka ini dapat menunjukkan jumlah frekuensi nilai atau harga.
- Statistik bersifat objektif.

- c. Statistik bersifat universal, yakni dapat digunakan pada hampir seluruh penelitian.

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

a. Uji Normalitas Sebaran

Yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel telah menyebar secara normal.

b. Uji Linieritas Hubungan

Yaitu untuk mengetahui apakah antara variabel kontrol diri memiliki hubungan yang linier dengan variabel ketergantungan internet.

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linearitas maka dapat menguji daya beda item dengan teknik analisa *Product Moment* dimana rumusnya adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

- r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel x (skor subjek tiap item) dengan variabel y (total skor subjek dari keseluruhan item)
 XY : Jumlah dari hasil perkalian antara X dengan Y
 X : Jumlah skor seluruh subjek tiap item
 Y : Jumlah skor keseluruhan item pada subjek
 X^2 : Jumlah kuadrat skor X
 Y^2 : Jumlah kuadrat skor Y
 N : Jumlah subjek

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien $r_{xy} = -0,123$ Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah ketergantungan internet dan begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi pula ketergantungan internet. Berdasarkan hasil penelitian ini maka hipotesis yang diajukan dinyatakan diterima.
2. Adapun koefisien determinan (r^2) dari hubungan diatas adalah sebesar $r^2 = 0,151$ ini artinya kontrol diri memberikan pengaruh sebesar 15,1% terhadap ketergantungan internet, selebihnya ketergantungan internet dipengaruhi oleh faktor lain yang dalam penelitian ini tidak dilihat dan tidak saya teliti.
3. Hasil lain yang diperoleh dari penelitian ini adalah para remaja yang sudah ketergantungan internet memiliki kontrol diri yang tergolong tinggi (nilai empirik 88,80 dan nilai rata-rata hipotetik 72,5), sedangkan untuk ketergantungan terhadap internet tergolong sangat tinggi (nilai rata-rata empirik 107,90 dan nilai rata-rata hipotetik 72,5)

B. SARAN

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini dapat diberikan beberapa alasan, antara lain:

1. Kepada subjek penelitian

Diharapkan kepada para remaja yang ketergantungan internet agar dapat mengurangi aktivitas bermain internet dan tetap mempertahankan pengontrolan dirinya dalam penggunaan internet ataupun bentuk lainnya, serta lebih ditekankan kepada subjek penelitian agar lebih bersikap positif seperti sering membaca buku, mencari kegiatan lain yang bermanfaat, mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah bagi yang berstatus pelajar, belajar kelompok dengan teman-teman dan mengikuti les tambahan lainnya.

2. Kepada orang tua

Melihat ada hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan ketergantungan internet serta kondisi kontrol diri dan ketergantungan internet yang tergolong tinggi, maka diharapkan kepada orang tua agar dapat memberikan perhatian kepada remaja serta mengarahkan perilaku yang baik dalam kehidupan mereka sehari-harinya. Dengan adanya penerapan dari orang tua tersebut maka para remaja akan tetap mampu mengontrol dirinya dengan baik sehingga masalah ketergantungan internet tersebut dapat dihindarkan, misalnya orang tua selalu mengawasi segala kegiatan remaja baik di rumah maupun di sekolah, serta membimbing segala kegiatan yang dilakukan remaja atau mengikuti kursus lain yang bermanfaat.

3. Kepada peneliti berikutnya

Dengan menyadari bahwa peneliti ini memiliki kekurangan dalam penyelesaian skripsi ini, maka diharapkan bagi para peneliti selanjutnya yang ingin mengadakan sebuah penelitian yang sejenis, agar menyertakan variabel lainnya seperti jenis kelamin, status sosial dan usia serta diharapkan juga agar dapat mempertimbangkan masalah lokasi penelitian.



DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, D. 2003. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta : PT. Grasindo.
- 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor : Ghalia Indonesia.
- Andi. 2001. *Panduan praktis Chatting dengan MIRC*. Yogyakarta : PT. Wahana.
- Azwar, S. 1992. *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta : Liberty.
- Chaplin, J. P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rieneka Cipta.
- Darajat, Z. 1978. *Problem Remaja di Indonesia*. Jakarta : Bulan Bintang.
- Hadi, S. 1990. *Metode Research Jilid II*. Penerbit Andi Offset.
- Hadi, S. dan Pamardiningsih. 2000. *Manual SPSS (Seri Program Statistik)*. Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Hurlock, E. B. 1997. *Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Huroniayah, F. 2004. Hubungan antara Pola Asuh Islami dengan Kematangan Beragama dan Kontrol Diri. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Itryah. 2004. Jurnal Psikologi vol 1 no 1. Perbedaan Intensitas Penggunaan Internet Ditinjau dari Tipe Kepribadian dan Jenis Kelamin. Palembang: Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma.
- Mac, B. 1997. *Internet*. Jakarta : PT. Megapoin.
- Nila, M. 2004. Hubungan antara Ketergantungan Pemakaian Narkoba dengan Tingkah Laku Agresif pada Remaja. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Medan Area.
- Nurmala, S. 2007. Hubungan Antara Kematangan Beragama dengan Kontrol Diri Pada Siswa Madrasah Labuhan Bilik. Skripsi (tidak diterbitkan). Medan : Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
- Reddick dan King, 1996. *Internet untuk Wartawan dan Internet untuk Semua*. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia.
- Ricky, B. S. 2003. *Panduan Praktis Internet Plus*. Jakarta : Puspa Swara.

- Said, J. H. 2009. *Pusat Rehabilitasi Siap Tampung Pecandu Internet*. Waspada
- Santrock, J. W. 2003. *Adolecence* edisi ke-6. Jakarta : Erlangga.
- Shidarta, L. 1996. *Internet Informasi Bebas Hambatan*. Jakarta : PT. Alexmedia
- Sugiono. 2005. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta.
- <http://www.rider.edu/suler/psycyber>.1996. (*Psychology of Cyberpace Romances*)
- <http://www.google.Elfrida.com>.1995. *Kemampuan Mengontrol Diri*.
- <http://www.e-psikologi.com>.2000. *Internet dan Eksporasi diri*.

