

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU
PHUBBING PADA REMAJA KELAS XI DI SMAS BINTANG
LAUT KECAMATAN BANGKO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area

OLEH :

YANTI FRANSISKA SIMANJUNTAK

208600057



PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MEDAN AREA

2024

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU
PHUBBING PADA REMAJA KELAS XI DI SMAS BINTANG
LAUT KECAMATAN BANGKO**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Dalam Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi Universitas Medan Area



OLEH :
YANTI FRANSISKA SIMANJUNTAK
208600057

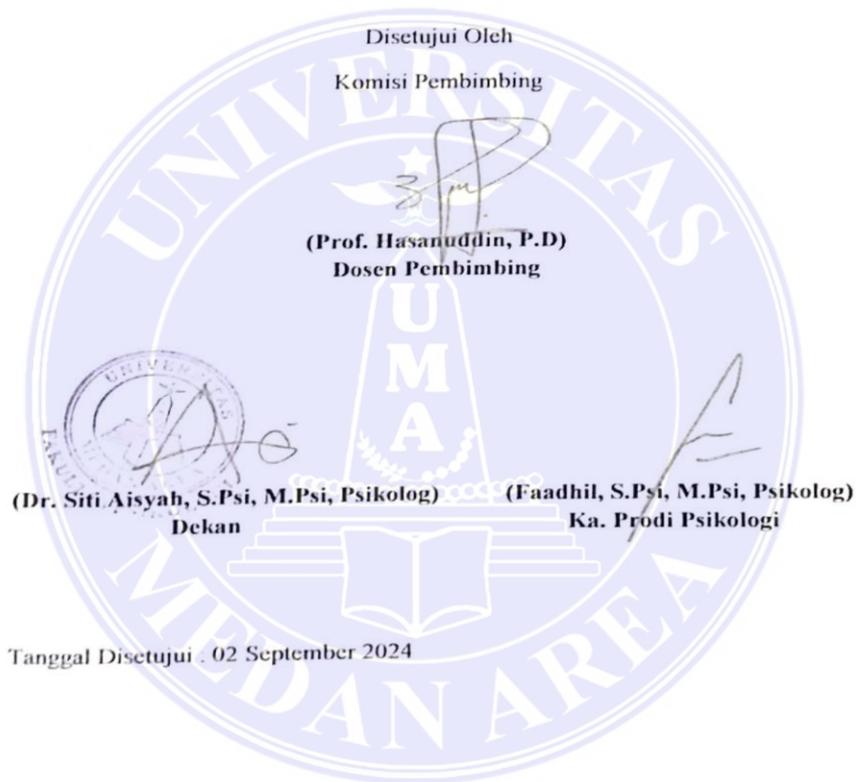
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

2024

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kontrol Diri dan Perilaku Phubbing
Pada Remaja Kelas XI Di SMAS Bintang Laut Kecamatan Bangko

Nama : Yanti Fransiska Simanjuntak
NPM : 208600057
Falkutas : Psikologi



CS Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yanti Fransiska Simanjuntak

NPM : 20860057

Program Studi : Psikologi

Falkutas : Psikologi

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 02 September 2024



Yanti Fransiska Simanjuntak

20860057

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPERLUAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yanti Fransiska Simanjuntak

NPM : 208600057

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Menyetujui untuk memberikan Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Non Eksklusif atas karya saya dengan judul "Pengaruh Kepercayaan Konsumen Terhadap Keputusan Pembelian di Shopee Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area". Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif, Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmediakan / format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Dibuat di : Medan

Pada Tanggal : 02 September 2024



(Yanti Fransiska Simanjuntak)

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN PERILAKU PHUBBING PADA REMAJA KELAS XI DI SMAS BINTANG LAUT KEC BANGKO OLEH:

YANTI FRANSISKA SIMANJUNTAK
NPM: 20.860.0057

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja kelas xi di SMAS Bintang Laut Kecamatan Bangko. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kuantitatif. Pengambilan teknik sampelnya menggunakan Teknik Purposive Sampling dengan jumlah 108 orang. Menggunakan teknik skala likert, yaitu skala kontrol diri dan skala perilaku phubbing. Analisis ini menggunakan teknik Kolmogorov Smirnov dengan bantuan program komputer SPSS versi 25.0 for windows Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0.619 dengan nilai signifikan $p=0,000$ ($p<0,05$). Hal ini berarti hipotesis penelitian diterima, yakni adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing. Berdasarkan hasil perhitungan secara nilai rata-rata hipotetik dan empirik kontrol diri tergolong rendah, sebab dilihat dari perbandingan nilai mean/rata-rata hipotetik (MH) 47,5 lebih besar dari nilai mean/rata-rata empirik (ME) 41,26 berada di antara nilainya. Kemudian perilaku phubbing tergolong tinggi, sebab dilihat dari perbandingan nilai mean/rata-rata hipotetik (MH) 45 lebih kecil dari nilai mean/rata-rata empirik (ME) 51,88 berada diantara nilainya. Adapun sumbangan efektif dari kontrol diri mempengaruhi perilaku phubbing sebesar 38,3%.

Kata Kunci : Kontrol diri , Perilaku phubbing, Siswa

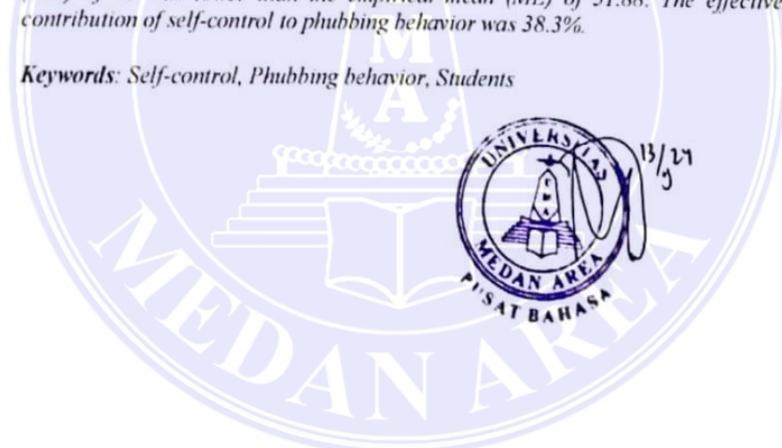
ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF-CONTROL AND PHUBBING BEHAVIOR AMONG 11TH GRADE STUDENTS AT SMAS BINTANG LAUT, BANGKO DISTRICT

BY:
YANTI FRANSISKA SIMANJUNTAK
NPM: 20.860.0057

This research aimed to examine the correlation between self-control and phubbing behavior among 11th-grade students at SMAS Bintang Laut, Bangko District. The study used a quantitative research method. The sampling technique employed was purposive sampling with a total of 108 participants. A Likert scale was used, consisting of a self-control scale and a phubbing behavior scale. The analysis utilized the Kolmogorov-Smirnov technique with the help of SPSS version 25.0 for Windows. The data analysis technique used was Karl Pearson's Product-Moment Correlation. The results of this study showed a correlation coefficient (r_{xy}) of -0.619 with a significant value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). This means the research hypothesis was accepted, indicating a significant negative correlation between self-control and phubbing behavior. Based on the hypothetical and empirical mean scores, self-control was categorized as low, as the hypothetical mean (MH) of 47.5 was greater than the empirical mean (ME) of 41.26. In contrast, phubbing behavior was categorized as high, as the hypothetical mean (MH) of 45 was lower than the empirical mean (ME) of 51.88. The effective contribution of self-control to phubbing behavior was 38.3%.

Keywords: *Self-control, Phubbing behavior, Students*



RIWAYAT HIDUP

Peneliti dilahirkan di Medan, 16 Januari 2002 dari Ayah Hulman Simanjuntak dan Ibu Diana Sinaga, penulis anak kedua dari 3 bersaudara. Memiliki seorang kakak perempuan yang bernama Yunita Simanjuntak dan memiliki adik laki-laki bernama Julius Simanjuntak

Tahun 2020 peneliti lulus dari SMAS BINTANG LAUT dan tahun 2020 terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.



KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena telah membantu peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini. Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing. Peneliti berterima kasih kepada dosen yang telah mengajar peneliti di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area dan Bapak Prof. Hasanuddin, Ph.D selaku dosen pembimbing peneliti yang telah membantu peneliti sepenuh hati dan penuh kesabaran sampai akhir penelitian. Terima kasih juga kepada susunan penguji Bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Psi, Khairil Fuzan K, S.Psi, M.Psi, Ibu Nini Sri Wahyuni, S.Psi, M.Pd, M.Psi, serta. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada responden penelitian serta staff yang telah bersedia bekerjasama di penelitian ini.

Tidak lupa juga, peneliti sangat berterima kasih atas seluruh bantuan dan dukungan yang diberikan keluarga yaitu ayah peneliti Hulman Simanjuntak, ibu peneliti Diana Sinaga, saudara tertua Yunita Simanjuntak., saudara ketiga Julius Simanjuntak selama perkuliahan dan penelitian yang telah dilakukan.

Peneliti

Yanti Fransiska Simanjuntak

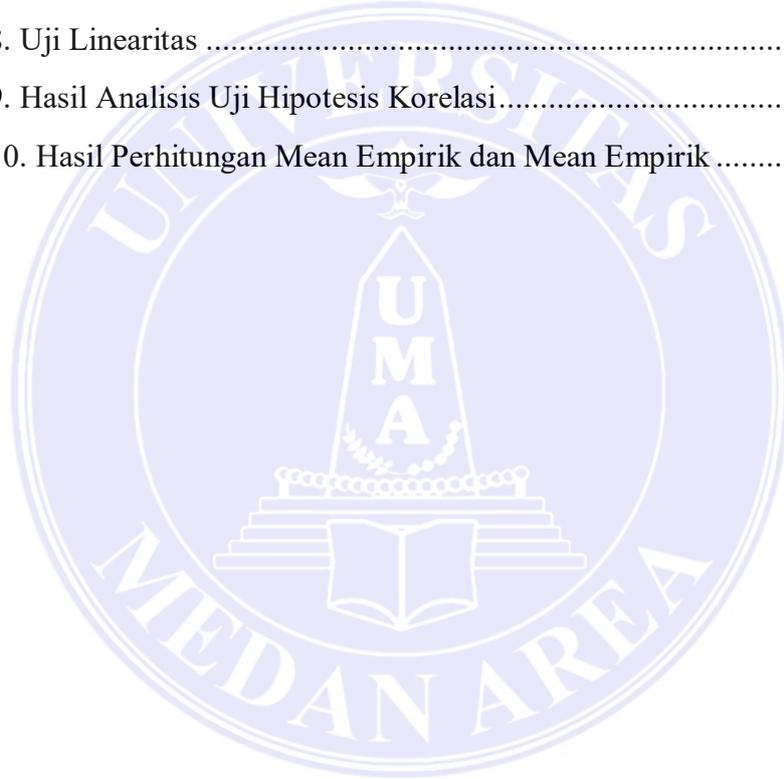
DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Hipotesis Penelitian	9
1.5 Manfaat.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Perilaku phubbing.....	11
2.1.1 Definisi Perilaku Phubbing.....	11
2.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Phubbing	12
2.1.3 Karakteristik Perilaku Phubbing	15
2.1.4 Ciri ciri Perilaku Phubbing	16
2.1.5 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Phubbing	17
2.2 Kontrol Diri.....	21
2.2.1 Definisi Kontrol Diri	21
2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri	23
2.3 Hubungan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Phubbing	28
2.4 Kerangka Konseptual	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian	32
3.2 Bahan Dan Alat	32
3.3 Tipe Penelitian	32

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian	33
3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
3.6 Populasi dan Sampel.....	34
3.6.1 Populasi	34
3.6.2 Sampel	34
3.6.3 Teknik Pengambilan Sampel	34
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	35
3.8 Analisis Data	36
3.8.1 Validitas.....	36
3.8.1 Reliabilitas	36
3.9 Metode Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Orientasi Kanca Penelitian.....	39
4.2 Persiapan Penelitian.....	39
4.3 Analisis Uji Coba Alat Ukur	41
4.4 Analisis Uji Validitas Reliabilitas	44
4.5 Hasil Uji Asumsi	49
4.5.1 Uji Normalitas.....	49
4.5.2 Uji Normalitas.....	50
4.5 Hasil Uji Hipotesis Korelasi.....	51
4.7 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	53
4.8 Pembahasan.....	56
BAB V KESIMPULAN SARAN.....	61
5.1 Kesimpulan	61
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Skala Kontrol Diri Sebelum Uji Coba.....	42
Tabel 2. Distribusi Skala Perilaku Phubbing Sebelum Uji Coba	44
Tabel 3. Distribusi Skala Kontrol Diri Setelah Uji Coba.....	46
Tabel 4. Reliability Statistic Kontrol Diri	46
Tabel 5. Distribusi Skala Perilaku Phubbing Setelah Uji Coba	48
Tabel 6. Reliability Statistics Perilaku Phubbing	49
Tabel 7. Uji Normalitas	50
Tabel 8. Uji Linearitas	51
Tabel 9. Hasil Analisis Uji Hipotesis Korelasi.....	52
Tabel 10. Hasil Perhitungan Mean Empirik dan Mean Empirik	55



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	31
Gambar 2. Kurva Distribusi Variabel Kontrol Diri.....	55
Gambar 3. Kurva Normal Perilaku Phubbing	56



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Alat Ukur Lembar Skala.....	64
Lampiran 2 Tabulasi Data Mentah Sebelum Uji Coba.....	64
Lampiran 3 Tabulasi Mentah Sesudah Uji Coba.....	64
Lampiran 4 Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	64
Lampiran 5 Uji Normalitas	64
Lampiran 6 Uji Linieritas	64
Lampiran 7 Alat Ukur Lembar Skala.....	64
Lampiran 8 Surat Keterangan Bukti Penelitian.....	64



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi dan informasi menyebabkan komunikasi antar individu juga mengalami kemajuan. Salah satu kemajuan teknologi itu adalah *smartphone* (Mulyati dan Nrh, 2018). *Smartphone* merupakan telpon pintar yang bisa dibawa kemana saja dan dilengkapi dengan akses internet (Youarti dan Hidayah, 2018).

Munatirah dan Anisah (2018) menyatakan angka penggunaan *smartphone* mencapai 25% di Indonesia, hal ini dikarenakan harga *smartphone* yang semakin terjangkau, menyebabkan permintaan pasar terhadap *smartphone* semakin meningkat. Menurut Alrasheed (2018) adanya koneksi internet memicu tingginya penggunaan *smartphone* bagi individu. Didukung dengan hasil survei APJII (2019) Secara keseluruhan, pengguna internet mencapai 171,17 juta pengguna dari populasi 264,16 juta jiwa. Berdasarkan survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2018) Sumatra Barat merupakan Provinsi dengan pengguna internet dengan peringkat ke-3 yakni mencapai 2,6% di Pulau Sumatra.

Memiliki telepon genggam ataupun *smartphone* yang canggih sudah merupakan gaya hidup masyarakat luas di era ini. Mulai dari anak-anak, remaja, dewasa pun terlihat lazim memiliki dan menggunakan *smartphone*. Harga *smartphone* yang di jual di pasaran pun beragam. Mulai dari harga yang bisa dikatakan murah sampai harga yang mahal. *smartphone* memiliki fitur penunjang yang membuat masyarakat dapat dengan mudah mendapatkan dan mengetahui

informasi yang dicari dengan fitur *browser* yang tersedia. Selain itu, *smartphone* juga dapat mengakses email, *men-download*, ataupun menyimpan data yang diperlukan. *smartphone* juga dapat digunakan sebagai sarana untuk bersantai dengan fitur *gaming*. Indonesia menjadi salah satu Negara dengan pengguna aktif *smartphone* di dunia setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat. Pengguna aktif gawai di Indonesia tumbuh dari 65,2 juta orang pada tahun 2016 menjadi 92 juta orang pada tahun 2019 (Damashinta, 2019). Pada tahun 2019 pengguna *smartphone* di Jakarta dari usia 15-23 tahun mencapai 52.000.000 (Damashinta, 2019).

Kemudahan-kemudahan yang diberikan *smartpone* seringkali membuat penggunaan melebihi waktu yang wajar, karena hal tersebut dapat menimbulkan perilaku menjadi “acuh tak acuh” atau tidak peduli terhadap lingkungan sekitar (Alamsyah, 2018). Menurut Anggraeni (2016) mengemukakan bahwa efek negatif pada anak dalam penggunaan *smartpone* terjadi ketika anak sibuk dengan *smartpone* nya dan melupakan tanggung jawabnya seperti mengerjakan tugas sekolah dan belajar pada saat ujian, namun hal ini tidak hanya dilihat pada anak-anak tetapi juga pada remaja. Idealnya tugas dan tanggung jawab remaja yaitu fokus pada upaya pengembangan tanggung jawab sosial/berinteraksi dengan lingkungan sekitar, mencapai pola hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya berbeda jenis kelamin dan etika moral yang berlaku di masyarakat, menerima dan mencapai tingkah laku sosial tertentu yang bertanggung jawab di tengah-tengah masyarakat (Hurlock, 1990). Namun hal ini berbeda pada generasi milenial, dimana dalam era ini kecenderungan dalam penggunaan gawai secara

berlebihan seperti fokus dengan smartpone nya, tidak peduli dengan lingkungan sekitar.

Berdasarkan Yuswohady (2016) generasi milenial (*Millennial Generation*) adalah generasi yang lahir dalam rentang waktu awal tahun 1980 hingga tahun 2000. Secara bersamaan di era milenial ini teknologi digital pun mulai meningkat salah satunya adalah kecenderungan penggunaan. *smartpone* Realitanya pada saat ini kehidupan remaja tampak kurang seimbang, karena remaja lebih menyukai kesendirian dengan smartpone nya, fokus pada smartpone nya ketika bersosialisasi, acuh terhadap lingkungan sekitar (Damashinta, 2019). Berbeda pada zaman dimana kaum remaja belum mengenal smartpone, remaja lebih sering melakukan komunikasi dua arah baik dengan orang baru maupun orang lama, saling meminta pendapat satu sama lain, dan juga saling berdiskusi secara langsung.

Tindakan acuh tak acuh seseorang di dalam sebuah lingkungan karena lebih fokus terhadap penggunaan smartpone daripada membangun percakapan yang dikenal dengan istilah *phubbing*. *Phubbing* berasal dari kata "phone" dan "snubbing", yang mengacuhkan seseorang dalam lingkungan sosial dengan memperhatikan smartpone , bukan berbicara dengan orang tersebut secara langsung (Harty, 2018). Karadag *et al.* (2015) menyebutkan bahwa *phubbing* dapat digambarkan sebagai individu yang melihat gawainya saat berbicara dengan orang lain, sibuk dengan smartpone nya dan mengabaikan komunikasi interpersonalnya. Karadag *et al.* (2015) menjelaskan bahwa fenomena *phubbing* ini semakin meningkat sejalan dengan meningkatnya penggunaan smartphone .

Dari penelitian yang dikutip oleh Thaeras (2017) terdapat 143 responden yang diujicobakan, diperoleh hasil 70% dari responden tidak dapat terlepas dari smartphonanya dan melakukan *phubbing*, dimana karakteristik tersebut dibagi menjadi dua yaitu tinggi dan rendah. Dikatakan perilaku *phubbing* yang rendah ketika seseorang masih mau mendengarkan pembicaraan yang disampaikan oleh lawan bicaranya, memberikan umpan secara timbal balik ketika lawan bicara membutuhkan saran, meletakkan smartphone dan melakukan kontak mata pada lawan bicara. Sedangkan perilaku *phubbing* yang tinggi adalah suatu perilaku ketika seseorang tidak dapat terlepas dari smartphonanya dan adanya komunikasi dua arah yang terbatas secara langsung (Karadag *et al.*, 2015). Sejalan dengan penelitian David dan Roberts (2017) klasifikasi perilaku *phubbing* adalah seseorang yang banyak menghabiskan waktu untuk bermain smartphone dan mengabaikan komunikasi interpersonalnya. Menurut sebuah jurnal NCBI (*National Center For Biotechnology Information*) yang berjudul *Determinants of Phubbing, which is the sum of many virtual addiction: A Structural Equation Model* bahwa *phubbing* memiliki struktur multi dimensi. Menurut Karadag *et al.* (2015) dimensi ini meliputi gangguan komunikasi, dan obsesi terhadap smartphone .

Phubbing terjadi karena pengguna tidak mampu memanfaatkan teknologi dengan bijak (berlebihan terhadap penggunaan smartphone). Hal ini dapat diduga karena seseorang sedang merasa bosan dan kurang berminat dengan pembicaraan yang dilakukan oleh lawan bicara. Perilaku *phubbing* yang dilakukan dapat diduga karena lemahnya kontrol diri. Kontrol diri merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan di dalam perilaku *phubbing*. Secara umum kontrol diri dapat

dianggap sebagai kapasitas diri untuk berubah dan beradaptasi agar dapat kecocokan optimal antara diri dan lingkungan hidupnya (Averill, 1973).

Papalia, Olds, dan Feldman (2004) menyebutkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku yang dianggap mampu diterima secara sosial oleh masyarakat. Borba (2008) mengatakan kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan perasaan, pikiran, dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar. Maka dapat disimpulkan, bahwa kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku diri sendiri yang artinya kemampuan individu dalam menekan tingkah laku. Kontrol diri ini menyangkut seberapa kuat individu dalam memegang nilai dan kepercayaan yang menjadikan acuan ketika bertindak dalam mengambil keputusan.

Terdapat tiga aspek kontrol diri menurut Averill (dalam Ghufroon & Suminta, 2012) yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Ketika remaja dalam kondisi bersama dengan orang lain, bagi remaja yang memiliki kontrol diri tinggi maka ia akan berpikir bahwa ketika ia berkumpul dengan temannya ia akan memanfaatkan waktu bersama dengan temannya seperti berdiskusi dan melakukan percakapan secara langsung dengan temannya. Remaja mampu mengontrol dirinya saat berkomunikasi, untuk tidak sibuk dengan smartphonanya pada saat komunikasi berlangsung. Begitu juga ketika remaja memilih untuk melakukan kontak mata ketika berdiskusi berlangsung.

Berbeda dengan remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah, maka remaja cenderung tidak memikirkan kebersamaan bersama teman-temannya, dalam artian remaja tidak peduli ketika temannya melakukan percakapan yang sedang berlangsung, tidak memanfaatkan waktu ketika dengan temannya. Remaja kurang dapat menahan dirinya terhadap penggunaan smartphone atau tidak adanya kontrol diri terhadap penggunaan smartphone pada saat diskusi berlangsung. Remaja memilih untuk sibuk dengan kegiatan lain yang dilakukan dan mengabaikan kontak mata ketika komunikasi berlangsung.

Fenomena yang di lakukan di lapangan melalui observasi dimana remaja dan siswa adalah pelajar yang sedang menuntut ilmu salah satunya di SMAS Bintang Laut .Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti saat sedang ekstrakurikuler menunjukkan beberapa kasus di mana siswa berkonsentrasi pada smartphone mereka padahal saat yang sama siswa sedang bersama teman-temannya. Saat diamati di kantin sekolah, tempat para siswa biasanya membeli jajanan dan makan siang, beberapa siswa duduk berkelompok. Beberapa di antaranya terlihat asyik dengan smartphone, sementara yang lain terlihat sedang membicarakan sesuatu dengan temannya.

Berdasarkan hasil obervasi yang telah dilakukan, peneliti mewawancarai siswa-siswi dari SMA Negeri Bunga Bangsa Nagan Raya untuk mendapatkan data yang berkaitan dengan fenomena perilaku phubbing dari sudut pandang siswa, berikut cuplikannya:

Cuplikan wawancara :

“Aku merasa terkadang sering mengacuhkan lawan bicara tapi terkadang aku merasa biasa saja, karena aku juga seperti itu orangnya, adakalanya sih aku merasa diabaikan waktu saat-saat tertentu saja tergantung mood aku”.

Perilaku phubbing saat mengobrol bisa sangat menjengkelkan bagi teman-temannya karena mereka terus-menerus diabaikan selama mengobrol, dan individu tidak memperhitungkan perasaan teman-teman mereka yang diabaikan. Mereka tidak mempertimbangkan bahwa perilaku mereka menyakiti orang lain. Dalam hal ini memiliki beberapa alasan terkait dengan Gangguan komunikasi dan Obsesi terhadap gadget. Perilaku phubbing mungkin disebabkan oleh ketidakmampuan untuk menggunakan teknologi dengan bijak, kemungkinan kurangnya kontrol diri, dan ketidakmampuan untuk mengontrol diri sendiri dengan terus-menerus melihat smartphone ketika berada di lingkungan sosial. Hal ini diduga karena orang tersebut bosan dan tidak terlalu tertarik dengan pembicaraan lawan bicaranya.

Dari fakta-fakta di atas terlihat bahwa perilaku *phubbing* diduga memiliki kaitan dengan kontrol diri. Demikian juga dari hasil penelitian Muna dan Astuti (2014) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir menunjukkan adanya sumbangan efektif sebesar 15,1% yang diberikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan, sedangkan sisanya 84,9 % dipengaruhi oleh faktor lain. Terdapat juga penelitian Anisa dan Munatirah (2018) membuktikan bahwa intensitas penggunaan smartphone terhadap perilaku *phubbing* memiliki pengaruh yang positif dan signifikan dimana frekuensi penggunaan smartphone terdapat hubungan yang positif terhadap perilaku *phubbing*. Penelitian lainnya mengenai pengaruh perilaku *phubbing*

akibat penggunaan *smartphone* berlebihan terhadap interaksi sosial mahasiswa dari penelitian (Yusnita & Syam, 2017) yang menyatakan bahwa perilaku *phubbing* akibat penggunaan *smartphone* berlebihan berpengaruh positif dan signifikan terhadap interaksi sosial mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, bahwa ketika remaja memiliki kontrol diri yang rendah, remaja merasa tidak bersalah ketika mengacuhkan temannya, remaja kurang menahan dirinya ketika menggunakan *smartphone* saat percakapan berlangsung, mengabaikan kontak mata ketika berlangsungnya diskusi maka remaja diduga memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi dikarenakan remaja tidak mampu melakukan komunikasi secara *face to face*. Sedangkan ketika remaja memiliki kontrol diri tinggi, remaja dapat mengontrol dirinya saat berbicara dengan temannya, ia mampu menahan dirinya untuk tidak bermain *smartphone* ketika bersama dengan temannya, remaja melakukan kontak mata dengan temannya maka remaja diduga memiliki perilaku *phubbing* yang rendah, remaja melakukan komunikasi secara *face to face* dengan lawan bicaranya, men-*silent* gawai ketika pembicaraan *face to face* berlangsung, tidak terpengaruh oleh notifikasi layar *smartphone* yang menyala saat percakapan berlangsung.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan di atas terdapat batasan masalah yang telah ditentukan, maka rumusan masalah penelitian ini yaitu:

Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah Untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja ?

1.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang ditunjukkan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan negative antara kontrol diri dengan perilaku phubbing. Dengan asumsi semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku phubbing. Sebaliknya jika semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku phubbing.

1.5 Manfaat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi manfaat teoritis maupun manfaat secara praktis, antara lain sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat diharapkan menambah wawasan serta ilmu pengetahuan bagi masyarakat umum terutama dalam bidang Psikologi yang berkaitan dengan perilaku phubbing, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi peneliti yang memiliki niat untuk melakukan penelitian dengan topik hubungan kontrol diri terhadap perilaku phubbing.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memperluas pengetahuan serta wawasan masyarakat terkhusus remaja tentang gejala timbulnya perilaku phubbing dan hubungannya dengan kontrol diri.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Perilaku phubbing

2.1.1 Definisi Perilaku Phubbing

Perilaku phubbing berasal dari gabungan dari kata phone dan snubbing yang dapat diartikan dengan kata telepon dan menghina. Menurut Haigh (2015) perilaku phubbing merupakan tindakan menyakiti atau menyinggung orang lain dalam interaksi sosial karena lebih berfokus kepada smartphone yang dimiliki dan cenderung mengabaikan orang lain dalam suatu lingkungan karena cenderung lebih fokus terhadap kenyamanan daripada berkomunikasi ataupun berinteraksi dengan lingkungan sekitar secara tatap muka.

Menurut Karadag (2015) perilaku phubbing adalah individu yang melihat smartphone pada saat melakukan pembicaraan dengan orang lain atau sedang terjadinya komunikasi secara langsung akan tetapi sibuk dengan smartphonanya dan mengabaikan komunikasi yang berlangsung. Perilaku phubbing dapat terlihat pada saat kegiatan sehari-hari dilakukan, antara lain pada saat pertemuan kegiatan, bertemu dengan keluarga/teman, pada saat makan, sekolah (belajar), di tempat umum dan sebagainya.

Chotpitayasunondh & Douglas (2018), mengatakan bahwa Phubbing merupakan tindakan yang menyakiti orang lain dalam berinteraksi secara sosial dikarenakan terfokus pada gadget. Hal ini sejalan dengan Nazir dan Pişkin (2016) yang mengatakan bahwa phubbing adalah tindakan mengabaikan orang lain saat berkomunikasi dengan menggunakan ponsel pintar, apakah itu memeriksa

Facebook, menggunakan aplikasi whatsapp atau menggunakan aplikasi lainnya untuk mengobrol.

Youarti & Hidayah (2018). mengemukakan bahwa Phubbing bisa berbentuk percakapan terputus dengan seseorang ketika dia menghadirkan gadget atau ketika sedang bersama seseorang tetapi menggunakan gadget daripada berkomunikasi. Perilaku ini dapat berupa pandangan sembunyi - sembunyi pada gadget-nya ketika berbicara dengan orang lain, mengganggu percakapan untuk menerima panggilan, menanggapi teks, atau membuat postingan, atau hanya mengabaikan keberadaan saat sedang berkomunikasi tatap muka.

Berdasarkan beberapa defenisi diatas, peneliti akan merujuk kepada definisi perilaku phubbing oleh Karadağ (2015) yang menyatakan bahwa perilaku phubbing adalah perilaku ketika individu melihat gadget-nya saat melakukan pembicaraan dengan orang lain, sibuk dengan gadget, dan mengabaikan komunikasi interpersonal-nya.

2.1.2 Aspek-Aspek Perilaku Phubbing

Menurut Karadag,E.,Tosuntas,S.B.,Erzen,E.,Duru,P.,Bostan& dkk (2015) terdapat dua aspek-aspek dari perilaku phubbing,yaitu:

a. Gangguan Komunikasi (communication disturbance)

Gangguan komunikasi yang terjadi dalam hal ini adalah gangguan komunikasi yang disebabkan karena hadirnya smartphone sebagai faktor yang mengganggu komunikasi face-to-face di lingkungan. Gangguan komunikasi mempunyai 3 komponen, yaitu menerima atau melakukan panggilan telepon ketika sedang berkomunikasi, membalas pesan singkat (SMS/Chat) ketika sedang

berkomunikasi dan mengecek notifikasi media sosial ketika sedang berkomunikasi.

b. Obsesi Terhadap Smartphone (phone obsession)

Obsesi terhadap smartphone terjadi karena dorongan akan kebutuhan menggunakan smartphone yang tinggi walaupun sedang melakukan komunikasi face-to-face di lingkungan. Obsesi terhadap smartphone mempunyai tiga komponen komponen yaitu Kelekatan terhadap smartphone, cemas ketika jauh dari smartphone dan kesulitan dalam mengatur penggunaan smartphone.

Menurut Chotpitayasunondh (2016) membagi menjadi dua aspek-aspek pada phubbing antara lain sebagai berikut :

- a. Durasi adalah seberapa lama seseorang dalam melakukan phubbing.
- b. Frekuensi adalah seberapa sering seseorang dalam melakukan phubbing.

Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) aspek dari perilaku phubbing ada empat yaitu:

- a. Nomophobia, Aspek ini dapat diartikan sebagai perasaan takut terpisahkan dari handphone sendiri.
- b. Konflik interpersonal, Aspek ini merujuk pada konflik yang dirasakan antara diri sendiri dan orang lain.
- c. Isolasi diri, Adapun maksud dari aspek ini adalah menggunakan ponsel untuk melepaskan diri dari aktivitas sosial dan mengisolasi diri dari orang lain.

d. Problem acknowledgement, Aspek yang ke empat adalah pengakuan akan adanya permasalahan phubbing.

Menurut Kwon, Kim, Cho, dan Yang (2013) aspek - aspek perilaku phubbing ada tiga yaitu:

a. Gangguan pada kehidupan sehari-hari

Adapun contoh hal-hal yang termasuk pada gangguan kehidupan sehari-hari pada perilaku phubbing adalah kehilangan pekerjaan yang direncanakan, mengalami kesulitan berkonsentrasi di kelas atau saat bekerja, mengalami sakit kepala atau penglihatan yang kabur, sakit pada pergelangan tangan atau di bagian leher, dan gangguan tidur.

b. Penarikan diri

Hal ini dapat dideskripsikan sebagai kondisi dimana individu menjadi mudah marah, gelisah dan tidak bisa menahan diri jika tidak menggunakan smartphone, terus menerus bersama smartphone dan tidak bisa lepas dari gadget serta menjadi kesal dan marah ketika terganggu saat menggunakan smartphone.

c. Toleransi

Aspek ini didefinisikan sebagai seseorang yang selalu gagal dalam mengontrol penggunaan smartphone.

Dalam penelitian ini, peneliti akan menggunakan aspek-aspek perilaku phubbing oleh Karadağ, dkk. (2015), yaitu gangguan komunikasi (communication disturbance) dan obsesi terhadap smartphone (phone obsession), karena lebih sesuai dengan fenomena yang ditemukan peneliti di lapangan.

2.1.3 Karakteristik Perilaku Phubbing

Menurut penelitian Karadag (2015) bahwa karakteristik dari perilaku phubbing sebagai berikut:

a. Perilaku phubbing adalah perilaku yang kurang aktif berkomunikasi saat individu berada di tengah-tengah kontak sosial primer atau yang sifatnya langsung/tanpa perantara. Mengemukakan bahwa seseorang yang banyak menghabiskan waktu untuk mengakses internet, maka dia hanya punya sedikit waktu untuk berkomunikasi dengan orang lain secara nyata.

b. Selalu memperhatikan smartphone tanpa menghiraukan pembicaraan lawan bicaranya. Tindakan mengabaikan seseorang dalam lingkungan sosial dengan memperhatikan smartphone, bukan berbicara dengan orang tersebut secara langsung.

Menurut Chotpitayasunodh & Douglas (2018) terdapat karakteristik perilaku phubbing antara lain:

a. Penarikan kontak mata, merupakan bentuk pasif dari pengucilan sosial, dan ketidaktertarikan dengan lawan bicara. Individu yang menerima perlakuan tersebut cenderung mengalami kepuasan yang lebih rendah dibandingkan yang menerima kontak mata secara langsung.

b. Emosi yang membatasi hubungan interpersonal, emosi negatif dapat menyebabkan efek buruk seperti bubungan yang buruk dan konflik yang tinggi antar pribadi.

Berdasarkan uraian diatas bahwa karakteristik perilaku phubbing antara lain kurang efektif dalam berkomunikasi, fokus terhadap smartphone dan

menghiraukan lawan bicaranya serta, tidak adanya ketertarikan dalam berkontak mata serta emosi dalam hubungan interpersonal.

2.1.4 Ciri ciri Perilaku Phubbing

Menurut Karadag,E.,Tosuntas,S.B.,Erzen,E.,Duru,P.,Bostan& dkk (2015) terdapat beberapa ciri-ciri dari perilaku phubbing.yaitu:

1. Memiliki rasa takut yang berlebihan jika tidak menjawab telepon, melewatkan berita/tweet, tidak bisa memperbarui status, atau tidak ingin melewatkan informasi apapun
2. Melakukan dua percakapan sekaligus baik secara langsung atau dengan smartphone. Hal ini terjadi karena percakapan yang dilakukan berbeda dan tidak bisa fokus untuk salah satunya
3. Selalu meletakkan smartphone di samping dan selalu mengeceknya setiap saat seperti pada saat melakukan aktivitas atau sedang melakukan interaksi dengan orang lain
4. Muncul perasaan kehilangan ketika tidak bisa memeriksa smartphone atau ketika smartphone tidak dalam jangkuan

Menurut Ivan Goldberg (2018) terdapat beberapa ciri-ciri dari perilaku phubbing, yaitu:

1. Menatap smartphone pada saat berkomunikasi dengan orang lain
2. Menyakiti orang lain dengan cara bermain smartphone dan mengabaikan komunikasi yang berlangsung
3. Ketergantungan dalam menggunakan smartphone

4. Melakukan sedikit tatap muka dan interaksi sosial dengan orang lain

2.1.5 Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Phubbing

Menurut Karadag (2015) dalam penelitiannya beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku phubbing mencakup sebagai berikut:

a. Kecanduan Terhadap Smartphone

Kebutuhan akan lebih memiliki konsekuensi seperti penggunaan teknologi yang berlebihan, keterlibatan yang tinggi dalam teknologi dan akhirnya kecanduan teknologi. Ketergantungan ini sangat bergantung pada faktor yang memasuki kehidupan manusia dengan teknologi komputer. Smartphone dengan kemampuan smartphone memiliki dampak sebagai kecanduan. Menurut Young dan Rogers (Alrasheed & Aprianti, 2018) mengungkapkan bahwa kriteria kecanduan smartphone terdiri dari antara lain tidak mengenal waktu ketika bermain smartphone, terlalu memikirkan smartphone, kurangnya kontrol diri, merasa cemas jika tidak menggunakan smartphone.

b. Kecanduan terhadap internet

Selain banyak fasilitas yang telah disediakan dalam kehidupan sehari-hari, smartphone juga memberikan kemudahan dalam berinternet dan juga bermain game yang memberikan juga dampak negatif pada setiap individu. Hal ini yang juga menyebabkan perilaku individu yang berlebihan terkait penggunaan smartphone terutama dalam kecanduan smartphone.

c. Kecanduan Media Sosial

Jejaring sosial yang umum digunakan adalah saluran komunikasi di mana interaksi bisa sangat kompleks dan dapat berdampak besar pada orang-orang. Jejaring sosial yang mengandung banyak elemen seperti permainan, komunikasi, berbagi informasi dan multimedia dan mendorong orang untuk tetap online. Aplikasi yang paling umum digunakan tidak hanya aplikasi game, tetapi juga aplikasi untuk situs jejaring sosial seperti Facebook, Twitter, Instagram, dan WhatsApp dan sebagainya.

d. Kecanduan Terhadap Game

Diantara faktor-faktor yang mempengaruhi phubbing, kecanduan game adalah penyebab lain dari kecanduan yang mirip dengan kecanduan smartphone. Orang dengan manajemen waktu yang buruk menggunakan permainan untuk melarikan diri dari masalah dan sebagai alat untuk relaksasi mental. Dan menjadi perilaku adiktif (perilaku pembiasaan).

Menurut Chotpitayasunondh (2016) terdapat beberapa faktor-faktor yang menyebabkan perilaku phubbing, antara lain yaitu:

a. Kecanduan Smartphone

Penggunaan smartphone yang bermasalah berkaitan dengan penarikan diri, intoleransi, perilaku kompulsif dan gangguan fungsional. Penggunaan smartphone secara berulang-ulang akan berkaitan dengan masalah hubungan interpersonal dan pengembangan kepercayaan diri dan juga akan berkaitan dengan aktifitas sosial dan kenyamanan hubungan dalam hubungan.

b. Fear of Missing out

Fear of missing out (FoMo) merupakan individu yang memiliki rasa tidak aman terkait dengan penggunaan smartphone yang terus menerus yang menggambarkan seperti kecemasan, kegelisahan, kurang nyaman pada saat peristiwa, pengalaman ataupun dalam ketinggalan dalam menerima informasi yang juga memainkan peran penting dalam layanan jejaring sosial, suasana hati yang semuanya terhubung dengan kecanduan smartphone.

c. Kontrol Diri

Kontrol diri berkaitan dengan perilaku adiktif atau perilaku kecanduan dan juga dihubungkan dengan penggunaan smartphone yang bermasalah. Kesulitan dalam mengendalikan impuls atau keinginan pada saat menggunakan smartphone, oleh karena itu jika kontrol diri dapat menafsirkan bahwa kontrol diri berhubungan dengan penggunaan smartphone serta memprediksi bahwa penggunaan smartphone bermasalah menjadi perilaku phubbing.

Menurut Chotpitayahsunondh dan Douglas (2018) memberikan sebanyak empat Faktor yang berpengaruh terhadap timbulnya phubbing behavior, antara lain:

1) Nomophobia (No-Mobile Phone Phobia)

Nomophobia adalah fenomena yang timbul karena kecanduan smartphone dan dicirikan dengan perasaan cemas, gelisah, takut bila smartphone jauh dari jangkauan. Definisi nomophobia bukan sekedar orang gelisah ketika meninggalkan smartphone, tetapi kegelisan juga kecemasan itu timbul akibat beragam keadaan, misalnya tidak ada sinyal, daya smartphone habis, kehabisan kuota, dan lain-lain.

2) Interpersonal conflict

Konflik interpersonal merupakan satu konflik yang dialami antara pribadi bersama orang lain karena pemakaian smartphone. Konflik ini akan muncul saat smartphone berdering. Hal ini membuat seseorang merasa diacuhkan sehingga timbul rasa kecewa.

3) Self isolation

Self isolation merupakan suatu kondisi dimana individu memisahkan diri dari orang lain atau melarikan diri dari berbagai macam kegiatan sosial dan mengisolasi diri dengan cara memainkan smartphonenya.

4) Problem Acknowledgement

Problem Acknowledgement merupakan sebuah pengakuan dari individu itu sendiri bahwa individu tersebut memiliki masalah phubbing.

Menurut Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) menyatakan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi phubbing yaitu:

- a. Technology addiction, Kecanduan teknologi dapat berupa kecanduan internet, gadget, sosial media, dan game.
- b. FoMO Perasaan selalu ingin terhubung dengan orang lain di dunia maya dapat membuat individu melakukan phubbing.
- c. Lack of self-control Rendahnya kontrol diri dapat menimbulkan beragam Perilaku maladaptives pada individu, termasuk perilaku phubbing. Individu dengan kontrol diri yang rendah lebih mudah melakukan phubbing dari pada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi.

Berdasarkan uraian diatas bahwa faktor-faktor perilaku phubbing antara lain kecanduan (meliputi smartphone, media sosial serta game), kecanduan internet, kontrol diri, yang menyebabkan kegelisahan serta adanya konflik terhadap individu yang memisahkan diri dari lingkungan sekitar.

2.2 Kontrol Diri

2.2.1 Definisi Kontrol Diri

Menurut Averill (1973) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengatur perilaku dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakininya. Milyavskaya dan Inzlicht (2018) mengatakan bahwa kontrol diri sebagai penghambat upaya untuk segera memuaskan perilaku atau dorongan hati. Menurut Thalib (2010) kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dalam diri maupun dari luar diri individu.

Menurut Ubaedy (2005), kontrol diri merupakan kemampuan untuk menrik diri dari norma yang tidak diinginkan ke norma yang diinginkan. Kontrol diri dilakukan untuk memahami (memproses) dan menghasilkan tanggapan yang sesuai dengan minat, kebutuhan, dan keinginannya sendiri.

Menurut Ghufon dan Risnawati (2010) kontrol diri merupakan kemampuan dan kepekaan individu dalam melihat situasi dan lingkungannya dan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif sesuai kondisi

dalam menampilkan diri pada saat melakukan sosialisasi serta kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi di lingkungannya.

Menurut Chaplin (2011) kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan impuls-impuls dari tingkah laku, yang dimana menyangkut kepercayaan yang dijadikan sebagai acuan dalam bertindak ataupun mengambil keputusan dalam suatu hal.

Menurut Baumeister (2018) kontrol diri adalah salah satu dari dua kualitas yang menurut psikologi memiliki konsekuensi positif dalam aktivitas dan usaha, lintasan hidup, dan dalam situasi yang sangat umum. Kontrol diri mengacu pada kemampuan untuk mengubah reaksi seseorang terutama kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan standar seperti cita-cita, nilai, moral, dan harapan masyarakat dan untuk mengejar tujuan jangka panjang, tujuannya untuk mengarah pada perilaku positif.

Berdasarkan definisi yang di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri atau pengendalian diri merupakan kemampuan individu untuk mengontrol ataupun mengarahkan serta mengkoordinasikan tindakan dan impuls dalam diri sendiri dan mengarah ke hal yang lebih positif. Dan juga kontrol diri diartikan sebagai pengendalian diri yang dimana mampu melakukan pertimbangan ataupun berpikir sebelum bertindak dalam melakukan sesuatu dan mengendalikan reaksi impuls untuk tidak menyakiti diri sendiri,

2.2.2 Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (dalam Thalib, 2010) ada tiga aspek kontrol diri diantaranya yaitu:

- a. Kontrol perilaku merupakan kesiapan atau kemampuan seseorang untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dalam hal ini berupa kemampuan untuk menentukan siapa yang mengedallikan situasi, dirinya sendiri, orang lain atau sesuatu di luar dirinya.
- b. Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan.
- c. Kontrol dalam mengambil keputusan merupakan kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujui.

Menurut Ghufron & Risnawati (2010) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu:

- a. Kontrol perilaku (behavior control)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini dibagi menjadi dua komponen yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan yang merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengedalikan situasi atau keadaan sedangkan kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengatasi bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki untuk dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat dilakukan dalam mengontrol perilaku

antara lain yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung serta menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan lain- lain.

b. Kontrol Kognitif (Cognitive Control)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan ataupun menilai serta menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Kontrol kognitif terdiri dari dua komponen yaitu, memperoleh informasi yang merupakan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu tersebut dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan sedangkan melakukan penilaian merupakan individu yang berusaha menilai dan suatu keadaan dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Kontrol Keputusan (decisional control)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang 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.

Menurut Tangney, Baumeister, Boone (2004) menyebutkan ada lima aspek self control, yaitu:

a. Disiplin Diri (Self Dicipline)

Aspek ini mengacu pada kemampuan diri individu dalam melakukan sesuatu. Hal ini berarti individu mampu. Artinya individu mampu

memfokuskan diri ketika melakukan tugas. Individu dengan disiplin diri yang baik mampu menahan diri dari hal-hal yang dapat mempengaruhi konsentrasinya.

b. Tidak Tergegesa-gegesa (Deliberate atau Nonimpulsive)

Aspek ini menilai terkait kecenderungan individu ketika melakukan sesuatu dengan tindakan yang tidak impulsive. Individu dengan kecenderungan impulsive mempunyai pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati, dan tidak tergegesa-gegesa dalam mengambil keputusan.

c. Kebiasaan Hidup Sehat (Healthy Habits)

Healthy habits adalah mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang sehat. Individu dengan healthy habits akan meninggalkan sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan.

d. Regulasi diri

Menilai tentang etika individu ketika melakukan aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki work ethics dapat menyelesaikan tugas tanpa terpengaruh hal-hal yang ada diluar tugasnya.

e. Konsisten (Reliability)

Kemampuan individu dalam menangani sebuah tantangan. Individu yang memiliki reliabilitas mampu melaksanakan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

Menurut Baumeister & Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019) factor yang mempengaruhi kontrol diri antara lain:

1) Orang tua

Ikatan dengan orang tua memberi fakta yang telah dipertimbangkan bahwa orang tua berpengaruh atas self control anak. Orang tua yang memberikan pendidikan keras serta otoriter pada anak dapat membuat anak kurang bisa mengarahkan dirinya serta memiliki rasa simpati yang kecil terhadap lingkungan sosial. Sebaliknya para orang tua yang sejak awal telah mendidik anak supaya mandiri memberi kebebasan untuk menyelesaikan pilihannya sendiri, hingga anak tersebut mempunyai self control baik.

2) Budaya

Individu yang terdapat pada satu lingkungan sosial akan terikat dengan kultur (kebudayaan) pada lingkungan itu. Semua lingkungan sosial memiliki budaya atau adat-istiadat yang berlainan satu sama lain. Kondisi ini berpengaruh atas kontrol diri individu selaku bagian lingkungan sosial.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang pada kontrol diri ada tiga yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif serta kontrol keputusan, sehingga kemampuan seseorang dalam memodifikasi perilaku, memperoleh informasi dengan merespon perilaku dan perilaku yang akan dilakukan atau tindakan yang direspon.

2.2.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Menurut Dayaksini. T & Hudaniah (2003) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut:

a. Kepribadian

individu mempunyai kepribadian yang berbeda (unik) sehingga individu memiliki respons yang berbeda terhadap situasi yang individu hadapi. Dalam merespons situasi tertentu ada individu yang cenderung aktif namun ada juga individu yang lamban dalam merespons situasi yang individu itu hadapi.

b. Situasi

Individu mempunyai strategi yang berbeda pada keadaan/situasi tertentu. Situasi yang berbeda di hadapi akan di persepsi berbeda oleh individu bahkan tidak jarang situasi yang sama pada beberapa individu dapat di persepsi berbeda oleh masing-masing individu sehingga akan mempengaruhi bagaimana individu memberikan respons terhadap situasi yang dihadapinya. Setiap memiliki karakteristik tertentu yang dapat mempengaruhi respons yang akan dilakukan oleh individu.

c.. Etnis

Etnis atau budaya mempengaruhi individu dalam bentuk keyakinan atau pemikiran. Setiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai yang membentuk cara individu dalam berhubungan atau bereaksi dengan lingkungan. Budaya mengajarkan nilai yang akan menjadi penentu perilaku individu, sehingga individu yang hidup dalam budaya berbeda akan memberikan respons yang berbeda dalam menghadapi situasi yang menekan.

d. Pengalaman

Pengalaman membentuk proses pembelajaran pada diri individu, Individu menggunakan pola pikir yang kompleks dan pengalaman terhadap situasi

sebelumnya untuk memberikan tore respons terhadap tekanan yang dihadapinya, pengalaman positif akan mendorong individu untuk merespons sama dengan kejadian sebelumnya, sedangkan pengalaman negatif akan merubah respons terhadap tekanan yang dihadapi individu.

Menurut Ghufron dan Risnawita (2010) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut

a. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi pengendalian diri antara lain usia dan kematangan. Ketika kepribadian seseorang berkembang, begitu pula kemampuan mereka untuk mengendalikan diri.

b. Faktor Eksternal

Faktor yang berasal dari luar diri individu yang akan memberikan dampak terhadap kontrol diri seperti lingkungan keluarga seperti pola asuh keluarga yang akan menentukan bagaimana kemampuan individu dalam mengendalikan diri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan faktor faktor dari kontrol diri termasuk kepribadian yang didapat dari internal maupun eksternal, etnis, situasi serta pengalaman yang akan membentuk suatu karakter pada diri seseorang dan bagaimana cara mengendalikan serta memahami keadaan situasi yang sedang terjadi dan juga respon yang akan dilakukan dan akibat yang akan didapat dari lingkungan sekitar.

2.3 Hubungan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Phubbing

Kemajuan teknologi sangat meningkat sangat drastis, yang dapat memberikan kemudahan dalam aktivitas manusia salah satunya teknologi

smartphone. Penggunaan smartphone yang paling banyak digunakan oleh remaja dan hampir tidak lepas dengan penggunaan smartphone yang dimiliki.

Semakin berkembangnya teknologi atau kecanggihan pada smartphone juga akan meningkatkan waktu penggunaan smartphone, sehingga kemungkinan terjadinya perilaku phubbing juga semakin tinggi dan sulit untuk mengontrol diri dalam penggunaannya dan mengarahkan ke dalam perilaku yang tidak baik serta mengambil tindakan yang tidak sesuai. Sehingga interaksi sosial pada siswa yang menggunakan smartphone secara berlebihan yang mengakibatkan munculnya perilaku phubbing yang akan mempengaruhi dengan kualitas interaksi sosial serta komunikasi interpersonal yang rendah.

Salah satu dampak negatif jika menggunakan smartphone secara berlebihan yaitu kecanduan dan kurangnya mengontrol diri dalam menggunakan smartphone sehingga lupa waktu untuk melakukan aktivitas lainnya, menggunakan aktivitas online yang intensif sehingga mencurahkan banyak waktu untuk menggunakan smartphone setiap hari tidak peduli dengan kondisi di lingkungan sekitar dan juga dampak negatif dalam proses pembelajaran remaja lupa akan dengan tugas dan mengganggu dalam proses belajar di sekolah dan dampak positif dalam penggunaan smartphone yaitu dapat mengakses sesuatu yang bermanfaat, dapat berkomunikasi dengan dunia di luar lingkungan sekitar, untuk menghindari suasana yang tidak menyenangkan dan lain-lain.

Hasil penelitian sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Muna dan Astuti (2014) bahwa remaja memunculkan kecenderungan kecanduan media sosial berkaitan dengan kemampuan remaja untuk melakukan pengendalian atas perilakunya atau kontrol diri.

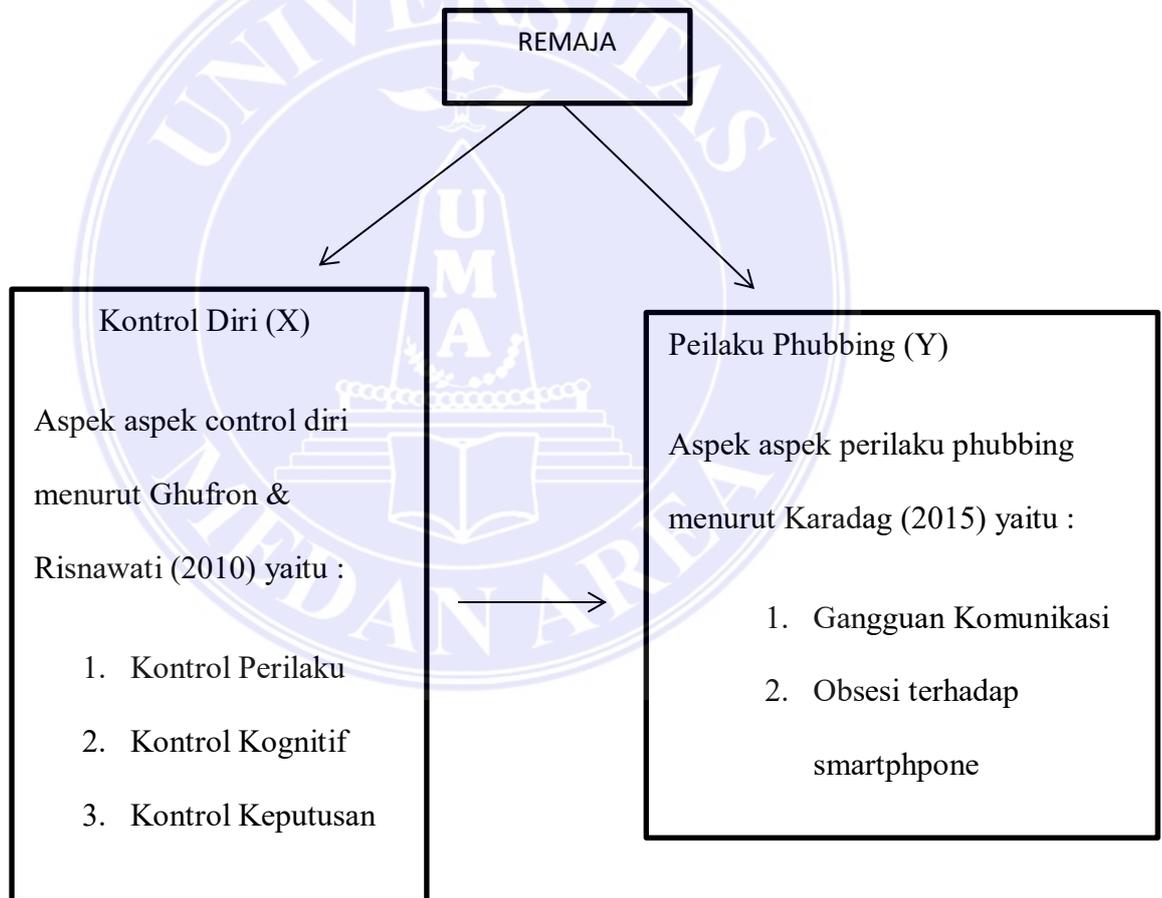
Penelitian yang dilakukan oleh Lee (2013) yang menyebutkan bahwa fenomena phubbing karena besarnya ketergantungan individu terhadap smartphone dan menurut Karadag (2015) bahwa perilaku phubbing merupakan individu yang menggenggam smartphonenya pada saat melakukan pembicaraan dengan orang lain, sibuk dengan smartphonenya serta mengabaikan komunikasi interpersonalnya, individu yang melakukan phubbing menjadikan diri menjadi pasif dan tidak melakukan komunikasi dan sosialisasi dengan lingkungan sekitar.

Ketika remaja merasa tidak bersalah pada saat mengabaikan teman atau orang yang ada disekitar, maka remaja tersebut memiliki kontrol diri yang rendah. Menurut Ghufroon dan Risnawati (2020) kontrol diri merupakan cara individu untuk dapat mengendalikan tingkah lakunya yang akan mengacu kepada pertimbangan- pertimbangan yang dilakukan individu saat mengambil sebuah keputusan atau tindakan dan mampu mengendalikan tingkah laku jika kontrol diri bertambah tinggi.

Mengabaikan kontak mata ketika berlangsungnya diskusi atau komunikasi secara langsung maka remaja diduga memiliki perilaku phubbing yang tinggi dikarenakan remaja tidak mampu melakukan komunikasi secara langsung. Jika remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu menahan diri dalam menggunakan smartphone ketika berlangsungnya komunikasi secara langsung dan akan memperhatikan serta mendengarkan lawan bicara serta tidak terpengaruh dengan notifikasi yang masuk jika tidak terlalu penting.

Namun sebaliknya jika seorang remaja memiliki kontrol diri yang rendah maka ia tidak mampu untuk mengatur dan mengendalikan keinginannya untuk menggunakan smartphone. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Chotpitayasunondh (2015) yang menunjukkan bahwa perilaku phubbing membuat seseorang lebih fokus kepada smartphonenya dan mengabaikan lawan bicaranya, sehingga dalam satu perkumpulan masing- masing orang tersebut lebih memilih menggunakan smartphone dibandingkan saling berkomunikasi satu sama lain.

2.4 Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu Penelitian ini di lakukan pada bulan November 2023. Penelitian ini dilaksanakan di SMAS Bintang Laut Kecamatan Bangko.

3.2 Bahan Dan Alat

Bahan yang digunakan adalah kertas dan alat yang digunakan laptop, pena dan handphone

3.3 Tipe Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif, dimana penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk menguji kebenaran teori bahwa ada hubungan antara variable terikat dan variable bebas penelitian. Penelitian kuantitatif dinamakan metode tradisional karena metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini di sebut sebagai metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan di analisis menggunakan statistic (Sugiyono, 2014).

Dalam mengukur hubungan dua variabel itu sendiri, peneliti menggunakan instrumen pengumpulan data berupa skala, sehingga data-data yang di dapatkan akan berbentuk angka-angka atau numerik yang selanjutnya akan di olah atau analisis berdasarkan prosedur-prosedur statistic. Jenis penelitian ini adalah korelasional, dimana peneliti ini bertujuan untuk mencari hubungan antara dua variabel tanpa melakukan intervensi terhadap variabel yang bersangkutan,

sehingga data yang diperoleh dari responden murni tanpa adanya campur tangan dari peneliti (Azwar, 2012).

Dalam penelitian kuantitatif ini, peneliti menggunakan model korelasional berlawanan arah, yaitu untuk mengetahui bagaimana hubungan kontrol diri dengan perilaku phubbing remaja. Data dikumpulkan secara langsung dengan menggunakan instrument angket atau kuesioner yang dibagikan kepada responden.

Menurut Sugiyono (2014) variable penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga mendapatkan informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, variabel yang digunakan adalah variable bebas (independen) dan varabel terikat (dependen), yaitu:

1. Variabel bebas (X) Kontrol Diri
2. Variabel terikat (Y) Perilaku Phubbing

3.5 Definisi Operasional Variabel Penelitian

a. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengontrol ataupun mengarahkan serta mengkoordinasikan tindakan serta konsekuensi terhadap diri sendiri dan mengarah ke hal yang positif yang meliputi aspek aspek antara lain: kontrol kognitif, kontrol perilaku serta kontrol keputusan.

b. Perilaku *Phubbing*

Perilaku *Phubbing* merupakan sikap atau perilaku yang berfokus kepada *smartphone*, lebih mengutamakan dan fokus terhadap *smartphone* yang digenggam dan mengabaikan seseorang ataupun lawan bicara pada saat melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar yang dapat dilihat dari aspek-aspek antara lain gangguan komunikasi dan obsesi terhadap *smartphone*.

3.6 Populasi dan Sampel

3.6.1 Populasi

Populasi adalah area generalisasi dari hal-hal atau orang-orang yang peneliti ingin pelajari dan ditarik kesimpulannya. Itu terdiri dari hal-hal atau orang-orang yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas xi SMAS Bintang Laut yang berjumlah 108 siswa/i. Setelah populasi penelitian ditentukan, maka ditempatkan sampelnya.

3.6.2 Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut menjadi sumber data dalam penelitian, dimana populasi merupakan bagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi.

3.6.3 Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono (2013) sampel merupakan bagian dari karakteristik objek penelitian dan jumlah yang dimiliki populasi. Penelitian ini menggunakan Teknik *purposive sampling* yang penentuan pengambilan sampel berdasarkan kriteria yang sudah ditetapkan oleh peneliti. Subjek dari penelitian ini harus memenuhi kriteria sebagai berikut :

- a. Siswa kelas XI SMAS Bintang Laut Kecamatan Bangko yang memiliki *smartphone*
- b. Siswa yang menggunakan *smartphone* setiap hari dimana saja dan kapan saja
- c. Penggunaan *smartphone* lebih dari 5 jam
- d. Siswa yang bersedia menjadi sampel penelitian

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 108 siswa

3.7 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang dilakukan oleh seseorang peneliti untuk mendapatkan data-data dari masyarakat agar ia dapat menjelaskan permasalahan penelitiannya. Skala merupakan suatu instrument atau mekanisme untuk membedakan individu dalam hal terkait variabel yang kita pelajari. Adapun teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket).

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang di lakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila penelitian tahu dengan pasti variabel yang akan di ukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Kuesioner cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner dapat berupa pertanyaan atau pernyataan tertutup atau terbuka. Dapat diberikan kepada responden secara langsung atau di kirim melalaui internet.

Adapun skala likert yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap suatu fenomena sosial yang dikumpulkan berupa angka-angka (Sugiyono, 2013). Skala likert disusun atas 2 macam pernyataan yaitu aitem favorable (mendukung ataupun memihak kepada objek sikap) dan aitem unfavorable (tidak mendukung objek sikap). Dalam penelitian ini ada empat alternatif jawaban antara lain: *SS* (Sangat Setuju), *S* (Setuju), *TS* (Tidak Setuju), dan *STS* (Sangat Tidak Setuju).

3.8 Analisis Data

3.8.1 Validitas

Hasil penelitian yang valid apabila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Uji ini dilakukan agar instrument yang digunakan benar-benar berfungsi sebagai alat ukur baik untuk menguji validitas dalam penelitian ini. Penelitian menggunakan korelasi product moment yang perhitungannya menggunakan SPSS.

3.8.1 Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup di percaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik. Reliabel artinya dapat dipercaya, jadi dapat diandalkan. Untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini, maka penelitian akan menggunakan Crombach Alpha dari crombach yang perhitungannya menggunakan SPSS.

3.9 Metode Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka menentukan kesimpulan untuk mencapai tujuan penelitian. Metode analisis data dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik korelasi product moment dari Karl Pearson, dimana apabila ingin melihat hubungan dua variabel dan data yang dikumpulkan bukan nominal ataupun ordinal, maka teknik yang paling sesuai adalah product moment correlation.

Sebelum melakukan analisis data semua data yang diperoleh dari subjek penelitian terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, yang meliputi:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji persyaratan analisis yang bertujuan untuk mengetahui apakah data dari masing-masing variabel penelitian yaitu variabel bebas (kontrol diri) dan variabel terikat (perilaku phubbing remaja) telah menyebar secara normal atau tidak.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah data dari variabel bebas (kontrol diri) memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat (perilaku phubbing remaja).



BAB V

KESIMPULAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang sudah dipaparkan oleh peneliti terkait dengan hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing, maka diperoleh kesimpulan yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja SMA kelas XI, berdasarkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,619$ dimana $0,000 < 0,05$. Arah hubungan antara variabel kontrol diri dengan perilaku phubbing adalah negatif. Artinya, semakin rendah kontrol diri siswa SMA kelas XI, semakin tinggi perilaku phubbing yang dimiliki. Sebaliknya, semakin tinggi kontrol diri siswa, semakin rendah perilaku phubbing yang dimiliki. Variabel kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar $38,3\%$ sebagai faktor penyebab perilaku phubbing remaja SMA kelas XI, sisanya dipengaruhi oleh faktor yang lainnya

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, beberapa saran yang diberikan peneliti yaitu:

1) Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian disarankan menambah waktu untuk berinteraksi secara tatap muka dengan teman-teman serta membatasi penyalahgunaan *smartphone* sesuai porsinya. mengatur jarak antara kegiatan sehari-hari dengan penggunaan *smartphone*, mengatur durasi saat membuka media sosial, membuat konsekuensi apabila tidak dapat menahan diri untuk membuka media sosial, ataupun meningkatkan interaksi dengan lingkungan sekitar, menyibukkan diri dengan berbagai aktivitas fisik seperti berolahraga dan menyalurkan hobi untuk menghindari kemungkinan melakukan perilaku *phubbing*.

2) Bagi Kepala Sekolah

Saran Kepada Sekolah serta pihak sekolah diharapkan lebih tegas serta terarah sebagai bentuk pembatasan dalam penggunaan *smartphone* pada siswa dilingkungan sekolah dan hanya dipergunakan sesuai kebutuhan belajar dan pada saat praktek dilapangan ataupun dalam keadaan mendesak. Dan memberikan penyuluhan atau amanat kepada guru agar lebih memperhatikan perilaku siswa serta kepada siswa tentang dampak positif dan negatif dalam menggunakan *smartphone*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abivan, Muhibbu..(2022). "Gambaran Perilaku Phubbing dan Pengaruhnya terhadap Reamaja pada Era Society 5.0". Jurnal Islamic Counseling. 5(2), 155-164
- Alamsyah. (2018, 18 Februari). Pelajaran berharga yang bisa kamu petik.
- Anisa, N., & Munatirah, H. (2018). Intensitas penggunaan smartphone terhadap perilaku phubbing (studi penelitian pada masyarakat kota Banda Aceh yang mengunjungi warung kupa di kecamatan Lueng Bata). Jurnal Komunikasi, 3(1), 1-14.
- Averill, J. R. (1973). *Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. Psychological Bulletin*, 80(4), 286–303. doi: 10.1037/h0034845.
- Borba, M. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). *how “phubbing” becomes the norm: the antecedents and consequences of snubbing via smartphone. Computers in Human Behavior*, 63, 9-18..
- Damashinta. (2019). " Phubbing menjauhkan yang dekat ". Diambil dari : <https://news.soloos.com/read20190327/525/980931/phubbingmenjauhkan-yang-dekat>.
- David, M., & Roberts, J. (2017). *Phubbed and alone: phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. The University of Chicago Press*, 2(2), 155-163. doi: 10.1086/690940
- Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2012). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA.
- Hanika, I M.(2015) ."Fenomena Phbbing di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya)". Jurnal Interaksi. 4(1).42-51
- Harty, I. (2018, 29 Mei). Phubbing istilah untuk orang yang lebih fokuskan gawai

daripada sekitar.

- Hura, M. S., Sitasari, N. W., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh fear of missing out terhadap perilaku phubbing pada remaja. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 19.
- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.*(Edisi Kelima). Jakarta: Erlangga.
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B. M., & Babadag, B. (2015). *Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model . Journal of behavioral addictions, 4(2),60-74.*
- Karadag, H. (2015). Financial management challenges in small and medium-sized enterprises: A strategic management approach. *EMAJ: Emerging Markets Journal , 5(1),26-40.*
- Muna, F. R., & Astuti, P. T. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecaduan media sosial pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi*.
- Raharjo, Pambudi (2021). "Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing". *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 9(1). 1-12.
- Safitri, N. (2023). "*HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU PHUBBING PADA SISWA SMAN 2 KOTA BUKITTINGGI*". *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi)*.13(2).197-210
- Saputra, P. (2014). Fenomena penggunaan smartphone di kalangan pelajar (studi kasus di smp islam athirah i Makassar).
- Sitanggang, K. (2021). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja di Kecamatan Bukit Raya. Universitas Islam Riau.
- Sumiyana, Baridwan, Z., Sugiri, S., & Jogiyanto Hartono, M. (2010). Accounting fundamentals and the variation of stock price: Factoring in the investment scalability. *Gadjah Mada International Journal of Business*, 12(2), 189–229. <https://doi.org/10.22146/gamaijb.5508>

- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa Abdullah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 83–96. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>
- Taufik, Eduardo., Dewi, S Y., & Muktamiroh, H.(2020). " Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Kecenderungan Perilaku Phubbing Pada Remaja Di SMAN 34 Jakarta". *Jurnal Seminar Nasional Riset Kedokteran (SENSORIK)*. 321-327
- Thaeras, F. (2017, 14 Juli). Fenomena sosial yang merusak hubungan. *CNNIndonesia.com*.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human development(9thed)*. New York: McGraw Hill.
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237–246. <https://doi.org/10.1177/0265407512453827>
- Yusnita, Y., & Syam, M, H. (2017). Pengaruh perilaku phubbing akibat penggunaan gawai berlebihan terhadap interaksi sosial mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 2(3). 1-11.
- Yuswohady. (2016, 17 Januari). Millennial trends 2016. *Yuswohady.com*.



No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya akan mencari teman untuk bercerita dan menjahui teman saya yang sibuk dengan smartphone				
2	Saya akan menolak ajakan teman saya bermain game pada saat mengerjakan tugas di kelas				
3	Saya sulit menyelesaikan tugas karna penggunaan smartphone yang berlebihan				
4	Saya cenderung mengabaikan teman saya ketika berbicara pada saat saya sedang asyik menggunakan smartphone				
5	Saya akan menyimpan smartphone saya di saku baju dan ikut bergabung ke teman-teman untuk bercerita				
6	ketika teman saya sedang berbicara saya cenderung mengabaikan dan memilih menggunakan smartphone				
7	Saya tidak peduli ketika teman disebelah saya tersinggung karena saya sibuk dengan menggunakan smartphone				
8	Saya akan mensilent smartphone ketika belajar kelompok bersama teman				
9	Pada saat berkumpul bersama teman , saya menyarankan kepada teman-teman untuk tidak menggunakan smartphone agar obrolan lebih menvenangkan				
10	Saya terkadang bingung memilih menggunakan smartphone atau berbicara dengan teman sekitar				
11	Saya selalu menghidupkan smartphone dimanapun berada dan selalu mengecek notifikasi vang muncul				
12	Saya tetap berada di samping teman saya				

	walaupun tidak ada terjalin komunikasi secara langsung dan sibuk bermain smartphone				
13	Saya menerima ajakan teman untuk bermain game jika pelajaran tidak dimengerti				
14	Saya mampu mengerjakan tugas dengan baik sembari mendengarkan music dari smartphone				
15	Saya menunda bermain game ketika teman saya membutuhkan teman bercerita				
16	Saya tetap menggunakan smartphone walaupun teman saya sedang bercerita				
17	Ketika smarphone saya sudah habis baterai saya segera mencarger smartphone dan menggunakan dalam kondisi dicarger				
18	Saya akan tetap fokus mendengarkan lawan bicara walaupun banyak notifikasi dismartphone				
19	Ketika smartphone saya menerima notifikasi saya segera mengecek dan membalas walaupun sedang mengerjakan tugas				
20	Saat sedang berbicara dengan teman terkadang saya memotong pembicaraan untuk membalas pesan yang masuk				
21	Saya lebih memilih membantu teman saya dalam mengerjakan tugas daripada bermain game online				
22	Saya akan mengabaikan notifikasi yang muncul ketika saya sedang berbicara dengan teman sava				

STS = Bila merasa **SANGAT TIDAK SETUJU** dengan pernyataan yang diajukan

No	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Ketika smartphome saya berdering, saya langsung segera mengangkat telepon tersebut meskipun sedang berbicara dengan teman				
2	Saya akan segera memotong pembicaraan dengan teman sava, Jika ada panggilan masuk				
3	Saya tidak suka mengirim pesan ketika saya berbicara dengan teman saya				
4	Saya merasa tidak wajar jika mengirim pesan ketika berbicara dengan teman tanpa iiii				
5	Saya merasa ada yang kurang ketika saya sedang berpergian tanpa membawa smartphome				
6	Ketika bangun tidur , hal yang pertama saya cari adalah smartphome saya				
7	Saya lebih mendahulukan tugas saya dibandingkan menggunakan smartphome				
8	Saya selalu membatasi diri dalam menggunakan smartphome dalam sehari dan melakukan aktivitas lain daripada menggunakan smartphome				
9	Saya lebih memilih mengabaikan panggilan yang masuk ketika sedang berbicara dengan teman				
10	Saya tidak peduli dan menolak panggilan masuk ketika sedang berbicara dengan teman				
11	Saya sering mengecek notifikasi media sosial saat berbicara dengan orang lain				
12	Saya jarang mengecek notifikasi media sosial saat berbicara dengan orang lain				
13	Saya bersikap biasa saja jika tidak menggunakan smartphome setiap saat				
14	Ketika bangun tidur, saya melakukan aktivitas lain daripada menggunakan				

	smartphone				
15	Pada saat mengerjakan tugas saya mengecek dan menggunakan smartphone saya terlebih dahulu				
16	Saya ter kadang lupa waktu dalam menggunakan smartphone dan mengabaikan tugas atau aktivitas lainnya				
17	Saya merasa tidak nyaman jika harus meninggalkan ponsel				
18	Saya merasa aman bahkan ketika tidak membawa ponsel saya				





KD	ITEM PERNYATAAN																					
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
X	2	3	2	4	4	4	4	4	2	4	1	4	1	4	3	4	2	3	1	3	4	3
X	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2
X	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2
X	3	3	1	3	4	3	3	2	4	1	1	3	2	4	3	3	2	4	1	2	2	3
X	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3
X	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	4	2	1	3	3	2
X	3	4	2	3	3	4	3	1	3	2	1	3	2	2	3	4	2	2	2	4	3	2
X	2	2	4	2	4	2	3	3	2	2	1	3	3	4	2	3	4	2	2	3	2	3
X	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2
X	3	3	1	3	4	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	4	1	3	3	3	2	4
X	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
X	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	2	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3
X	3	3	1	2	3	3	4	2	3	2	1	3	2	4	3	2	3	3	1	3	3	3
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3
X	2	4	3	1	4	4	4	3	4	3	1	2	4	4	3	4	4	1	4	4	3	3
X	2	3	2	3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
X	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	2	2	4	3
X	3	4	1	4	4	4	4	2	1	1	1	4	2	4	4	3	1	3	2	1	3	3
X	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3
X	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2
X	3	4	3	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2
X	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3
X	2	1	3	4	3	4	4	3	1	4	1	3	4	1	4	4	2	3	2	4	3	2
X	2	3	3	2	3	3	3	2	2	1	3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3
X	2	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
X	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	1	3	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3
X	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
X	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
X	3	2	2	1	2	2	2	2	1	1	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	1

Tabulasi Variabel Prilaku Phubbing

pp	ITEM JAWABAN																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Y	2	2	1	3	1	1	3	2	2	2	1	2	1	3	1	2	4	3
Y	2	1	3	2	1	1	1	2	4	2	1	2	4	2	1	1	3	3
Y	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3
Y	1	2	3	3	1	1	3	3	2	2	2	3	4	2	1	2	4	3
Y	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
Y	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	3	4	3
Y	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3
Y	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4
Y	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
Y	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Y	1	2	3	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3
Y	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3
Y	2	2	3	3	1	1	3	3	2	2	2	3	3	1	2	3	2	4
Y	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3
Y	2	2	3	3	1	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3
Y	2	2	3	4	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	1	4	4	4
Y	2	2	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4
Y	1	2	3	3	2	1	3	3	2	2	3	2	3	2	1	3	4	4
Y	2	2	3	3	1	1	3	2	2	2	1	3	3	2	1	1	4	4
Y	1	1	2	2	1	1	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	4
Y	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2



KD	ITEM PERNYATAAN																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
X	1	4	1	1	4	2	2	3	2	1	1	4	2	4	2	1	1	2	2
X	3	1	3	2	4	3	4	1	1	1	2	3	4	2	2	1	2	3	2
X	2	3	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	2	2	4	2	3	2
X	2	1	2	3	3	1	4	3	3	1	3	3	4	1	4	3	2	4	4
X	1	1	3	1	1	4	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	1	3
X	2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1
X	2	1	2	1	1	2	4	3	4	1	4	2	4	1	4	1	1	2	2
X	3	1	4	4	1	4	1	4	3	1	3	3	4	3	4	3	1	3	4
X	2	2	2	1	2	1	4	1	1	3	4	2	4	1	4	1	1	2	2
X	3	1	4	4	1	3	2	1	4	3	1	4	2	4	4	1	3	3	2
X	4	1	3	4	3	4	1	4	4	2	3	3	4	3	4	4	2	3	2
X	1	2	4	4	1	1	2	3	3	4	1	4	3	3	3	1	4	4	1
X	1	2	4	4	1	1	2	3	3	4	1	2	2	1	4	4	2	3	2
X	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	2	1	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	2	3	1
X	1	3	2	1	4	1	3	4	1	1	4	3	4	1	4	1	2	1	2
X	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
X	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
X	4	3	1	3	3	2	4	1	3	1	4	4	4	3	4	2	3	4	4
X	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1
X	3	4	2	1	4	1	4	2	1	2	3	4	4	4	4	3	1	4	4
X	3	2	2	1	3	1	3	3	1	3	4	3	3	1	2	3	1	3	2
X	1	1	2	1	1	3	1	1	1	3	2	3	4	4	1	1	4	1	3
X	1	3	1	1	4	1	4	3	1	3	2	3	3	3	2	1	4	1	3
X	3	3	4	4	1	3	1	2	4	4	2	1	4	1	3	4	2	2	2
X	4	1	4	3	2	4	2	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3
X	1	1	1	2	4	1	1	3	2	1	3	2	1	4	1	1	1	1	1
X	2	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3

KD	ITEM PERNYATAAN																		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
X	1	1	3	3	2	2	5	2	4	4	3	3	3	3	1	2	4	3	3
X	3	1	2	2	2	1	1	3	2	1	2	3	4	4	3	3	3	4	3
X	2	4	1	2	4	1	3	2	1	2	1	2	3	4	4	3	3	4	4
X	4	4	2	2	4	3	4	3	2	2	4	4	4	4	2	2	2	2	2
X	4	1	2	2	3	2	3	4	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3
X	3	2	4	1	4	2	4	3	1	1	4	3	3	2	1	3	1	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	2	1	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	2
X	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	1
X	3	3	4	1	4	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	2
X	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	1
X	3	3	4	1	4	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	2
X	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	1
X	3	3	4	1	4	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	2
X	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	1
X	3	3	4	1	4	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1	3	1	1	1	2
X	1	1	4	1	4	1	4	1	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	1
X	3	3	4	1	4	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	3	1	2
X	4	4	1	1	4	1	4	2	1	4	1	3	1	4	4	4	3	1	2
X	3	2	4	1	4	1	2	1	1	4	3	2	3	3	4	4	1	1	1
X	1	1	3	1	4	4	4	3	1	3	2	1	1	1	1	1	4	1	3
X	1	4	3	2	4	1	4	2	2	4	3	4	1	4	3	1	4	2	2
X	4	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
X	1	3	4	1	1	4	1	4	1	1	4	1	1	3	3	4	1	4	1
X	2	2	2	3	3	3	4	2	1	2	1	4	2	2	3	3	2	3	1
X	2	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2
X	2	3	3	3	4	2	3	1	2	3	3	2	4	1	4	4	3	3	1
X	2	3	3	4	3	4	4	2	1	2	3	3	4	1	3	4	3	2	2
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
X	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	1	4	2	2	1	4	4	4	4
X	2	1	2	3	4	1	4	1	1	1	1	4	4	1</					

Tabulasi Variabel Perilaku Phubbing

pp	ITEM PERNYATAAN														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Y	2	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	1	3	2
Y	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
Y	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	4	2	2	2
Y	1	2	2	2	2	3	1	2	4	2	2	1	4	3	2
Y	4	3	4	3	3	4	2	2	3	3	4	4	1	2	2
Y	2	1	2	2	1	2	4	2	3	2	2	2	3	2	4
Y	4	4	3	4	4	3	1	1	3	4	4	3	1	1	1
Y	3	4	3	1	1	4	4	1	4	4	4	1	3	3	4
Y	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	2	4	4	2
Y	4	4	4	4	4	2	1	2	4	1	4	4	2	1	1
Y	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2
Y	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Y	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Y	2	4	3	2	3	1	1	1	2	1	1	3	1	2	3
Y	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2	2
Y	2	4	3	2	3	1	1	2	1	1	1	3	1	2	3
Y	3	1	4	3	3	1	1	3	1	3	4	4	3	1	1
Y	4	2	3	2	2	3	4	1	4	4	3	1	1	2	3
Y	3	1	4	3	3	1	1	3	1	3	4	4	3	1	1
Y	2	2	2	2	2	4	1	2	4	2	2	3	2	2	3
Y	4	4	4	4	4	4	2	4	2	3	2	3	3	1	2
Y	2	4	3	2	3	1	1	2	1	1	1	3	1	2	3
Y	3	1	4	3	3	1	1	3	1	3	4	4	3	1	1
Y	4	3	4	4	4	1	3	2	2	3	3	4	2	2	2
Y	3	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	3	3	3	3
Y	4	3	4	4	1	2	2	3	2	3	4	4	2	2	2
Y	2	2	4	1	2	4	4	4	3	1	4	3	2	3	3
Y	3	4	3	1	1	4	4	1	4	4	4	1	3	3	4
Y	1	3	3	3	3	4	3	3	3	3	1	2	4	4	2
Y	4	4	4	4	4	2	1	2	4	1	4	4	2	1	1
Y	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2
Y	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Y	4	2	3	3	3	1	1	3	3	2	3	4	1	1	4
Y	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	1



DATA SEBELUM UJI COBA

Reliability

Scale: KONTROL DIRI

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	35	100.0
Exclude d ^a	0	.0
Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.800	22

DATA SETELAH UJI COBA

Reliability

Scale: KONTROL DIRI

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	73	100.0

Excluded ^a	0	.0
Total	73	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.811	19

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KD2	3.12	.686	73
KD3	2.37	.808	73
KD4	2.85	.720	73
KD5	3.34	.478	73
KD6	3.32	.598	73
KD7	3.48	.503	73
KD8	2.77	.791	73
KD9	2.78	.932	73
KD10	2.60	.862	73
KD11	1.73	.854	73
KD13	3.04	.841	73
KD14	2.95	.896	73
KD15	3.16	.601	73
KD16	3.18	.631	73
KD17	2.67	.851	73
KD19	2.16	.746	73
KD20	2.86	.673	73
KD21	3.00	.553	73
KD22	2.64	.695	73

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD2	50.90	27.893	.410	.888
KD3	51.66	28.951	.399	.808
KD4	51.18	30.315	.363	.819
KD5	50.68	29.580	.393	.801
KD6	50.71	27.736	.514	.882
KD7	50.55	30.807	.349	.816
KD8	51.26	25.917	.595	.866
KD9	51.25	27.716	.380	.801
KD10	51.42	25.637	.568	.867
KD11	52.30	29.047	.369	.812
KD13	50.99	26.791	.441	.882
KD14	51.08	31.326	.379	.840
KD15	50.86	30.814	.323	.819
KD16	50.85	27.824	.467	.884
KD17	51.36	29.094	.365	.813
KD19	51.86	28.314	.310	.897
KD20	51.16	28.611	.315	.897
KD21	51.03	27.833	.548	.881
KD22	51.38	28.684	.391	.899

$$19 \times 4 + 19 \times 1 / 2 = 47,5$$

DATA SEBELUM UJI COBA

Reliability

Scale: PRILAKU PHUBBING

Case Processing Summary

	N	%
Cases Valid	35	100.0
Exclude d ^a	0	.0

Total	35	100.0
-------	----	-------

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.726	18

DATA SETELAH UJI COBA

Reliability

Scale : Perilaku Phubbing

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	73	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	73	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.822	18

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
PP1	2.01	.697	73
PP2	2.07	.653	73
PP3	2.62	.680	73
PP4	2.68	.664	73
PP5	1.62	.827	73

PP6	1.71	.736	73
PP7	2.70	.739	73
PP8	2.47	.728	73
PP9	2.11	.614	73
PP10	2.00	.577	73
PP11	2.30	.720	73
PP12	2.34	.671	73
PP13	2.37	.791	73
PP14	2.37	.717	73
PP15	1.93	.673	73
PP16	2.12	.798	73
PP17	3.16	.707	73
PP18	3.29	.697	73

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
PP1	39.86	23.703	.614	.880
PP2	39.81	24.018	.612	.883
PP3	39.26	25.834	.399	.811
PP4	39.19	26.240	.347	.815
PP5	40.26	22.223	.699	.864
PP6	40.16	24.834	.407	.800
PP7	39.18	24.343	.476	.893
PP8	39.41	27.857	.304	.839
PP9	39.77	25.653	.375	.805
PP10	39.88	25.637	.409	.803
PP11	39.58	23.720	.587	.882
PP12	39.53	24.669	.486	.894
PP13	39.51	26.642	.334	.828
PP14	39.51	24.281	.504	.821
PP15	39.95	25.303	.384	.803
PP16	39.75	25.161	.320	.809

PP17	38.71	32.402	564	.883
PP18	38.59	30.245	.309	.823

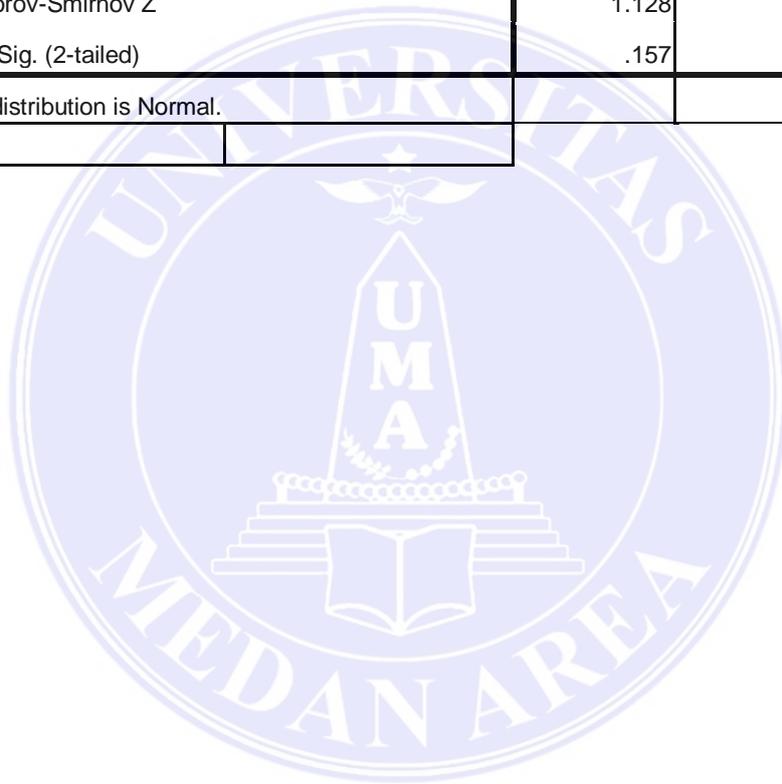
$$18x4+18x1 / 2 = 45$$





One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kontrol diri	prilaku phubbing
N		73	73
Normal Parameters ^a	Mean	41.26	51.88
	Std. Deviation	5.091	5.325
Most Extreme Differences	Absolute	.132	.170
	Positive	.132	.170
	Negative	-.087	-.139
Kolmogorov-Smirnov Z		1.128	1.452
Asymp. Sig. (2-tailed)		.157	.130
a. Test distribution is Normal.			





Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
prilaku phubbing * konsep diri	73	100.0%	0	.0%	73	100.0%

Report

prilaku phubbing

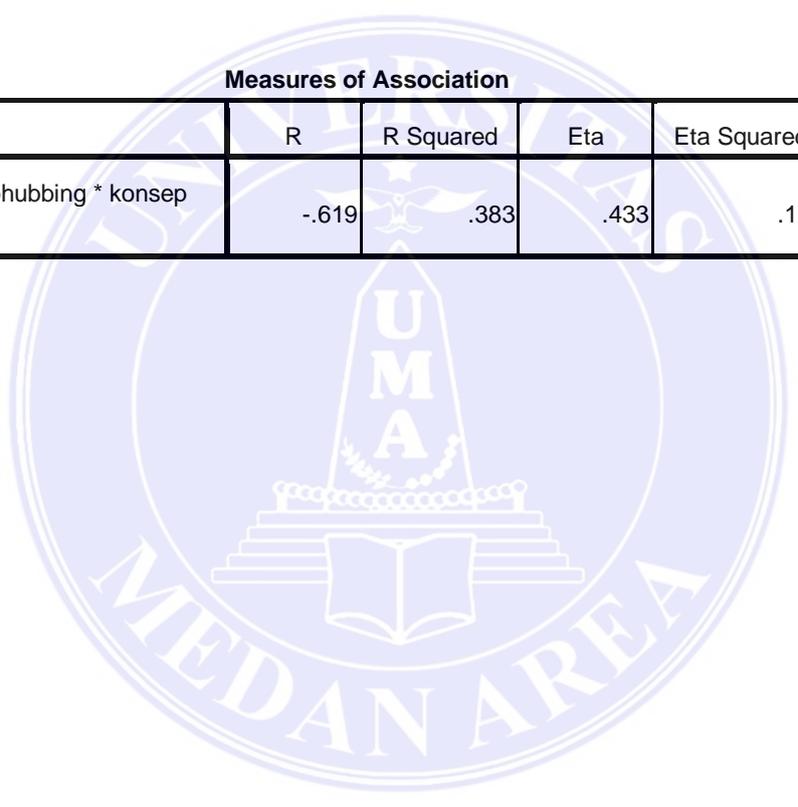
konsep diri	Mean	N	Std. Deviation
41	42.00	3	.000
43	47.00	2	.000
45	42.00	2	.000
46	46.25	8	3.495
47	43.00	2	.000
48	38.00	2	.000
49	43.00	4	3.464
50	41.50	16	8.899
51	43.00	2	.000
52	42.50	4	.577
53	39.50	4	4.041
54	37.40	5	3.286
55	41.33	9	4.330
57	42.00	2	.000
60	41.50	4	2.887
62	40.50	4	5.196
Total	41.88	73	5.325

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prilaku phubbing * konsep diri	Between Groups	(Combined)	383.190	15	25.546	.878	.591
		Linearity	97.552	1	97.552	3.352	.072
		Deviation from Linearity	285.639	14	20.403	.701	.764
	Within Groups		1658.700	57	29.100		
	Total		2041.890	72			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
prilaku phubbing * konsep diri	-.619	.383	.433	.188





Correlations

Correlations

		konsep diri	prilaku phubbing
konsep diri	Pearson Correlation	1	-.619**
	Sig. (2-tailed)		.063
	N	73	73
prilaku phubbing	Pearson Correlation	-.619**	1
	Sig. (2-tailed)	.063	
	N	73	73

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1576/FPSI/01.10/V/2024

28 Mei 2024

Lampiran : -

Hal : Penelitian

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
SMA Swasta Bintang Laut
di -

Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Yanti Fransiska Simanjuntak
NPM : 208600057
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di SMA Swasta Bintang Laut, Jl. Bintang, Bagansiapiapi, Kec. Bangko, Kab. Rokan Hilir guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Phubbing pada Remaja di SMAS Bintang Laut Kecamatan Bangko".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Ketua Program Studi Psikologi



Fandi, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip



DINAS PENDIDIKAN PROPINSI RIAU
YAYASAN PRAYOGA RIAU
SMA BINTANG LAUT
Jl. Bintang, Kelurahan Bagan Jawa, Kecamatan Bangko, Rokan Hillir, Riau
STATUS :TERAKREDITASI – A
E-mail : sma_bintanglaut92@yahoo.com
NSS : 302091002007 NIS : 300070 NPSN : 10405225 SIO : 10734/09/G4/13-92

Nomor : 412/SMA-BL/VI/2024 Bagansiapiapi, 13 Juni 2024
Lamp :
Perihal : Balasan surat dan gambaran kegiatan penelitian
An. Yanti Simanjuntak

Kepada Yth:
Rektorat Universitas Medan Area
Di
Tempat

Yang bertanda tangan dibawah ini:
Nama : Edward Pandapotan Parhusip, S. Pd.
Jabatan : Kepala SMA Swasta Bintang Laut
Alamat : Jl. Bintang Bagansiapiapi Baganjawa Pesisir, Rokan Hillir Riau

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa atas nama **Yanti Simanjuntak** telah melakukan penelitian di SMA Swasta Bintang Laut. Mahasiswa tersebut melakukan pendekatan ke sekolah dan Onsite dengan peserta didik pada tanggal 4 Juni 2024 s.d tanggal 11 Juni 2024.
Demikian surat balasan ini diperbuat, atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Kepala SMA Swasta Bintang Laut
Edward Pandapotan Parhusip, S. Pd.