

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN KECENDRONGAN
KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA
DI UPT SMP NEGERI 17 MEDAN**

SKRIPSI

OLEH:

AYU PUTRIANA SIMANJUNTAK

19.860.0327



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 7/5/25

Access From (repository.uma.ac.id)7/5/25

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN KECENDRONGAN
KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA**

DI UPT SMP NEGERI 17 MEDAN

SKRIPSI



OLEH:

AYU PUTRIANA SIMANJUNTAK

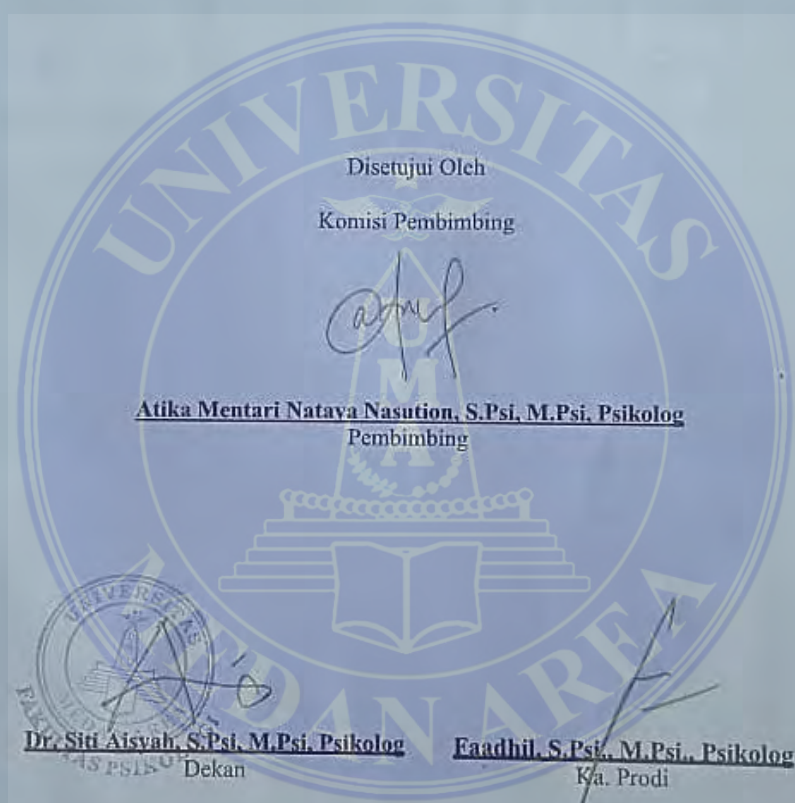
19.860.0327

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan *Self-Control* Dengan Kecendrungan
Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Remaja di UPT
SMP Negeri 17 Medan

Nama : Ayu Putriana Simanjuntak
NPM : 19.860.0327
Fakultas : Psikologi



Tanggal disetujui :

HALAMAN PERNYATAAN

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 yang 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 di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 06 Maret 2025



Ayu Putriana Simanjuntak

19.860.0327

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Ayu Putriana Simanjuntak
NPM : 19.860.327
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Jenis karya : Skripsi

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul, " Hubungan *Self-Control* Dengan Kecenderungan Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan", beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan
Pada tanggal : 6 Maret 2025
Yang menyatakan



(Ayu Putriana Simanjuntak)

HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN KECENDRONGAN KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA DI UPT SMP NEGERI 17 MEDAN

Oleh :

AYU PUTRIANA SIMANJUNTAK

19.860.0327

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget pada remaja khususnya di UPT SMP Negeri 17 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah remaja UPT SMP Negeri 17 Medan yang berjumlah 909 remaja. Teknik pengambilan data menggunakan model skala likert. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dari hasil *screening*. Sehingga sampel yang digunakan berjumlah 96 remaja. Analisis data menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* oleh Pearson. Berdasarkan hasil analisis data, $r_{xy} = -0,567$ $p = 0,000 < 0,05$ maka terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan kecanduan penggunaan gadget yang artinya semakin tinggi *self-control* maka semakin rendah kecanduan penggunaan gadget. Dari hasil penelitian, diketahui *self-control* adalah remaja UPT SMP Negeri 17 Medan tergolong dengan nilai mean hipotetik sebesar 50 dan mean empiriknya sebesar 42.64. Selanjutnya kecanduan penggunaan gadget juga tergolong rendah dengan nilai hipotetik sebesar 50 dan nilai empiriknya sebesar 56.59. Adapun koefisien determinasi ditemukan $r^2 = 0,321$. Hal ini memperlihatkan bahwasanya *self-control* mempunyai kontribusi terhadap kecanduan penggunaan gadget sebesar 32,1%.

Kata Kunci : Kecanduan Penggunaan Gadget; *Self-control*; Remaja

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN SELF-CONTROL AND TENDENCY OF GADGET ADDICTION AMONG ADOLESCENTS AT UPT SMP NEGERI 17 MEDAN

BY:

AYU PUTRIANA SIMANJUNTAK

NPM: 198600327

This research aimed to determine the significant correlation between self-control and the tendency of gadget addiction among adolescents, particularly at UPT SMP Negeri 17 Medan. This research used a quantitative correlational approach. The research subjects consisted of 909 students of UPT SMP Negeri 17 Medan. The data collection technique used a Likert scale model. The sampling technique used was purposive sampling based on screening results, resulting in a total sample of 96 students. Data analysis used Pearson Product Moment Correlation. The research results showed $r_{xy} = -0.567$ with $p = 0.000 < 0.05$, indicating a negative correlation between self-control and the tendency of gadget addiction, meaning that the higher the self-control, the lower the tendency of gadget addiction. The research results indicated that self-control among students was classified as moderate (hypothetical mean = 50; empirical mean = 42.64). Meanwhile, the tendency of gadget addiction was also classified as low (hypothetical mean = 50; empirical mean = 56.59). The determination coefficient was found to be $r^2 = 0.321$, showing that self-control contributed 32.1% to the tendency of gadget addiction.

Keywords: *Gadget Addiction, Self-Control, Adolescents*



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Pematang Toba pada 02 Juli 2001 dari ayah Aston Simanjuntak (Alm) dan ibu Resmina. Penulis merupakan anak ketiga dari empat bersaudara. Selanjutnya tahun 2014 penulis masuk sekolah di SMA Swasta Katolik Cinta Kasih Kota Tebing Tinggi dan lulus pada tahun 2019 . Pada tahun 2019 penulis terdaftar sebagai mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Selamat perkuliahan, penulis pernah menjalani masa magang melalui program Kampus Merdeka Kampus Mengajar di SD Negeri 026 Huraba, Kabupaten Mandailing Natal pada tahun 2022.



MOTTO HIDUP

“Janganlah khawatir mengenai apa pun. Dalam segala hal, berdoalah dan ajukanlah permintaanmu kepada Allah. Apa yang kalian perlukan, beritahukanlah itu selalu kepada Allah dengan mengucapkan terima kasih.”

(Filipi 4:6)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan dengan tema yang dipilih dalam penelitian ini ialah "**Hubungan *Self-control* dengan Kecendrungan Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan**". Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Atika Mentari Nataya Nasution, S.Psi, M.Psi, Psikolog yang telah banyak membantu dan memberikan saran dalam penyusunan skripsi ini. Disamping itu penghargaan penulis sampaikan kepada Ibu Juriati Siregar, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala Sekolah UPT SMP Negeri 17 Medan yang telah memberikan izin Penelitian, serta remaja dan siswi yang telah membantu penulis selama melaksanakan penelitian. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada bapak, ibu, serta seluruh keluarga atas segala doa dan perhatiannya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat baik untuk kalangan pendidikan maupun masyarakat. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih.

Hormat Saya



Ayu Putriana Simanjuntak

198600327

SKRIPSI	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Urgensi Penelitian	6
1.5 Hipotesis Penelitian.....	7
1.6 <i>Manfaat Penelitian</i>	7
1.6.1 Manfaat Teoritis	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Kecanduan Penggunaan Gadget.....	9
2.1.1 Pengertian Kecanduan Penggunaan Gadget.....	9
2.1.2 Dampak Penggunaan Gadget	10
2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Penggunaan Gadget.....	13
2.1.4 Aspek Kecanduan Penggunaan Gadget	14
2.2 <i>Self-Control</i>	15
2.2.2 Jenis-jenis <i>Self-control</i>	17
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Control</i>	17
2.2.4 Ciri-Ciri <i>Self-Control</i>	18
2.2.5 Aspek-Aspek <i>Self-Control</i>	18
2.3 Hubungan <i>Self-Control</i> dengan Kecanduan Penggunaan Gadget.....	20

2.4	Kerangka Konseptual	22
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN		23
3.1	Tipe Penelitian	23
3.2	Identifikasi Variabel Penelitian	23
3.3	Defenisi Operasional Variabel	23
3.4	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	24
3.5	Teknik Pengumpulan Data	25
3.6	Prosedur Penelitian	26
3.6.1	Persiapan Administrasi	26
3.6.2	Persiapan Alat Ukur	26
3.6.2.1	Skala <i>Self-control</i>	28
3.6.2.2	Skala Kecanduan Penggunaan Gadget	28
3.7	Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	29
3.7.1	Validitas	29
3.7.2	Reliabilitas	29
3.8	Teknik Analisis Data	30
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN		32
4.1	Hasil Penelitian	32
4.1.1	Hasil Uji Coba Alat Ukur	32
4.1.2	Hasil Analisis Data	33
4.1.3	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	36
4.2	Pembahasan	39
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN		44
5.1	Simpulan	44
5.2	Saran	45
DAFTAR PUSTAKA		46
LAMPIRAN		50

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian.....	24
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Self-control	28
Tabel 3. 3 Blueprint <i>Skala Kecanduan Penggunaan Gadget</i>	28
Tabel 4. 1 Skala Self-control setelah Uji Coba	32
Tabel 4. 2 Skala Kecanduan Penggunaan Gadget setelah Uji Coba	33
Tabel 4. 3 Uji Reliabilitas	33
Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas	34
Tabel 4. 5 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan.....	35
Tabel 4. 6 Hasil Analisa Korelasi r Product Moment	35
Tabel 4. 7 Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	37



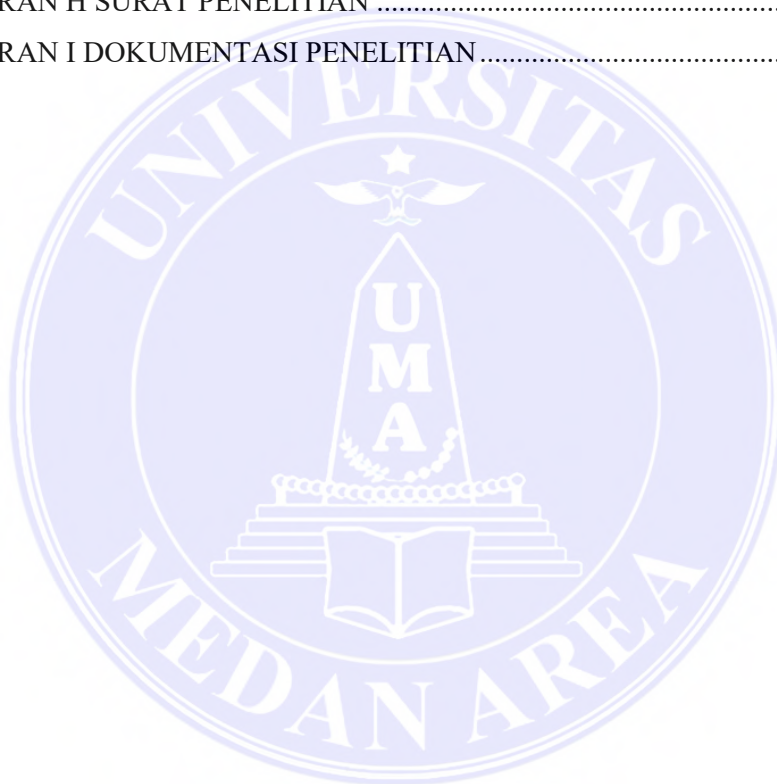
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Penduduk yang memiliki gadget di Indonesia (%). 2018 – 2022	1
Gambar 1. 2 Kepemilikan Gadget Anak di Indonesia	2
Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual.....	22
Gambar 4. 1 Kurva Kriteria <i>Self-Control</i>	337
Gambar 4. 2 Kurva Kriteria Penggunaan Gadget	38



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A SKALA SELF-CONTROL	50
LAMPIRAN B SKALA KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET	54
LAMPIRAN C DATA PENELITIAN VARIABEL <i>SELF-CONTROL</i>	58
LAMPIRAN D DATA MENTAH KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET	63
LAMPIRAN E UJI VALIDITAS DAN UJI REABILITAS.....	68
LAMPIRAN F UJI NORMALITAS, LINEARITAS (UJI ASUMSI KLASIK)	78
LAMPIRAN G UJI HIPOTESIS	80
LAMPIRAN H SURAT PENELITIAN	82
LAMPIRAN I DOKUMENTASI PENELITIAN	85

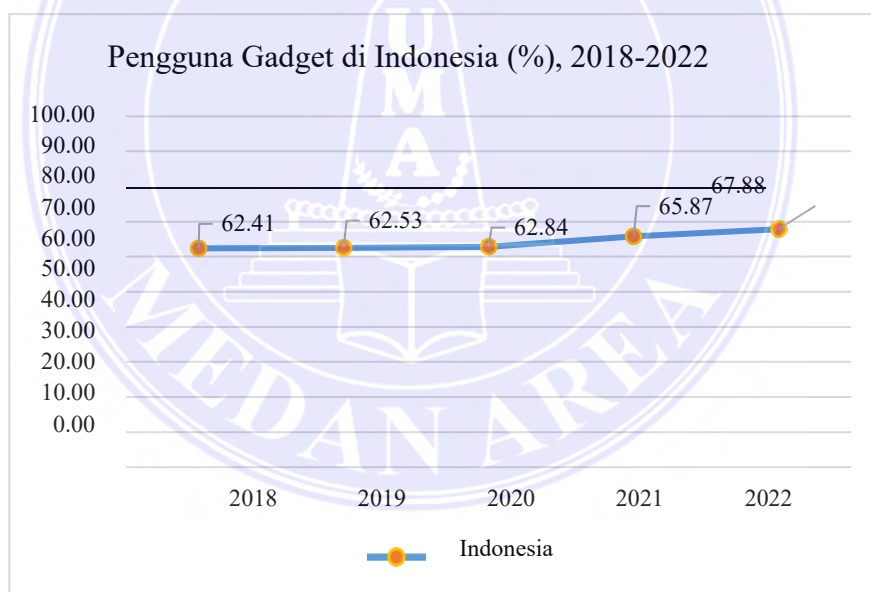


BAB I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dewasa ini, perkembangan teknologi informasi dan komunikasi sudah sedemikian cepat membawa perubahan dan kemudahan bagi semua kalangan usia. Salah satunya adalah gadget yang dapat digunakan untuk berbagai aktivitas, diakses di berbagai tempat, serta menggunakan media akses yang beragam. Aktivitas paling tinggi yang dilakukan oleh masyarakat diantaranya mendapat informasi/berita, media sosial, dan hiburan. Dilengkapi berbagai fitur dengan sifat yang lebih fleksibel menjadikan gadget sebagai perangkat yang banyak digunakan.

Gambar 1. 1 Penduduk yang memiliki gadget di Indonesia (%). 2018 – 2022



Sumber : Badan Pusat Statistik (2022)

Dalam kurun 5 tahun terakhir, pengguna gadget di Indonesia menunjukkan perkembangan yang pesat. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2022 sebanyak 67,88% dari jumlah penduduk indonesia sudah menggunakan gadget. Angka tersebut meningkat banyak dibandingkan tahun 2018 yang menunjukkan

angka sebesar 62,42%. Hal ini salah satunya didorong oleh penyebaran Covid-19 di seluruh dunia dan berdampak pada berbagai aspek kehidupan, khususnya dalam aspek kesehatan.

Gambar 1. 2 Kepemilikan Gadget Anak di Indonesia



Sumber : KPAI (2020)

Hasil survei oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengenai Pemenuhan Hak dan Perlindungan Anak Pada Masa Pandemi Covid-19 melalui kuesioner yang tersebar di 34 Provinsi menunjukkan bahwa 71,3% dari jumlah anak memiliki gadget sendiri. Orang tua juga mengizinkan anak menggunakan gadget selama Pandemi Covid-19 selain untuk belajar 76,8% dengan alasan sarana mencari pengetahuan 74,1%, sarana informasi 70,4%, bisa membuat tulisan video dan aktivitas produktif lainnya 44,9%. Anak menggunakan gadget paling sering untuk *chatting* dengan teman 52%, nonton *youtube* 52%, mencari informasi 50%, bersosial media 42% dan lainnya.

Pandemi Covid-19 mendorong pemanfaatan teknologi yang semakin luas dalam masyarakat. Utamanya di bidang pendidikan, proses pelaksanaan belajar mengajar merupakan salah satu tantangan yang harus dihadapi pada masa pandemi. Hal ini menjadikan teknologi informasi dan komunikasi menjadi sesuatu yang tidak dapat

dihindari. Masyarakat harus terbiasa menggunakan gadget sebagai alat bantu belajar. Alih-alih sebagai media belajar, peserta didik juga dapat menggunakan gadget sebagai sarana menghilangkan situasi kesepian dan stres emosional karena isolasi sosial selama pandemi Covid-19 (Zhu, 2021).

Kemudahan yang diberikan gadget, pengguna dapat mengakses banyak aplikasi dengan berbagai kegunaannya. Penelitian kualitatif oleh Ni'mah & Setyawan (2021) mengungkapkan bahwa waktu pembelajaran yang cukup fleksibel sehingga memiliki banyak waktu luang membuat anak-anak menjadikan gadget sebagai media hiburan untuk mengakses game online dikarenakan waktu. Terjadi peningkatan lama bermain game online sebesar 47% pada remaja di tahun 2018–2020 (Kim & Lee, 2021).

Penelitian Ratulangi (2021) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan penggunaan *gadget* pada remaja selama pandemi Covid-19 dimana hal tersebut akan menimbulkan sifat candu dan ketergantungan tidak dapat jauh dari gadget oleh karena internet dan media sosial.

Penggunaan gadget dapat mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga keuntungan dan kerugian penggunaan gadget tersebut bergantung pada bagaimana cara orang tersebut menggunakan gadgetnya. Menurut Gabriela & Mau (2021), penggunaan gadget yang berlebihan akan berdampak negatif pada perkembangan anak. Dampak negatifnya dapat berupa waktu yang terbuang sia-sia, remaja akan sering lupa waktu ketika sedang bermain gadget. Banyak waktu yang terbuang padahal banyak kegiatan yang lebih penting yang dapat digunakan untuk perkembangan diri anak tersebut. Perkembangan otak juga akan dipengaruhi jika

terlalu lama menggunakan gadget, hal tersebut berpengaruh juga menimbulkan hambatan dalam berbicara atau sulitnya dalam berkomunikasi dan mengutarakan pikirannya.

Selain itu, banyaknya fitur yang tidak sesuai dengan usia anak, semakin terbukanya akses internet dalam gadget yang menampilkan segala hal yang semestinya belum waktunya dilihat oleh anak-anak. Sehingga jika tidak dalam pengawasan maka anak-anak akan dapat mengakses fitur tersebut. Selain itu akan mengurangi minat baca anak karena terbiasa pada objek bergambardan bergerak. Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak juga akan berdampaknegatif karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak untuk dapat mengerjakan berbagai hal yang semestinya dapa tmereka lakukan sendiri (Gabriela & Mau, 2021).

Beberapa fenomena yang terjadi di lapangan banyaknya remaja yang menggunakan fasilitas gadget tidak tepat waktu. remaja tersebut lama sekali bermain gadget dan cenderung menggunakan gadget untuk bermain game online serta media sosial seperti yang sedang tren saat ini yakni *instragram* dan *tiktok*. Begitu pula dengan anak-anak yang ada di UPT SMP Negeri 17 Medan yang terletak di Jalan Kapten M. Jamil Lubis No 108, Kecamatan Medan Tembung, Kota Medan. Remaja yang duduk dikelas VII sampai dengan kelas IX menunjukkan *self-control* yang rendah, terlihat dari intensitas dari penggunaan gadget yang semakin tinggi dan tidak sesuai porsinya. Melalui pengamatan peneliti,anak-anak cenderung bermain gadget dengan waktu melihat gadget yang tinggi mulai dari sebelum berangkat sekolah, pulang sekolah hingga malam hari terbiasa menggunakan gadget lebih dari 3 jam. Kegiatan yang dilakukan melalui gadget adalah bermain

game online dan bermain media sosial seperti *instagram*, *facebook* dan yang paling sering adalah *tiktok*. Remaja cenderung tidak dapat mengendalikan atau mengontrol dirinya dengan baik jika sudah menggunakan gadget.

Tingginya penggunaan gadget dan *screentime* selayaknya diimbangi dengan *self-control* pada anak. *Self-control* yang rendah pada anak akan beresiko pada penggunaan gadget yang berlebihan. *Self-control* adalah kemampuan membaca situasi diri dan lingkungan serta mampu mengendalikan dan mengatur perilaku sehingga dapat diambil keputusan yang tepat (Gufron & Riswanitaq, 2010).

Menurut Fazeli, dkk., (2020), seharusnya individu memiliki *self-control* yang baik dalam penggunaan gadget sehingga tidak menimbulkan perilaku negatif pada individu tersebut. Oleh karena itu, kemampuan dalam mengontrol diri saat menggunakan gadget sangat diperlukan sehingga tidak menimbulkan masalah bagi baik untuk diri sendiri maupun sekitar.

Selain itu, peran orangtua juga penting dalam kontrol penggunaan gadget anak. Berbagai dampak negatif gadget akan dapat dicegah jika orangtua melakukan stimulasi awal dalam mengenalkan gadget. Orangtua yang berpandangan positif akan merasa percaya diri dalam setiap keterlibatan mereka dalam penggunaan gadget anak. Sedangkan yang berpandangan negatif atau bahkan kurang memiliki keterampilan digital akan merasa kesulitan dalam keterlibatan dan pengawasan penggunaan gadget anak. Oleh karena itu, orangtua memiliki tantangan sendiri dalam era digital saat ini. Jika orangtua tidak melakukan kontrol atau antisipasi, anak-anak dapat lebih banyak menerima manfaat negatif dibanding manfaat positif dari gadget (Fazeli, 2020).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam dan terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-Control* dengan Kecenderungan Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan yang telah diuraikan pada latar belakang, maka rumusan masalah pada masalah ini adalah apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget pada remaja khususnya di UPT SMP Negeri 17 Medan.

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget pada remaja khususnya di UPT SMP Negeri 17 Medan.

1.4 Urgensi Penelitian

Penggunaan gadget menjadi suatu kondisi yang tidak dapat dihindari dan cenderung menjadi sebuah kebutuhan. Utamanya pada masa pandemi Covid-19, peningkatan pengguna gadget semakin berkembang karena menjadi sarana belajar anak (Fitryasari, dkk., 2020). Penggunaan gadget dapat mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga keuntungan dan kerugian penggunaan gadget tersebut bergantung pada bagaimana cara orang tersebut menggunakan gadgetnya.

Menurut Gabriela & Mau (2021), penggunaan gadget yang berlebihan akan berdampak negatif pada perkembangan anak. Dampak negatifnya berupa anak-anak akan sering lupa waktu, perkembangan otak, sulitnya dalam berkomunikasi dan

mengutarakan pikirannya. Dari segi kesehatan juga akan terganggu khususnya mata jika *screen time* terlalu tinggi. Selain itu akan mengurangi minat baca, menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak untuk dapat mengerjakan berbagai hal yang semestinya dapat mereka lakukan sendiri. Tingginya penggunaan gadget dan *screentime* seharusnya diimbangi dengan *self-control* pada anak. *Self-control* yang rendah pada anak akan mengakibatkan penggunaan gadget yang berlebihan. Sehingga hal tersebut menambah urgensi dilakukannya penelitian ini, yakni bagaimana hubungan antara *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget remaja khususnya di UPT SMP Negeri 17 Medan.

1.5 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget pada remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan dengan asumsi semakin rendah *self-control* maka semakin tinggi kecanduan penggunaan gadget pada remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan. Sebaliknya semakin *self-control* tinggi maka semakin rendah kecanduan penggunaan gadget pada remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan.

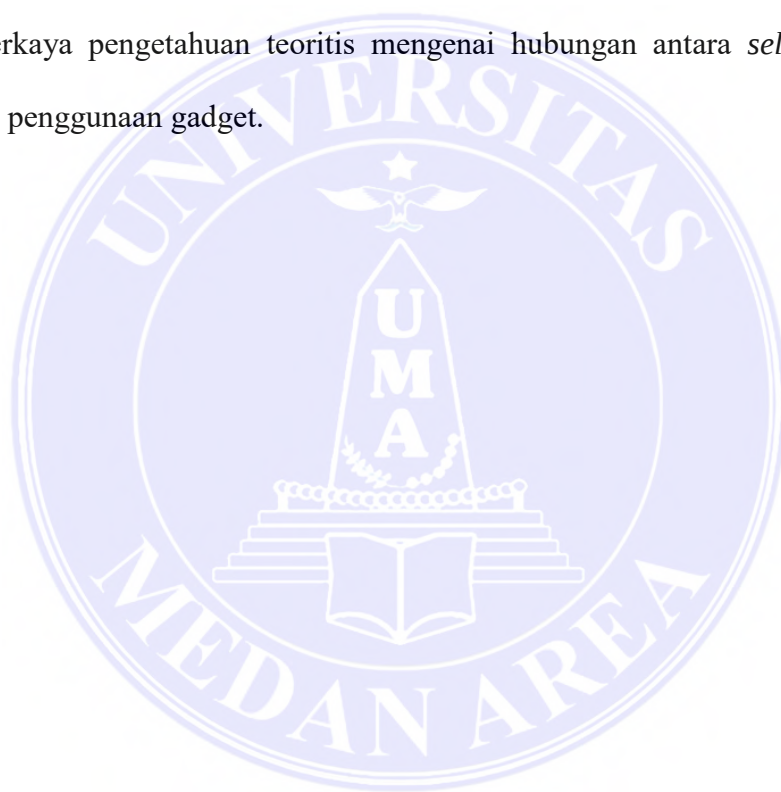
1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan data bagi pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi perkembangan terkait *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget.

1.6.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini di harapkan dapat menyumbang bagi pengembangan ilmu pengetahuan psikologi dan bermanfaat bagi masyarakat baik kepada pembaca, orangtua, maharemaja dalam menambah pengetahuan tentang *self-control* dan kecanduan penggunaan gadget. Untuk peneliti yang lain, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan menambah wawasan pemikiran untuk mengembangkan, memperdalam, dan memperkaya pengetahuan teoritis mengenai hubungan antara *self-control* dengan penggunaan gadget.



BAB II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecanduan Penggunaan Gadget

2.1.1 Pengertian Kecanduan Penggunaan Gadget

Menurut Arthur T. Hovart (dalam Kusumadwi, 2009) kecanduan merupakan sebuah kegiatan atau aktivitas yang dilakukan secara berulang-ulang yang dapat menimbulkan aktivitas negatif. Hovart juga menjelaskan bahwa contoh kecanduan dapat berupa akibat dari zat atau aktivitas tertentu, seperti judi, *overspending*, *shoplifting*, dsb. Hal tersebut juga dimaksud dalam penelitian ini yakni kecanduan penggunaan gadget.

Penggunaan gadget terbagi dari dua suku kata yakni penggunaan dengan gadget. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, kata penggunaan berasal dari kata guna mendapat imbuhan peng- dan akhiran -an yang berarti menggunakan (alat/perkakas), mengambil manfaatnya, melakukan sesuatu dengan tidak boleh menggunakan kekerasan.

Menurut Derry (2013), gadget merupakan alat elektronik yang mempunyai tujuan dan fungsi praktis tertentu terutama membantu dan memudahkan pekerjaan manusia. Menurut Wahyuni (2021) gadget merupakan perkembangan teknologi media digital yang dibuat dengan fungsi yang lebih lengkap dan praktis dibandingkan teknologi sebelumnya.

Gadget merupakan salah satu alat komunikasi yang sering dipakai saat ini, mulai dari kalangan anak-anak, remaja, dewasa, dan orang tua. Pada awalnya gadget hanya untuk berkomunikasi saja, dengan seiring perkembangan zaman teknologi

hingga bisa mengirim data dan menambah aplikasi yang disukai. Dewasa ini penggunaan media komunikasi merupakan kebutuhan pokok bagi individu, kelompok, maupun organisasi.

Lee, dkk. (2012) menjelaskan bahwa kecanduan menggunakan gadget dapat di definisikan sebagai individu yang kecanduan karena penggunaan aplikasi yang ada pada gadget dan kecanduan karena mengikuti perkembangan gadget. Individu yang kecanduan menggunakan gadget karena aplikasi gadget disebabkan karena individu tersebut menemukan kenyamanan dalam kesehariannya sehingga mereka banyak menghabiskan banyak waktu mereka dengan menggunakan aplikasi-aplikasi yang ada pada gadget untuk mendapatkan kenyamanan tersebut

Berdasarkan uraian di atas maka kecanduan penggunaan gadget dapat di artikan sebagai suatu kondisi dimana individu merasakan ketergantungan terhadap gadget pada berbagai kesempatan yang ada akibat kurangnya kontrol terhadap perilaku sehingga merasa terhukum apabila tidak memenuhi hasrat dan kebiasaannya.

2.1.2 Dampak Penggunaan Gadget

1. Dampak Positif Penggunaan Gadget

a. Latihan Fisik Motorik

Penggunaan gadget dapat dijadikan sebagai latihan keterampilan fisik motorik halus pada anak usia dini. Keterampilan motorik halus ini merupakan keterampilan yang berkaitan dengan otot-otot kecil seperti pergelangan tangan, jari tangan, kaki, bibir, dan lidah. Ketika anak usia dini bermain gadget, mereka akan belajar mengkoordinasikan gerakan jari dan menggunakan tangan mereka lebih cepat dan menjadi efisien dalam waktu singkat.

b. Menambah Pengetahuan

Saat menggunakan gadget, anak dapat menambah pengetahuannya tentang banyak

hal. Anak belajar mengenal banyak gambar dan tulisan serta berbagai macam warna.

c. Peningkatan Keterampilan Kognitif

Keterampilan kognitif anak adalah kemampuan anak dalam mengolah informasi, kemampuan mengingat dan penalaran sederhana serta berkomunikasi. Ketika anak memainkan permainan pada aplikasi yang tersedia di gadget atau program pendidikan, saat itulah anak akan memberikan waktu bagi otaknya untuk berpikir dan mengolah informasi dan diteruskan ke otak untuk diolah atau dianalisis. Aktivitas bermain game di gadget atau melihat video interaktif yang disediakan di gadget jauh lebih menyenangkan dan menarik bagi anak karena disajikan dalam bentuk media audio visual.

d. Melatih Sikap Mental Siap Bersaing

Saat anak memainkan suatu permainan, ia akan mengenal menang dan kalah. Kegiatan ini dapat mengenalkannya pada suatu perjuangan dan usaha. Anak akan semakin bersemangat dan bersemangat untuk mendapatkan hasil yang diinginkannya.

2. Dampak Negatif Penggunaan Gadget

a. Obesitas dan Kerusakan Fisik

Anak yang berlebihan menggunakan gadget akan menyebabkan obesitas. Mengambil gadget terus-menerus, seorang anak tidak dapat mengontrol asupan makanan normalnya. Entah mereka makan terlalu cepat atau terlalu banyak karena mereka berkonsentrasi pada layar, bukan pada makanannya. Kerusakan fisik seperti sakit mata juga menjadi ancaman bagi anak usia dini. Tingginya aktivitas mata pada layar gadget akan merusak fungsi mata, mata menjadi lelah dan tidak nyaman.

b. Kecanduan

Anak usia dini yang memiliki aktivitas menatap media berbasis layar dan

gadget hingga bermain game lebih lama dan durasinya semakin bertambah setiap hari merupakan tanda-tanda kecanduan. Kecanduan ini terjadi karena adanya hal-hal atau hal-hal yang membuat anak bahagia yang akan merangsang otak untuk memproduksi dopamin secara berlebihan. Dopamin dalam jumlah berlebihan akan mengganggu kerja hipotalamus, bagian yang bertugas mengatur emosi dan suasana hati sehingga membuat kita merasa sangat bahagia dan terlalu percaya diri.

c. Kurang Konsentrasi

Anak-anak yang banyak bermain video game di gadget atau sebagian besar waktunya online cenderung kurang memiliki kemampuan fokus dibandingkan anak-anak yang minim penggunaan gadget.

d. Paparan Radiasi

Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2014, ponsel dan perangkat nirkabel lainnya dianggap berisiko karena emisiradiasinya serta paparan frekuensi radio jelas merupakan ancaman bagi anak-anak.

e. Masalah *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*

Ponsel dan tablet menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Menurut pakar medis, penggunaan gadget secara berlebihan pada anak dapat menyebabkan gejala mirip ADHD. Menurut Pusat Pengendalian Penyakit, Anak-anak yang menderita ADHD mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian dan terlalu aktif. Studi terbaru yang diterbitkan dalam *Journal of American Medical Association* mengaitkan ADHD dengan remaja yang sering menggunakan perangkat elektronik. Dari 2.586 remaja yang mengonsumsi berbagai jenis media digital memiliki kemungkinan dua kali lebih besar untuk melaporkan ADHD parah dibandingkan teman sebayanya.

2.1.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Penggunaan Gadget

Menurut Yuwanto (dalam Agusta 2016) terdapat empat faktor yang memengaruhi kecanduan penggunaan gadget, yakni sebagai berikut:

1. Faktor internal

- 1) *High level of sensation seeking* atau pencarian sensasi tingkat tinggi. Individu yang mempunyai tingkat pencarian sensasi yang tinggi cenderung lebih mudah mengalami kebosanan dalam aktivitas rutin.
- 2) *Low self-esteem*. Harga diri sendiri merupakan penilaian diri individu terhadap kualitas atau berharga sebagai manusia. Individu dengan harga diri yang rendah cenderung merasa rendah diri terhadap dirinya orang-orang disekitarnya dan akan menilai dirinya secara negatif atau cenderung berpikir tidak masuk akal. Menggunakan ponsel akan membuat mereka merasa berharga dan nyaman saat berinteraksi dengannya orang lain.
- 3) *Low Self-control* yang rendah. Pengendalian diri merupakan kemampuan individu dalam menyusun, membimbing, mengatur dan langsung. *Self-control* yang rendah akan mengakibatkan tidak bisanya mengatur waktu dan menahan diri dalam menggunakan gadget.

2. Faktor situasional

Faktor ini terdiri dari faktor-faktor penyebab yang menyebabkan penggunaan telepon seluler sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Seperti tingkat stres, kesedihan, kesepian, kecemasan, kebosanan belajar, dan waktu luang yang tinggi kebosanan (kurangnya aktivitas di waktu luang).

3. Faktor sosial

Faktor ini terdiri dari perilaku wajib, yaitu perilaku yang harus dilakukan untuk

memenuhi kebutuhan interaksi yang dirangsang atau didorong oleh orang lain, dan kehadiran yang terhubung lebih didasarkan pada perilaku berinteraksi dengan orang lain yang berasal dari dalam. Dalam hal ini individu selalu menggunakan gadget untuk berinteraksi dan beraktivitas menjadi malas untuk berkomunikasi langsung dengan individu lain.

4. Faktor eksternal

Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu. Faktor ini berkaitan dengan tingginya paparan media terhadap telepon seluler dan berbagai fasilitasnya.

2.1.4 Aspek Kecanduan Penggunaan Gadget

Menurut Del Bario, 2004 dalam Wahyuliarmy & Citra (2004) terdapat aspek-empat aspek kecanduan penggunaan gadget yaitu sebagai berikut :

1. Perhatian

Ketertarikan terhadap kegiatan yang sesuai dengan minatnya menjadi jauh lebih kuat dan intens dibandingkan dengan kegiatan lain yang tidak menimbulkan minat khusus. Pengguna akan sangat menikmati saat mengakses situs media sosial favorit Anda.

2. Penghayatan

Penghayatan yang dimaksud adalah pemahaman dan penyerapan informasi adanya upaya manusia untuk memahami, menikmati, menghayati, dan menyimpan informasi dan pengalaman yang diperoleh sebagai pengetahuan pribadi.

3. Durasi

Durasi adalah lamanya selang waktu, periode, atau periode sesuatu. Saat menggunakan gadget pengguna bisa merasa menyenangkan hingga lupa waktu.

4. Frekuensi

Frekuensi adalah berapa kali suatu tindakan atau perilaku dilakukan secara berulang-ulang, baik disengaja maupun tidak disengaja. yang dapat diukur dengan hitungan atau waktu.

Sedangkan, aspek penggunaan gadget menurut Judhita (2011) adalah sebagai berikut :

1. Penggunaan tinggi yaitu pada penggunaan lebih dari 3 jam dalam sehari.
2. Penggunaan sedang yaitu pada penggunaan sekitar 3 jam dalam sehari.
3. Penggunaan rendah yaitu pada penggunaan kurang dari 3 jam dalam sehari.

Menurut asosiasi dokter anak Amerika dan Canada, mengemukakan bahwa anak usia 0-2 tahun alangkah lebih baik apabila tidak terpapar oleh gadget, sedangkan anak usia 3-5 tahun diberikan batasan durasi bermain gadget sekitar 1 jam perhari, dan 2 jam perhari untuk anak usia 6-18 tahun. Selain itu, menurut Kemenkes (2018) bayi 0- 6 bulan sebaiknya tidak diperkenalkan *gadget*. Bayi usia antara 1-2 tahun boleh diperkenalkan namun tidak boleh lebih dari 1 jam per hari. Anak sampai dengan usia 6 tahun boleh menggunakan gadget namun harus selalu diawasi orang tua, sementara anak usia > 6 tahun boleh menggunakan hanya untuk program-program yang aman untuk usianya, serta penggunaan gadget tidak lebih dari 3 jam per hari.

2.2 *Self-Control*

2.2.1 *Pengertian Self-Control*

Self-control adalah kemampuan membaca situasi diri dan lingkungan serta mampu mengendalikan dan mengatur perilaku sehingga dapat diambil keputusan yang tepat (Gufron & Riswanitaq, 2017). Menurut Hagger et al.(2018), *self-control*

merupakan perilaku yang dikendalikan sendiri mengacu pada tindakan yang selaras dengan tujuan jangka panjang yang bernilai dalam menghadapi impuls yang saling bertentangan dalam rangka mencapai kepuasan sesaat. Pada umumnya keinginan dan dorongan tersebut merupakan impuls yang saling bertentangan dengan tujuan jangka panjang dan hanya sekedar untuk mencapai kepuasan sesaat, sehingga *self-control* hadir bertujuan untuk mengendalikan perilaku agar sejalan dengan tujuan jangka panjang yang bernilai.

Menurut Perdana (2019), *self-control* secara luas merujuk pada kemampuan untuk mengawasi dan mengatur kesadaran, emosi, dan perilaku. Kemampuan tersebut dibutuhkan untuk memenuhi tujuan maupun menyesuaikan diri. Konteks yang berlaku untuk penyesuaian diri merupakan situasi khusus/spesifik yang membutuhkan penyesuaian antara kognitif dan tuntutan sosial. Hal yang sama dikemukakan oleh Akin, dkk (2015), *self-control* merupakan mekanisme yang disengaja dan disertai dengan niat sehingga dapat mengubah perilaku, menahan godaan, mengubah suasana hati, dan bertindak untuk mencapai tujuan pribadi. Baumeister (dalam Ardilasari, 2017) menyatakan bahwa *self-control* merupakan suatu kapasitas untuk memberikan alternatif kondisi dan respon tertentu. *Self-control* merupakan pola respon yang baru dimulai untuk menggantikan sesuatu dengan yang lain, misalnya respon yang berkaitan dengan mengalihkan perhatian dari sesuatu yang diinginkan, mengubah emosi, menahan dorongan tertentu dengan memperbaiki kinerja.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa tidak heran *self-control* merupakan kemampuan seseorang dalam pengendalian tingkah laku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum melakukan atau

memutuskan sesuatu.

2.2.2 Jenis-jenis *Self-control*

Menurut Block (dalam Ghufon, 2014), terdapat tiga jenis *self-control*, yaitu:

- a. *Over control*, yaitu kontrol berlebihan yang membuat seseorang begitu terkontrol sehingga tidak dapat bereaksi terhadap suatu stimulus.
- b. *Appropriate control*, yaitu kontrol yang memungkinkan individu mengendalikan impulsnya dengan baik.
- c. *Under control*, yaitu kecenderungan untuk melepaskan impuls secara bebas dan terkendali, yaitu tanpa perhitungan yang matang.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-Control*

Menurut Goldfried dan Merbaun, dalam Ghufon & Risnawati (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-control* terdiri atas faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal, faktor internal yang berperan dalam *Self-control* adalah usia. Seiring bertambahnya usia, kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri meningkat.
2. Faktor eksternal seperti lingkungan keluarga, lingkungan keluarga khususnya orang tua sangat menentukan kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Hal ini menunjukkan bahwa persepsi remaja terhadap sifat disiplin orang tua yang semakin demokratis cenderung didasarkan pada kemampuan *self-control* yang tinggi. Oleh karena itu, jika orang tua mendisiplinkan anaknya sejak dini, menunjukkan sikap disiplin yang tegas, dan jika orang tua menaati segala akibat yang timbul jika anak menyimpang dari pedoman, maka sikap konsisten tersebut akan tertanam dalam diri anak. Hal ini kemudian akan diinternalisasikan dalam diri anak, dan anak akan mampu melakukan *self-control*.

2.2.4 Ciri-Ciri *Self-Control*

Menurut Majid (2017), tersapat empat ciri-ciri *self-control*, yakni sebagai berikut:

- 1) Kemampuan dalam mengontrol stimulus yaitu kemampuan untuk mengetahui kapan dan bagaimana stimulus yang tidak dikendaki muncul. Seseorang akan mengetahui stimulus yang akan terjadi, sehingga ia dapat mengontrol agar tidak terjadi dengan *self-control*. Contohnya remaja mengontrol stimulus yang tidak dikehendaki terjadi dengan tidur tepat waktu.
- 2) Kemampuan mengantisipasi kejadian yaitu kemampuan untuk mencegah kejadian terjadi, menghadapi keadaan/kejadian saat terjadi, serta menghentikan kejadian serta membatasi keadaan/kejadian. Biasanya seseorang akan dihadapi pada peristiwa atau perubahan, dengan *self-control* maka ia akan dapat membatasi terhadap keadaan/peristiwa terjadi.
- 3) Kemampuan menafsirkan peristiwa merupakan yaitu untuk menilai suatu peristiwa yang terjadi. Biasanya seseorang akan akan dihadapkan dan langsung menilai apakah peristiwa/keadaan tersebut akan bermanfaat atau berdampak buruk.
- 4) Kemampuan mengambil keputusan yaitu kemampuan untuk memilih tindakan pada suatu peristiwa yang terjadi sesuai dengan keyakinan. Contohnya remaja mampu memilih untuk menggunakan gadget untuk sebagai media belajar dibanding membuang waktu bermain game online hingga lupa waktu.

2.2.5 Aspek-Aspek *Self-Control*

Menurut Averil (dalam Ghuffron, 2014) terdapat tiga aspek *self-control* yaitu mengontrol perilaku (*behavioral control*), mengontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decision control*)

1. Mengontrol perilaku (*behavioral control*)

Mengontrol perilaku adalah kemampuan untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengendalikan perilaku dibagi menjadi dua komponen: mengatur pelaksanaan (*regulated control*) dan memodifikasi rangsangan (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan seseorang dalam menentukan siapa yang mengendalikan suatu keadaan atau situasi. Kemampuan memodifikasi stimulus adalah kemampuan mengetahui kapan dan bagaimana rangsangan yang tidak diinginkan terjadi. Ada beberapa metode yang bisa digunakan yakni mencegah atau menjauhi stimulus, memberi jarak waktu antar stimulus yang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum sebelumnya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

2. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan seseorang dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menafsirkan, mengevaluasi, atau menghubungkan peristiwa ke dalam kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis, untuk mengurangi tekanan. Terdapat dua bagian yaitu menerima informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi mengenai situasi yang tidak menyenangkan, masyarakat dapat membuat prediksi mengenai situasi tersebut dengan mempertimbangkan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian artinya seseorang secara subyektif berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan memperhatikan aspek-aspek positifnya.

3. Mengontrol keputusan (*decisional control*)

Kontrol keputusan adalah kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau tindakan berdasarkan apa yang mereka yakini atau setuju. Kontrol dalam

pengambilan keputusan berlaku terlepas dari apakah seseorang memiliki kesempatan, kebebasan, atau kemampuan untuk memilih di antara berbagai kemungkinan tindakan.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas, maka untuk mengukur *self-control* biasanya digunakan aspek-aspek seperti di bawah ini.

1. Kemampuan mengontrol perilaku.
2. Kemampuan mengontrol stimulus.
3. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
4. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
5. Kemampuan mengambil keputusan.

2.3 Hubungan *Self-Control* dengan Kecanduan Penggunaan Gadget

Saat ini, penggunaan teknologi semakin hari semakin meningkat dan kehidupan manusia bergantung pada teknologi. Gadget memfasilitasi banyak aspek kehidupan sehari-hari dan bisa menjadi alat yang sangat berguna dan menghibur, tidak hanya untuk berkomunikasi. Penggunaan dan kebutuhan gadget tidak hanya dinikmati oleh orang dewasa saja, namun juga anak-anak. Pengguna harus mempunyai kemampuan menggunakan gadget secara bijak, sehingga diyakini tanpa pengawasan orang tua, gadget akan mengalami kegagalan fungsi dan berdampak negatif pada anak. Jika tidak diawasi secara bijak oleh orang tua, maka akan merugikan generasi penerus. Perkembangan gadget adalah tidak dapat dihindari, namun orang dewasa harus mampu mendidik tanpa harus merampas hak-hak anak mampu mengakses informasi digital sehingga gadget menjadi perangkat yang efektif (Novianti & Garzia, 2020).

Menurut penelitian Rajmy, dkk., (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan

negatif antara *self-control* dan penggunaan gadget. Semakin tinggi *self-control* maka semakin rendah tingkat penggunaan gadget dan sebaliknya semakin rendah *self-control* maka semakin tinggi tingkat penggunaan gadget. Penelitian ini pada dasarnya sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Adiyatma., dkk (2020) yang menyatakan bahwa *self-control* mempunyai hubungan negatif dengan penggunaan gadget.

Menurut Mumbaasithoh, dkk., (2021) *self-control* berkorelasi secara negatif terhadap kecanduan gadget. Semakin tinggi *self-control* yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan remaja untuk mengalami kecanduan gadget. Penelitian Khasanah, Dinda dan Winarti, Yuliani Winarti (2021) juga menunjukkan bahwa Berdasarkan hasil literature review bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-control* dengan kecanduan gadget pada remaja. Yang artinya, semakin tinggi *self-control* pada individu maka kecanduan gadget pada individu semakin rendah, begitupun sebaliknya, semakin rendah *self-control* pada individu maka kecanduan gadget pada individu semakin tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Astati, dkk., (2020) pada remaja SMPN 3 Bau Bau menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *self-control* dengan kecanduan gadget pada remaja yang artinya semakin rendah *self-control* maka semakin tinggi kecanduan penggunaan gadget.

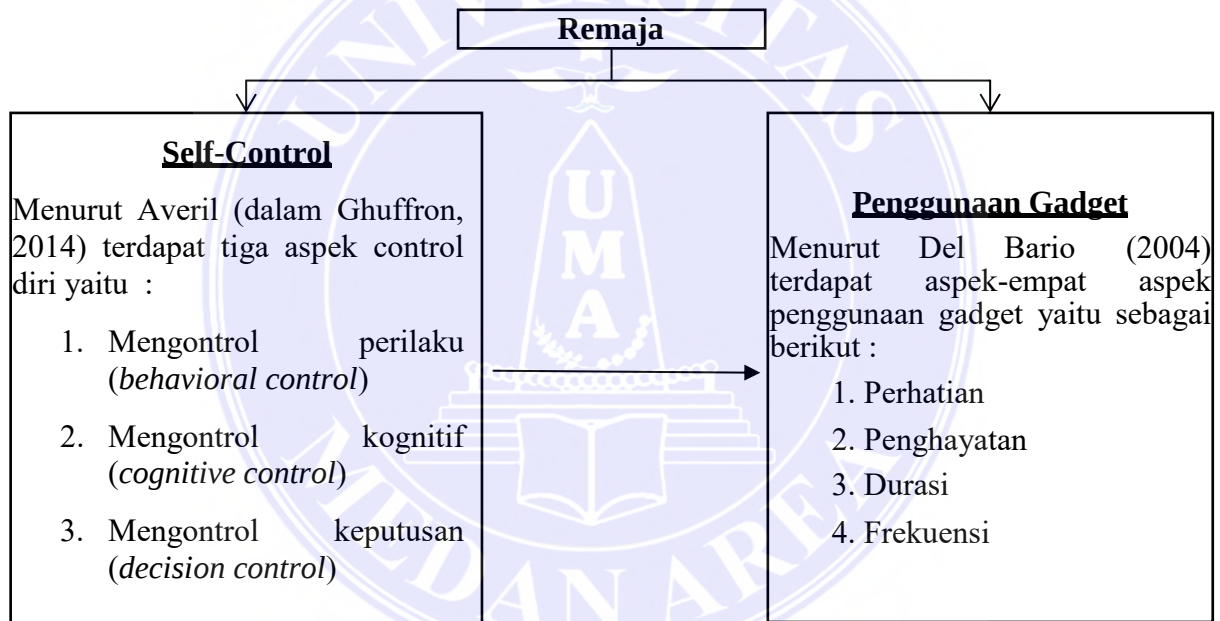
Self-control memiliki hubungan dan berperan sangat penting dalam mengantisipasi penggunaan *gadget* atau *gadget* pada individu, seseorang dengan *self-control* yang tinggi akan mampu mengontrol kognitifnya sehingga dapat mengontrol keputusan yang diambil, dan sebagaimana dirinya berperilaku. Karena tanpa *self-control*, seseorang akan sulit untuk mengendalikan perilaku mereka,

sehingga dapat menimbulkan dampak negatif pada individu (Khasanah., dkk, 2020).

2.4 Kerangka Konseptual

Kerangka konsep penelitian pada dasarnya adalah kerangka hubungan antara konsep-konsep yang ingin diamati atau diukur melalui penelitian-penelitian yang akan dilakukan (Notoatmodjo, 2015). Sehingga kerangka konsep pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual



BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Menurut Yusuf (2016), penelitian korelasional adalah jenis penelitian yang mempelajari hubungan antara variabel yang satu dengan variabel yang lain. Jenis penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional dan mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

3.2 Identifikasi Variabel Penelitian

Untuk menguji hipotesis penelitian, perlu diidentifikasi variabel yang digunakan dalam penelitian ini. Terdapat dua jenis variabel yang digunakan dalam penelitian ini yakni variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Sedangkan Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Abbakar, 2021). Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu :

1. Variabel Bebas (x) : *Self-Control*
2. Variabel Terikat (y) : Kecanduan Penggunaan Gadget

3.3 Definisi Operasional Variabel

1. *Self-Control*

Self-control merupakan kemampuan seseorang dalam pengendalian tingkahlaku dengan melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum melakukan atau memutuskan sesuatu.

2. Kecanduan Penggunaan Gadget

Kecanduan Penggunaan gadget adalah kemampuan seseorang dalam menggunakan gadget dan mengambil nilai guna dan manfaatnya untuk membantu kegiatan penggunaannya sesuai dengan peruntukannya.

3.4 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi dan Sampel

Menurut Abubakar (2021), populasi penelitian adalah sekelompok orang, benda, atau hal-hal yang menjadi sumber sampel atau sekumpulan data ke yang memenuhi persyaratan khusus terkait dengan pertanyaan penelitian. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian, dapat berupa orang atau wilayah. Oleh karenanya, populasi penelitian mencakup seluruh sumber data, topik penelitian, atau sumber dari mana data diperoleh. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik yang berada di kelas VII sampai dengan kelas VIII di UPT SMP Negeri 17 Medan yang berjumlah 909 peserta didik.

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian

No	Kelas	Total	Kelas	Total	Kelas	Total
1	VII-1	32	VIII-1	32	IX-1	32
2	VII-2	32	VIII-2	32	IX-2	31
3	VII-3	32	VIII-3	32	IX-3	30
4	VII-4	32	VIII-4	32	IX-4	32
5	VII-5	32	VIII-5	33	IX-5	31
6	VII-6	31	VIII-6	32	IX-6	30
7	VII-7	31	VIII-7	32	IX-7	28
8	VII-8	32	VIII-8	32	IX-8	31
9	VII-9	31	VIII-9	31	IX-9	29
10	VII-10	31	VIII-10	31		
Total		316	Total	319	Total	274
Total						909

2. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi penelitian atau contoh dari keseluruhan populasi penelitian. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Tujuan sampel adalah untuk menggeneralisasi hasil penelitian. Teknik Pengambilan Sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling* dari hasil *screening* yang sudah dilakukan. *Purposive Sampling* merupakan jenis pengambilan sampel non probabilitas dimana unit yang akan diteliti akan dipilih berdasarkan pertimbangan peneliti atau dianggap mewakili atau menjelaskan dari populasi (Morissan, 2016). Adapun yang menjadi karakteristik sampel dalam penelitian ini adalah :

1. Remaja yang mempunyai gadget
2. Remaja yang aktif menggunakan gadget
3. Remaja yang mengakses gadget lebih dari 3 jam/harinya

Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 96 peserta didik. Sampel tersebut diambil dari setiap tingkatan kelas atau mulai dari kelas VII, VIII, IX yang berjumlah 32 dari masing-masing tingkatan kelas dan diilih berdasarkan kriteria yang diatas. Sampel tersebut dipilih berdasarkan karakteristik sampel yang telah diuraikan diatas yang dianggap paling representatif untuk penelitian ini.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan data primer. Data primer adalah data yang didapatkan langsung dari narasumber atau dimana peneliti langsung melakukan observasi terhadap sumber data atau pihak pertama (Yusuf, 2016). Untuk

mendapatkan data tersebut, penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data angket atau kuesioner. Menurut Sugiyono (2014), Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Selain itu, kuesioner juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner dapat berupa pertanyaan-pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet. Dalam penelitian ini, pengisian kuesioner akan dibantu oleh remaja dari 96 peserta didik UPT SMP Negeri 17 Medan.

3.6 Prosedur Penelitian

3.6.1 Persiapan Administrasi

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti melakukan beberapa persiapan yang berkaitan dengan administrasi penelitian. Pertama peneliti meminta izin kepada Kepala Sekolah UPT SMP Negeri 17 Medan untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut. Setelah mendapat persetujuan, peneliti melakukan pengurusan surat izin riset dan pengambilan data dari Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.

3.6.2 Persiapan Alat Ukur

Dalam memudahkan pengambilan data yang akurat, maka di dalam instrumen penelitian khususnya kuesioner harus mempunyai skala. Skala merupakan kesepakatan yang digunakan sebagai acuan untuk menentukan panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif.

Sesuai dengan judul penelitian, terdapat dua skala yang diukur dalam penelitian ini yakni skala *Self-control* dan skala penggunaan gadget berdasarkan aspek-aspek masing-masing variabel. Dalam penelitian ini digunakan jenis skala likert dalam mengukur kedua variabel. Menurut Sugiono (2013), Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

Dengan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala Likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.

Lebih jelas lagi, penilaiannya dapat didasarkan mempunyai empat tingkat jawaban yang terdiri dari “Sangat Setuju” (SS), “Setuju” (S), “Tidak Setuju” (TS), “Sangat Tidak Setuju” (STS). Kedua skala penelitian terdiri dari item Favorable (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan Unfavorable (tidak mendukung objek sikap). Setiap butir pernyataan yang disusun dibuat dalam bentuk favourable dan unfavourable. Penilaian butir favourable bergerak dari nilai empat untuk jawaban “SS”, nilai tiga untuk jawaban “S”, nilai dua untuk jawaban “TS” dan nilai satu untuk jawaban “STS”. Sedangkan penilaian butir unfavourable bergerak dari nilai satu untuk jawaban “SS”, nilai dua untuk jawaban “S”, nilai tiga untuk jawaban “TS” dan nilai empat untuk jawaban “STS”.

3.6.2.1 Skala *Self-control*

Skala *Self-control* ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *Self-control* yang diungkapkan oleh Averil (dalam Ghuffron, 2014) terdapat tiga aspek *self-control* yaitu mengontrol perilaku (behavioral control), mengontrol kognitif (cognitive control), dan mengontrol keputusan (decision control).

Tabel 3. 2 Blueprint Skala *Self-control*

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
		Favorable	Unfavorable	
Kontrol Perilaku	Kemampuan mengendalikan perilaku Kecanduan Penggunaan Gadget	1, 2, 3, 4	13, 14, 15, 16	8
Kontrol Kognitif	Kemampuan seseorang dalam mengolah informasi dari Penggunaan Gadget	5, 6, 7, 8	17, 18, 19, 20	8
Kontrol Keputusan	Kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau tindakan atas Penggunaan Gadget	9, 10, 11, 12	21, 22, 23, 24	8
Total		12	12	24

3.6.2.2 Skala Kecanduan Penggunaan Gadget

Skala kecanduan penggunaan gadget ini disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek kecanduan penggunaan gadget yang diungkapkan oleh Del Barrio (2004) yakni perhatian, penghayatan, durasi dan frekuensi.

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Kecanduan Penggunaan Gadget

Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
		Favorable	Unfavorable	
Perhatian	Ketertarikan terhadap kegiatan yang menjadi jauh lebih kuat dan intens saat menggunakan Gadget.	1, 2, 3	13, 14, 15,	6
Penghayatan	pemahaman dan penyerapan informasi dengan adanya penggunaan gadget	4, 5, 6,	16, 17, 28	6
Durasi	Lamanya selang waktu, periode, atau periode sesuatu saat menggunakan Gadget	7, 8, 9	19, 20, 21	6
Frekuensi	Pengulangan tindakan atau perilaku yang dilakukan saat menggunakan Gadget	10, 11, 12	22, 23, 24	6
Total		12	12	24

3.7 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.7.1 Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen penelitian. Instrumen yang valid atau sahih mempunyai validitas tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah (Abubakar, 2021). Instrumen yang valid dapat mengukur apa yang diinginkan, yang dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. Tinggi atau rendahnya validitas instrumen menunjukkan sejauhmana data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel yang dimaksud. Jika N atau kelompok uji coba ≥ 30 orang dan data yang dihasilkan adalah data interval, maka *product moment correlation*, dapat digunakan (Yusuf 2021). Sehingga dalam uji validitas penelitian ini digunakan teknik *product moment correlation* menggunakan software SPSS.

3.7.2 Reliabilitas

Reliabilitas adalah sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data, karena instrumen tersebut sudah baik.. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat dipercaya, artinya datanya memang benar sesuai dengan kenyataan, walaupun diambil berulang kali, akan tetap sama. Dengan demikian reliabel menunjuk pada tingkat keandalan sesuatu (Abubakar, 2021). Salah satu cara yang dapat digunakan ialah *product moment correlation* apabila data yang dihasilkan data interval (Yusuf, 2016). Sehingga dalam uji realibilitas penelitian ini digunakan teknik *product moment correlation* menggunakan software SPSS.

3.8 Teknik Analisis Data

Setelah data telah dikumpulkan, selanjutnya akan dilakukan analisis data. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment* oleh Pearson menggunakan *software* SPSS. Korelasi Produk Momen merupakan teknik analisis data yang bertujuan untuk untuk menguji hipotesis hubungan antara satu variabel independen dengan satu dependen (Sugiyono, 2013). Lebih lanjut Sugiyono menyatakan bahwa bila data ke dua variabel berbentuk interval atau rasio, maka menggunakan teknik Statistik Korelasi *Product Moment*. Oleh karena itu, dalam penelitian ini digunakan teknik Statistik Korelasi *Product Moment* karena data kedua variabel yakni *self-control* dan penggunaan gadget berbentuk interval

Namun sebelum dilakukannya analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal serta untuk menguji kelinearitasan data. Terdapat jenis uji asumsi yg harus dipenuhi oleh data pada uji korelasi, yaitu:

- 1) Uji Normalitas merupakan uji asumsi yang bertujuan untuk mengetahui apakah populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji ini digunakan pada jenis uji hubungan dan uji beda. Bila data berdistribusi normal, maka dapat digunakan uji statistik berjenis parametrik. Bila data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji berjenis nonparametrik. Untuk menguji normalitas data dapat digunakan *software* SPSS dengan metode *Kolmogorov-Smirnov*. Kriteria pengujiannya adalah jika probabilitas (sig) $> 0,05$ maka H_0 diterima, sebaliknya jika probabilitas (sig) $< 0,05$ maka H_0 ditolak. H_0 : data terdistribusi normal sedangkan H_a : data tidak terdistribusi normal.
- 2) Uji Linearitas merupakan uji asumsi yang bertujuan untuk mengetahui apakah

antara variabel terikat (Y) dan variabel bebas (X) mempunyai hubungan linier atau menunjuk pada suatu garis sejajar. Kriteria pengujiannya adalah jika probabilitas (sig) $> 0,05$ maka H_0 diterima, sedangkan jika probabilitas (sig) $< 0,05$ maka H_0 ditolak. H_0 : data variabel X dengan data variabel Y tidak linier sedangkan H_a : data variabel X dengan data variabel Y linier.



BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Sesuai temuan penelitian yang diperoleh, bisa ditarik kesimpulan diantaranya:

1. Berdasarkan hasil analisis korelasi product moment terlihat bahwasanya ada hubungan negatif antara *self-control* dengan kecanduan penggunaan gadget yang berarti semakin tinggi *self-control* maka semakin rendah kecanduan penggunaan gadget. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kecanduan penggunaan gadget maka semakin tinggi *self-control*. Temuan ini diambil berdasarkan pada coefficient correlation $r_{xy} = -0,567$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Hal ini dikarenakan kondisi yang terjadi pada lapangan bahwasanya *self-control* yang terdapat pada remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan tergolong masih rendah, sedangkan kecanduan penggunaan gadget yang relatif tinggi. Hal ini dibuktikan oleh nilai Mean Hipotetik dan Empirik, dimana nilai mean hipotetik *self-control* sebesar 50 lebih besar dibanding mean empirik yakni sebesar 42,64 sehingga kondisi yang terjadi di lapangan *self-control* pada Remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan tergolong rendah. Pada kecanduan penggunaan gadget, nilai mean hipotetik senilai 50 lebih kecil dibanding nilai mean empirik yakni sebesar 56,67 yang menunjukkan kondisi kecanduan penggunaan gadget yang terjadi pada remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan tergolong relatif tinggi.
2. Selanjutnya, koefisien determinasi (r^2) keterkaitan antara variabel independen dan variabel dependen ialah $r^2 = 0.321$ yang berarti variabel *self-control* berkontribusi terhadap kecanduan penggunaan gadget sebesar 32,1% yang dimana 67,9% adalah kontribusi variabel lain yang tidak digunakan dalam penelitian ini.

5.2 Saran

Berdasarkan pada simpulan yang sudah diuraikan, selanjutnya dapat diberikan beberapa saran diantaranya:

1. Bagi Remaja

Diharapkan remaja lebih mengasah dan meningkatkan kemampuan *self-control* dalam penggunaan gadget. Remaja harus memiliki kemampuan untuk mengendalikan dampak negatif yang mungkin lebih tinggi terjadi oleh karena penggunaan gadget. Serta remaja diharapkan dapat mengikuti aktivitas yang lebih banyak menjalin kontak langsung dengan orang lain saat waktu luang.

2. Bagi Orangtua

Diharapkan sebaiknya orangtua tidak memberikan gadget terlalu dini. Jika sudah terlanjur, maka orangtua tetap mengawasi penggunaan gadget pada remaja dan memberikan teguran jika penggunaan gadget sudah berlebihan.

3. Bagi Sekolah

Diharapkan sebaiknya sekolah membuat peraturan yang tegas terhadap penggunaan gadget di lingkungan sekolah seperti mengumpulkan gadget sebelum proses belajar dimulai.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menyadari bahwasanya penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk mempertimbangkan faktor yang berpengaruh terhadap kecanduan penggunaan gadget seperti lingkungan keluarga, hubungan sosial, pola asuh orangtua yang menjadi tempat pertama untuk mengeksplorasi emosi, Diharapkan juga bagi peneliti selanjutnya untuk memilih sampel lebih banyak untuk data yang lebih beragam.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliawati, F. (2023). Penerapan teknik self control untuk mengurangi kecanduan bermain gadget pada siswa SMP Negeri 17 Makassar.
- Abubakar, Rifa'i. (2021). Pengantar Metodologi Penelitian. Yogyakarta : SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga
- Adiyatma, Rizki & Mudjiran, Mudjiran & Afdal, Afdal. (2020). The Contribution of *Self-control* towards Student Gadget Addiction. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*. 5. 45. 10.23916/08620011.
- Agusta, Duha. (2016). Risk Factors for Addiction to Using Gadgets in Students at SMK Negeri 1 Kalasan. *E-Journal of Guidance and Counseling Edition* 3, 86-96.
- Majid, A. (2017). "Hubungan Antara *Self-control* (*Self-control*) Dengan Prokrastinasi Akademik" (Salatiga, Institut Agama Islam Negeri (Iain) Salatiga, 2017), 42–43.
- Astati, R. H., & Marhan, C. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja. *Jurnal Sublimapsi*, 1(3).
- Ayu, R., Safitri, N., Studi, P., Keperawatan, S., Ilmu, F., & Gadget, D. (2019). Gadget di Smp Negeri 1 Sragi Kabupaten Pekalongan. *Abstrak*.
- Badan Pusat Statistik. 2022. Statistik Telekomunikasi Indonesia 2022. Jakarta.
- Christiany, Juditha. 2011. Hubungan Penggunaan Situs Jejaring Sosial Facebook Terhadap Perilaku Remaja di Kota Makasar. *Jurnal Penelitian IPTEK-KOM*. Nomor 1, Volume 13(1-23).
- Debora, N., & Sukmawati, I. (2021). The relationship of self control to students gadget use. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 129-133.
- Departemen Pendidikan Indonesia, Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2008) h. 1045
- Derry. (2013). Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan Bagi Orang Tua Untuk Memahami Faktor-Faktor Penyebab Anak Kecanduan Gadget. Jakarta: Bisakimia
- Fazeli, S., Zeidi, I. M., Lin, C. Y., Namdar, P., Griffiths, M. D., Ahorsu, D. K., & Pakpour, A. H. (2020). Depression, anxiety, and stress mediate the associations between internet gaming disorder, insomnia, and quality of life during the COVID-19 outbreak. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 1– 7.
- Fitryasari, R., Tristiana, R. D., & Yusuf, A. 2020. Teenager's Thought is Related

to *Self-control* in Safe Gadget Use During the Covid-19 Pandemic. *Age (years)*, 13(5), 2-7.

Ghufron, N., & Risnawitaq, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. AR-Ruzz Media, Yogyakarta

Hagger, M. S., Zhang, C.-Q., Kangro, E.- M., Ries, F., Wang, J. C. K., Heritage, B., & Chan, D. K. C. (2018). Trait *Self-control* and selfdiscipline: Structure, validity, and invariance across national groups. In *Current Psychology*.

Jey, Gabriel & Mau, Belinda. 2021. Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Perilaku Anak Remaja Masa Pandemi.

Julianingsih, Dwi & Prawiyogi, Anggy & Dolan, Ellen & Apriani, Desy. (2021). Utilization of Gadget Technology as a Learning Media. *IAIC Transactions on Sustainable Digital Innovation (ITSDI)*. 3. 43-45. 10.34306/itsdi.v3i1.522.

KINI. Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, dan Pendidikan. 5. 99-110. 10.51730/ed.v5i1.70.

Khasanah, D. N. M., & Winarti, Y. (2021). Literature Review: Hubungan *Self-control* terhadap Kecanduan Gadget pada Remaja. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 739-748.

Kotabe, Hiroki & Hofmann, Wilhelm. (2015). On Integrating the Components of *Self-control*. *Perspectives on psychological science : a journal of the Association for Psychological Science*. 10. 618-38.10.1177/1745691615593382.

Kim, D., & Lee, J. (2021). Addictive Internet Gaming Usage among Korean Adolescents before and after the Outbreak of the COVID-19 Pandemic: A Comparison of the Latent Profiles in 2018 and 2020. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 1–17.

King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 184–186.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia. 2020. Hasil Survei Pemenuhan Hak Dan Perlindungan Anak Pada Masa Pandemi Covid-19

Kusumadewi, N. T. (2009). Hubungan kecanduan internet game online dengan keterampilan sosial remaja. *Journal psychology*, hal, 4.

Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The Gadget addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *Plus One Journal*, Volume 8, Issue 12.

Larassati, & Lestari, P. (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Penggunaan Gadget Pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Puluhan Tengah.

Indonesian Journal of Nursing Research (IJNR), 4(1), 1–11.

Maulia, D., & Setianingsih, E. S. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Dalam Penggunaan Gawai Pada Remaja SMK Negeri X. *JCOSE Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 125-131.

Mumbaasithoh, L., Ulya, F. M. A., & Rahmat, K. B. (2021). *Self-control* dan kecanduan gadget pada remaja remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 33-42.

Ni'mah, 'Umdatun, & Setyawan, D. A. (2021). Online Learning: Analisis Faktor Penurunan Disiplin Peserta Didik Selama Masa Pandemi. *PAEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan*, 10(1), 33–48.

Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Penggunaan Gadget pada Anak; Tantangan Baru Orang Tua Milenial. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1000-1010.

Nofitriani, Nisrina. (2020). Hubungan Antara *Self-control* dan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Gadget Pada Remaja Kelas XII SMAN 8 Bogor. *IKRA-ITH Humaniora : Jurnal Sosial dan Humaniora*. Universitas Persada Indonesia.

Novianti, R., Hukmi, H. and Maria, I., 2019. Generasi alpha–tumbuh dengan gadget dalam genggam. *Jurnal Educhild: Pendidikan Dan Sosial*, 8(2), pp.65-70.

Pudijastuti, Wahyuni. (2021). *Mengurai Dampak Negatif Penggunaan Gadget pada Anak*. Jakarta : UI Publishing

R. Agusli. (2008). *Panduan Koneksi Internet 3G & HSDPA di Handphone & Komputer*. Jakarta: Mediakita

Rajmy, Z. N., Pratiwi, K. D., & Dewi, N. K. (2023). *The Relationship Between Self-Control And Loneliness With Tendencies Of Gadget Addiction In Class Xi Students At Sman 13 Bekasi*. *European Journal of Psychological Research*, 10(4).

Rasma B, Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Prestasi Hafalan Al-Qur'an pada Kelas IX SMP Islam Terpadu Wahdah Islamiyah Makassar, (Makassar: Skripsi Tidak Diterbitkan, 2018), hal. 13

Rumapea, A., Sinurat, S., & Barus, M. (2023). Hubungan Self Control dengan Adiksi Gadget pada Maharema. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 879-886.

Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19: (Online Learning in the Middle of the Covid-19 Pandemic). *BIODIK*, 6(2), 214–224.

Srinahyanti., dkk. (2019). Influence of Gadget: A Positive and Negative Impact of

Gadget Usage for Early Child. Faculty of Education, Universitas Negeri Medan

Sugiyono, P. D. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, Bandung: CV.

Susilawati., dkk. 2017. Bahan Ajar Praktikum Statistik. Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Utama. 2021. Uji Korelasi : Chapter-6_Korelasi Linear dan Berganda. Universitas Dhyana Pura Bali

Wahyuliarmy, Ayu & Sari, Citra. (2021). Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Interaksi Sosial. IDEA: Jurnal Psikologi. 5. 100-114. 10.32492/idea.v5i2.5204.

Wardani, A., & Ayriza, Y. (2021). Analisis Kendala Orang Tua dalam Mendampingi Anak Belajar di Rumah Pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 5(1), 772–782. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.705>

Wijayanto, A. (2022). Resiliensi, Inovasi dan Motivasi Pertemuan Tatap Muka Terbatas. OSF Preprints.

Yusuf, A. M. (2016). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan. Prenada Media.

Zhu, L. (2021). The psychology behind video games during COVID-19 pandemic: A case study of Animal Crossing: New Horizons. Human Behavior and Emerging Technologies, 3(1), 157–159.



LAMPIRAN A SKALA *SELF-CONTROL*

Skala Penelitian INFORMASI

Salam hormat,

Perkenalkan nama saya Ayu Putriana Simanjuntak, saya merupakan mahasiswi Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. Saat ini, saya sedang melakukan penelitian tugas akhir yang dimana merupakan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Psikologi.

Saya mengharapkan kesediaan saudara/i untuk menjadi responden skala penelitian saya dengan meluangkan waktu 5-10 menit untuk mengisi skala berikut ini.

Adapun kriteria responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Remaja kelas VII-IX
2. Remaja yang mempunyai gadget
3. Remaja yang aktif menggunakan gadget
4. Remaja yang mengakses gadget lebih dari 3 jam/harinya

Apabila saudara/i memiliki kriteria yang sesuai dari apa yang telah disebutkan di atas, saya memohon ketersediaannya untuk berpartisipasi dalam mengisi skala penelitian ini. Data yang terkumpul akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Atas perhatian dan waktu yang saudara/i berikan dalam ketersediaan untuk mengisi skala penelitian ini, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Ayu Putriana Simanjuntak

Data diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Kelas :

1. Berikut ini terdapat pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan diri Anda
2. Tugas Anda adalah memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda yang sesungguhnya. Pilih jawaban dengan sejujur-jujurnya dan sungguh-sungguh.
3. Tidak ada jawaban benar atau salah, maupun baik atau buruk, karena jawaban masing-masing orang berbeda-beda.

BERILAH TANDA SILANG (X) PADA SALAH SATU PILIHAN ANDA.

STS : Jika pernyataan SANGAT TIDAK SETUJU dengan yang anda lakukan atau rasakan.

TS : Jika Pernyataan TIDAK SETUJU dengan yang anda Lakukan atau rasakan.

S : Jika Pernyataan SETUJU dengan yang anda Lakukan Atau rasakan

SS : Jika Pernyataan SANGAT SETUJU dengan yang anda Lakukan Atau rasakan

No	<u>Pernyataan</u>	<u>SS</u>	<u>S</u>	<u>TS</u>	<u>STS</u>
1	Ketika sedang belajar, saya menonaktifkan gadget agar dapat fokus belajar				
2	Saya menonaktifkan gadget saat masa ujian berlangsung				
3	Saya dapat mengabaikan pesan teman saya ketika sedang mengerjakan tugas				
4	Saya membatasi bermain gadget 1 jam/hari				
5	Saya tidak bermain gadget ketika sedang di sekolah				
6	Saya berhenti untuk mengikuti perkembangan yang sedang <i>up to date</i> di gadget saat sedang ujian				
7	Saya bermain gadget ketika sudah tidak ada lagi tugas atau PR				
8	Saya bermain gadget ketika sudah di rumah saja				
9	Saya tidak bermain gadget hingga larut malam				

10	Saya akan berhenti bermain gadget ketika sedang berkumpul dengan keluarga				
11	Saya tidak bermain gadget ketika guru sedang menerangkan				
12	Saya berhenti bermain gadget ketika masa ujian sedang berlangsung				
13	Saya rela mengambil uang tabungan saya agar dapat membeli paket kuota untuk bermain gadget				
14	Walaupun tidak ada notifikasi pemberitahuan gadget yang baru, saya tetap membukanya				
15	Saya merasa gelisah jika tidak bermain gadget 1 haripun				
16	Saya membeli kuota internet yang banyak agar dapat bermain gadget				
17	Saya tidak tahan untuk tidak bermain gadget walaupun saya sedang mengerjakan tugas				
18	Saya selalu menyempatkan diri untuk bermain gadget				
19	Saya sering menunda mengerjakan tugas jika sudah keasyikan bermain gadget				
20	Saya tidak bisa belajar jika tidak bermain gadget terlebih dahulu				
21	Saat sedang berkendara saya menyempatkan diri untuk bermain gadget				
22	Saya sering kurang tidur karena keasyikan bermain Gadget				
23	Ketika sedang berjalan saya sering sambil bermain Gadget				
24	Saya lebih memilih bermain gadget daripada belajar saat ujian				

**LAMPIRAN B SKALA KECANDUAN PENGGUNAAN
GADGET**

Data diri

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Kelas :

1. Berikut ini terdapat pernyataan-pernyataan yang berhubungan dengan diri Anda

2. Tugas Anda adalah memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan Anda yang sesungguhnya. Pilih jawaban dengan sejujur-jujurnya dan sungguh-sungguh.

3. Tidak ada jawaban benar atau salah, maupun baik atau buruk, karena jawaban masing-masing orang berbeda-beda.

BERILAH TANDA SILANG (X) PADA SALAH SATU PILIHAN ANDA.

STS : Jika pernyataan **SANGAT TIDAK SETUJU** dengan yang anda lakukan atau rasakan.

TS : Jika Pernyataan **TIDAK SETUJU** dengan yang anda Lakukan atau rasakan.

S : Jika Pernyataan **SETUJU** dengan yang anda Lakukan Atau rasakan

SS : Jika Pernyataan **SANGAT SETUJU** dengan yang anda Lakukan Atau rasakan

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu berpikir untuk bermain gadget bahkan ketika tidak memiliki akses internet.				
2	Walaupun saya sedang belajar atau mengerjakan tugas, saya sering berpikir untuk bermain gadget				
3	Ketika sedang makan saya selalu memikirkan untuk bermain gadget				
4	Saya banyak mendapat kepuasan dari bermain gadget				
5	Ketika ada suatu informasi/video yang sangat menarik perhatian saya, saya akan menghabiskan banyak waktu untuk melihat video lainnya				
6	Karena sangat menikmati bermain gadget, saya menambah waktu bermain sampai lupa tidur				
7	Ketika guru sedang mengajar, saya sering tidak tahan untuk tidak bermain gadget				
8	Saya pernah mencoba untuk mengurangi bermain gadget namun tidak berhasil				
9	Waktu berjalan semakin cepat ketika saya bermain Gadget				

10	Ketika gadget saya bermasalah saya menjadifrustasi				
11	Saya merasa bosan dan gelisah ketika paket internet saya habis				
12	Saya senang ketika ada guru yang tidak masuk dan saya bisa bermain gadget				
13	Ketika sedang berkumpul dengan teman, saya lebih senang mengobrol dengan mereka daripada bermain gadget				
14	Saya lebih senang membaca buku daripada bermain Gadget				
15	Saya tidak tergoda untuk bermain gadget ketika saya sedang belajar				
16	Bermain gadget terlalu lama membuat saya jenuh				
17	Konten-konten/Aplikasi yang ada di gadget menjadi tidakmenarik jika terus-terusan saya membukanya				
18	Saya lebih senang dan merasa puas jika menghabiskan waktu saya dengan membaca buku daripada bermain gadget				
19	Ketika orang tua saya meminta saya untukmengurangi bermain gadget saya dapat melaksanakannya				
20	Saya tidak bermain gadget sama sekali ketika masa ujian sedang berlangsung				
21	Saya dapat mengatur waktu saya dalam bermain Gadget				
22	Saya akan melakukan aktivitas lain jika aplikasi gadget sedang bermasalah dan tidak dapat digunakan				
23	Saya tidak akan marah dan akan mematuhi jika guru melarang bermain gadget ketika sedang di dalam kelas				

24	Saya memperbanyak melakukan interaksi sosial di kehidupan nyata				
----	---	--	--	--	--



LAMPIRAN C DATA PENELITIAN VARIABEL *SELF-CONTROL*

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	JUMLAH
1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	71
2	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	70
3	4	4	4	3	2	2	3	3	2	3	1	3	4	2	3	2	4	4	2	2	1	2	2	2	64
4	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	1	1	1	2	1	3	1	3	4	1	2	1	64
5	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	1	67
6	3	1	1	3	1	2	3	3	3	4	4	4	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	2	49
7	4	2	3	4	3	2	4	4	3	3	4	4	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	57
8	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	1	2	3	1	1	1	1	2	1	64
9	2	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	2	1	2	1	1	3	3	1	1	1	2	2	1	48
10	3	3	2	2	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	2	3	2	2	3	3	2	3	2	69
11	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	58
12	3	2	3	4	3	3	3	2	1	3	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	1	4	3	2	62
13	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	1	62
14	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	1	2	64
15	4	3	3	2	1	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	61
16	2	3	4	3	1	3	4	3	4	1	3	3	1	2	1	1	3	3	3	1	1	1	4	2	57
17	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	4	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	64
18	4	3	4	2	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	1	66
19	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	2	1	58
20	4	4	3	2	4	4	4	3	4	3	4	4	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	1	58
21	2	2	2	1	1	2	3	2	1	1	1	1	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4	59
22	4	4	4	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	45
23	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	2	3	2	1	2	3	1	1	1	1	2	1	62
24	2	3	4	3	3	3	3	4	3	1	4	4	2	3	4	2	2	3	3	2	2	3	2	2	67

25	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	1	4	4	1	3	1	1	1	2	2	1	2	66
26	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	1	2	4	4	3	4	3	4	3	4	1	2	2	76
27	2	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	63
28	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	54
29	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	57
30	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	65
31	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	1	1	1	3	2	4	1	3	1	2	4	3	4	69
32	4	4	3	2	4	2	4	3	2	3	4	4	1	3	4	2	2	3	2	2	1	1	2	4	66
33	4	4	3	4	4	3	2	1	4	2	4	4	1	2	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	55
34	3	2	4	4	1	2	3	3	2	3	4	3	1	3	1	1	2	4	3	2	3	4	4	2	64
35	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	64
36	3	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	73
37	2	1	3	3	3	1	3	3	3	4	2	1	1	2	3	3	1	3	1	3	1	3	4	1	55
38	2	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	2	4	2	4	2	4	4	4	3	4	2	2	77
39	2	1	2	3	2	2	3	3	3	4	4	4	3	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	56
40	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	64
41	4	2	3	2	4	1	4	4	3	4	4	2	1	2	2	1	3	4	4	3	1	3	2	2	65
42	4	1	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	1	3	3	2	3	2	3	2	3	1	3	2	63
43	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	3	3	3	2	3	1	2	70
44	4	4	3	2	4	3	3	3	2	2	4	4	1	3	3	4	4	1	3	3	4	3	2	1	70
45	4	4	2	3	4	3	4	3	2	2	4	4	4	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	4	77
46	4	3	2	1	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	3	1	4	1	3	76
47	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	1	1	1	62
48	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	67
49	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4	3	2	4	1	2	2	1	2	4	70
50	3	3	2	3	4	3	4	2	2	2	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	65

51	4	3	4	4	3	4	2	3	4	4	4	4	2	3	4	1	3	3	2	3	1	2	2	2	71
52	4	1	4	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	49
53	3	2	2	4	4	2	1	3	4	4	4	1	4	4	4	3	1	3	2	3	1	3	3	1	66
54	3	4	4	2	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	1	67
55	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	59
56	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	1	2	3	2	3	2	2	2	1	70
57	4	2	4	3	3	1	2	3	4	3	4	2	1	3	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	63
58	3	2	2	1	3	3	3	1	2	2	4	2	1	3	2	3	3	4	4	4	2	2	2	2	60
59	3	1	3	4	4	3	4	3	2	3	3	4	2	3	1	2	2	3	3	2	1	2	1	2	61
60	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	4	68
61	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	1	3	2	2	2	2	2	2	1	3	1	2	63
62	3	4	3	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	2	1	4	1	4	75
63	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	1	1	2	68
64	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	4	2	72
65	3	4	3	2	2	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	2	2	2	3	2	72
66	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	4	1	2	1	1	2	2	72
67	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	3	4	2	4	1	4	2	1	3	4	2	3	1	4	71
68	4	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	1	3	3	2	59
69	4	4	4	3	2	3	3	4	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	68
70	3	4	3	2	1	2	4	3	3	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	55
71	3	3	3	2	2	4	3	4	4	1	4	4	2	3	3	4	4	3	3	3	4	1	3	3	73
72	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	65
73	4	3	2	4	4	3	1	4	3	4	4	3	1	4	2	4	4	4	4	4	4	1	3	4	78
74	4	3	2	4	4	4	3	3	3	4	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	1	80
75	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	2	2	4	1	3	77
76	4	4	4	2	3	3	2	4	3	4	4	4	4	3	3	2	1	3	3	1	3	1	1	1	67

77	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	81
78	4	2	3	4	3	1	3	2	4	3	3	4	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	4	2	56
79	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	78
80	4	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	1	3	4	3	3	3	2	3	1	3	2	2	68
81	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	71
82	4	3	4	2	2	2	3	2	3	4	4	4	3	1	4	2	1	3	1	1	2	2	3	1	61
83	4	3	3	2	4	4	3	4	2	1	4	4	3	1	4	2	1	3	1	1	2	2	3	1	62
84	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	4	2	1	4	3	3	4	4	4	3	3	3	2	2	74
85	2	2	4	1	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	57
86	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	2	4	1	2	4	4	2	2	78
87	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	1	3	2	1	1	1	1	1	64
88	2	2	4	1	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	58
89	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	2	66
90	4	3	4	2	2	2	3	2	3	4	4	4	1	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	62
91	4	4	3	2	3	3	3	2	2	4	4	4	1	3	2	2	1	3	2	2	1	3	1	2	61
92	4	4	4	4	3	4	4	4	4	1	3	3	1	3	1	1	4	4	1	1	1	1	1	2	63
93	4	3	3	2	4	4	3	4	2	1	4	4	1	3	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	63
94	2	2	4	1	2	4	4	2	2	1	4	3	2	3	2	2	3	1	3	1	1	1	1	1	52
95	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	1	3	2	1	70
96	4	3	1	2	4	3	2	4	1	4	1	3	4	3	1	4	3	2	1	4	3	2	1	4	64

LAMPIRAN D DATA MENTAH KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	JUMLAH
1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	71
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	65
3	4	2	4	4	2	1	2	3	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	2	4	2	1	2	3	65
4	3	3	2	3	3	4	1	2	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	76
5	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	4	4	4	3	61
6	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	3	1	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	58
7	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	73
8	2	1	2	2	2	1	1	1	3	2	1	2	4	4	2	2	2	3	4	4	3	4	4	4	60
9	2	2	3	2	1	1	1	3	1	2	2	1	4	3	3	2	2	3	4	2	3	4	3	3	57
10	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	79
11	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	60
12	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	1	3	3	4	3	64
13	2	3	3	2	3	1	2	3	4	3	4	2	4	2	3	4	1	3	4	4	3	4	4	4	72
14	2	3	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	60
15	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	66
16	4	1	2	3	2	1	1	3	4	4	3	1	3	1	2	3	1	4	2	4	3	1	4	3	60
17	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	71
18	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	4	4	4	1	61
19	2	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	63
20	1	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	60
21	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	1	1	2	2	1	2	56
22	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	1	4	4	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	56
23	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	62
24	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	4	2	4	4	72
25	4	4	1	2	2	1	4	2	2	3	1	1	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	66
26	4	4	3	4	1	2	4	2	2	4	3	1	4	4	4	3	1	4	3	3	4	3	4	3	74

27	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	59
28	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	63
29	4	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	67
30	2	2	2	2	2	2	2	4	3	1	2	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	67
31	4	2	4	3	4	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	3	4	3	1	3	2	1	2	3	3	57
32	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	1	4	3	2	1	1	3	3	3	4	3	4	4	4	60
33	3	2	2	3	3	1	1	2	4	1	2	2	4	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	60
34	2	3	3	3	1	1	2	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	2	3	4	3	3	73
35	3	1	2	3	1	1	1	1	3	2	3	1	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	66
36	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	72
37	2	2	3	3	4	1	3	3	1	1	4	3	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1	67
38	4	4	2	4	1	4	2	4	4	4	1	2	2	4	4	2	1	3	4	2	2	4	4	3	3	71
39	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	61
40	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	3	61
41	3	3	4	3	4	4	1	1	4	2	1	2	4	3	4	4	4	4	2	1	3	4	4	4	4	73
42	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	65
43	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	66
44	2	1	3	2	1	1	1	3	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	72
45	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	4	4	4	4	2	4	2	2	67
46	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	2	3	3	82
47	1	2	2	3	2	2	1	1	3	1	3	1	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	66
48	2	2	3	3	2	1	1	1	3	3	3	4	4	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	67
49	3	2	2	3	2	1	2	1	3	3	3	2	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	72
50	2	2	3	3	2	1	1	1	3	3	3	4	4	2	3	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	61
51	4	2	2	3	1	1	2	3	2	4	2	1	4	4	4	4	2	4	3	4	2	4	4	4	4	70
52	4	2	2	2	2	1	2	4	4	2	2	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	75
53	3	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	2	2	1	3	1	2	2	3	3	4	1	1	64

54	3	3	2	4	3	2	1	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	71
55	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	1	4	3	2	54
56	3	2	2	3	1	1	1	1	1	3	2	3	4	4	1	2	2	2	3	3	4	3	4	3	58
57	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	1	3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3	60
58	3	3	3	3	3	2	1	2	4	2	3	3	4	1	2	2	2	1	3	2	2	3	4	4	62
59	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	73
60	3	2	3	3	2	3	2	3	2	4	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	67
61	2	2	3	3	2	1	1	1	3	3	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	62
62	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	1	4	3	3	3	4	4	76
63	3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	55
64	3	3	2	3	2	4	2	4	3	2	4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	74
65	4	2	3	4	4	2	1	3	2	3	4	3	4	3	4	1	1	3	2	2	3	4	4	4	70
66	4	4	3	4	4	4	4	1	1	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	81
67	4	4	3	4	2	4	2	1	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	4	2	4	79
68	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	1	4	3	2	54
69	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	1	4	2	2	1	1	2	3	2	2	4	3	2	62
70	2	2	1	2	1	2	1	1	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4	59
71	1	4	2	2	2	2	2	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	63
72	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	64
73	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	2	3	82
74	4	3	4	4	3	4	1	2	4	4	4	2	3	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	2	78
75	1	3	1	3	3	4	2	3	4	2	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	76
76	3	1	1	2	3	2	1	2	3	2	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	68
77	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	2	4	4	4	3	2	4	4	4	4	85
78	4	2	2	4	3	4	2	4	3	4	2	3	4	4	3	1	3	2	3	2	4	3	1	4	71
79	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	3	4	4	2	66
80	3	4	3	3	3	4	1	3	2	3	3	4	2	4	2	4	2	2	3	4	4	3	3	3	72

81	2	2	2	4	2	2	1	1	2	4	3	4	1	4	2	4	3	2	4	2	4	2	4	2	63
82	3	2	3	3	3	2	1	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	77
83	4	2	4	4	3	3	2	2	4	3	2	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	81
84	4	4	4	3	3	1	2	2	3	2	2	2	4	4	4	2	4	2	3	4	2	3	3	4	71
85	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	65
86	3	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	1	3	4	4	2	73
87	3	2	1	2	2	1	1	2	4	2	2	1	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	4	2	60
88	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	60
89	3	2	2	3	1	1	2	4	2	2	4	4	4	1	1	4	4	3	3	4	4	4	3	3	68
90	3	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	1	3	4	4	4	3	74
91	1	2	3	3	1	3	1	3	3	2	2	3	1	2	2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	62
92	3	2	3	2	3	2	1	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	69
93	4	4	4	4	2	3	4	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	2	79
94	4	4	4	4	2	4	2	4	4	2	4	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	80
95	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	4	60
96	3	3	2	3	3	2	2	3	4	2	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	69
96	4	1	4	3	4	2	2	3	2	4	1	3	2	4	3	2	1	4	3	4	1	4	4	1	66



LAMPIRAN E Uji Validitas dan Uji Reabilitas

Reliability

Scale: *SELF-CONTROL*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	96	100.0
	Excluded ^a	0	0.0
	Total	96	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KD1	3.41	.719	96
KD2	3.10	.900	96
KD3	3.12	.771	96
KD4	2.66	.916	96
KD5	3.12	.965	96
KD6	2.98	.821	96
KD7	3.30	.822	96
KD8	3.11	.709	96
KD9	2.99	.877	96
KD10	3.03	.945	96
KD11	3.38	.921	96
KD12	3.22	.920	96
KD13	2.17	1.033	96
KD14	2.69	.837	96
KD15	2.57	1.064	96
KD16	2.27	.934	96
KD17	2.30	.835	96
KD18	2.75	.821	96
KD19	2.25	.929	96
KD20	2.21	.845	96
KD21	1.94	.960	96
KD22	2.27	1.000	96
KD23	2.11	.881	96
KD24	1.97	.911	96

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD1	61.52	52.610	.349	.875
KD2	61.82	50.358	.375	.865
KD3	61.80	56.076	-.172	.800
KD4	62.27	53.063	.058	.885
KD5	61.80	48.350	.402	.852
KD6	61.95	50.513	.399	.863
KD7	61.63	53.184	.068	.882
KD8	61.81	50.849	.329	.862
KD9	61.94	52.143	.340	.877
KD10	61.90	51.547	.365	.875
KD11	61.55	51.913	.345	.877
KD12	61.71	51.914	.345	.877
KD13	62.76	50.837	.388	.874
KD14	62.24	48.731	.449	.850
KD15	62.35	47.789	.392	.851
KD16	62.66	48.754	.387	.854
KD17	62.63	51.226	.331	.869
KD18	62.18	50.295	.319	.861
KD19	62.68	49.737	.311	.861
KD20	62.72	49.657	.362	.857
KD21	62.99	48.831	.367	.855
KD22	62.66	49.470	.399	.862
KD23	62.81	53.922	-.002	.889
KD24	62.96	50.314	.373	.865

$$24 - 4 = 20 \times 4 + 20 \times 1 / 2 = 50$$

Reliability

Scale: GADGET

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	96	100.0
	Excluded ^a	0	0.0
	Total	96	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	24

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
GT1	2.82	.858	96
GT2	2.45	.806	96
GT3	2.51	.833	96
GT4	2.78	.771	96
GT5	2.38	.824	96
GT6	2.04	.983	96
GT7	1.84	.825	96
GT8	2.51	.929	96
GT9	2.71	.917	96
GT10	2.53	.962	96
GT11	2.78	.908	96
GT12	2.46	1.015	96
GT13	3.39	.813	96
GT14	2.94	.916	96
GT15	2.98	.781	96
GT16	2.92	.879	96
GT17	2.84	.988	96
GT18	2.94	.831	96
GT19	3.18	.821	96
GT20	3.12	.909	96
GT21	3.18	.833	96
GT22	3.29	.820	96
GT23	3.44	.792	96
GT24	3.06	.844	96

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
GT1	64.26	48.131	.361	.865
GT2	64.64	48.760	.334	.868
GT3	64.57	48.984	.399	.871
GT4	64.30	47.876	.441	.860
GT5	64.71	51.261	.104	.887
GT6	65.04	47.282	.364	.864
GT7	65.24	48.963	.306	.871
GT8	64.57	49.700	.399	.880
GT9	64.38	48.279	.318	.869
GT10	64.55	49.008	.340	.876
GT11	64.30	48.487	.305	.870
GT12	64.62	48.953	.325	.878
GT13	63.70	51.750	.065	.890
GT14	64.15	49.642	.309	.879
GT15	64.10	50.473	.388	.880
GT16	64.17	49.782	.311	.879
GT17	64.24	48.100	.399	.870
GT18	64.15	48.021	.387	.863
GT19	63.91	49.012	.303	.871
GT20	63.96	49.346	.335	.877
GT21	63.91	50.338	.381	.881
GT22	63.79	52.082	.035	.893
GT23	63.65	53.663	-.096	.802
GT24	64.02	50.126	.395	.880

$$24 - 4 = 20 \times 4 + 20 \times 1 / 2 = 50$$

NPar Tests

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		konrol diri	gadget
N		96	97
Normal Parameters ^a	Mean	42.64	56.59
	Std. Deviation	7.007	6.105
Most Extreme Differences	Absolute	.098	.087
	Positive	.069	.087
	Negative	-.098	-.080
Kolmogorov-Smirnov Z		.959	.855
Asymp. Sig. (2-tailed)		.317	.457
a. Test distribution is Normal.			

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
gadget * konrol diri	96	99.0%	1	1.0%	97	100.0%

Report

gadget

konrol diri	Mean	N	Std. Deviation
31	52.00	1	.
38	56.50	2	12.021
40	50.50	2	.707
41	50.00	1	.
43	58.33	3	6.028
44	60.50	2	6.364
45	52.50	2	3.536
46	57.00	1	.
47	59.00	1	.
48	52.50	8	6.568
49	56.29	7	5.155
50	57.14	7	5.900
51	57.00	7	6.245
52	53.40	5	6.427
53	51.86	7	4.562
54	54.00	6	6.164
55	57.50	4	3.416
56	57.00	5	5.523
57	57.83	6	5.776
58	56.00	1	.
59	64.33	3	2.517
60	61.50	2	6.364
61	56.00	1	.
62	56.50	2	3.536
63	68.00	1	.
64	60.50	2	4.950
65	62.00	2	7.071
66	61.67	3	5.508
67	63.00	1	.
68	71.00	1	.
Total	56.61	96	6.131

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
gadget * kontrol diri	Between Groups	(Combined)	1391.063	29	47.968	1.452	.107
		Linearity	481.436	1	481.436	14.578	.000
		Deviation from Linearity	909.627	28	32.487	.984	.503
	Within Groups		2179.676	66	33.025		
	Total		3570.740	95			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
gadget * kontrol diri	.567	.321	.624	.390

Correlations

Correlations

		kontrol diri	gadget
kontrol diri	Pearson Correlation	1	.567**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	96	96
gadget	Pearson Correlation	.567**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	96	97

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

Skala	Cronbach Alpha	Keterangan
<i>Self-control</i>	0,878	Reliabel
Gadget	0,886	Reliabel

**LAMPIRAN F Uji NORMALITAS, LINEARITAS (UJI
ASUMSI KLASIK)**

1. Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
<i>Self-control</i>	42,64	0,959	7,007	0,317	Normal
Gadget	56,59	0,855	6,105	0,457	Normal

Kriteria $P(\text{sig}) > 0.05$ maka dinyatakan sebaran normal

2. Hasil Perhitungan Uji linearitas

Korelasional	F beda	p beda	Keterangan
X-Y	0,984	0,503	Linear

Kriteria : $P \text{ beda} > 0.05$ maka dinyatakan linear





LAMPIRAN G Uji HIPOTESIS

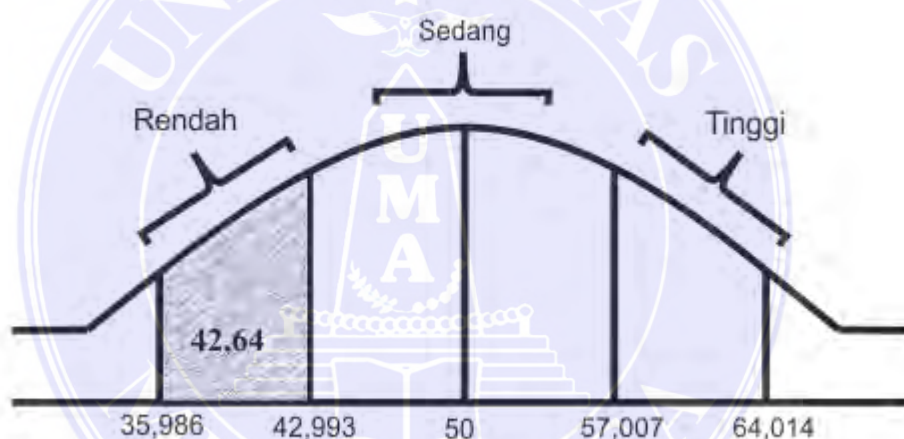
1. Hasil Perhitungan Korelasi Product Moment Koefesien Determinan

Statistik	Koefisien (r_{xy})	Koefisien Determinan (r^2)	BE %	P	ket
X-Y	-0,567	0,321	32,1%	0,000	significant

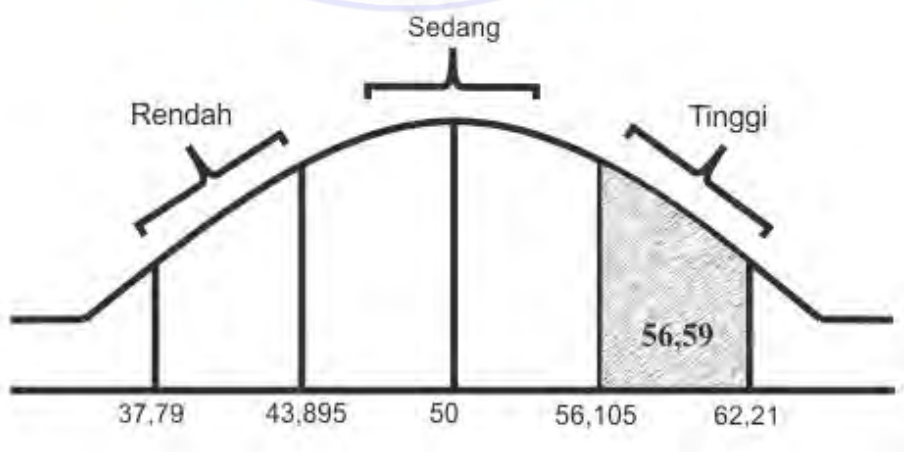
2. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Empirik

Variabel	SD	Nilai Rata-rata		Keterangan
		Hipotetik	Empirik	
<i>Self-control</i>	7,007	50	42,64	rendah
Gadget	6,105	50	56,59	tinggi

3. Kurva Kriteria *Self-Control*



4. Kurva Kriteria Kecanduan Penggunaan Gadget





LAMPIRAN H SURAT PENELITIAN

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**
FAKULTAS PSIKOLOGI
Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, Medan 20223
Kampus II : Jalan Siliabudi Nomor 70 / Jalan Sri Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 42402994, Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 3161/FPSI/01.10/IX/2024
Lampiran : -
Hal : Penelitian

23 September 2024

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah
SMP Negeri 17 Medan
di -
Tempat

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

Nama : Ayu Putriana Simanjuntak
NPM : 198600327
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di SMP Negeri 17 Medan, Jl. Kapten M Jamil Lubis No. 108, Bandar Selamat, Kec. Medan Tembung, Kota Medan guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Hubungan Self-Control Dengan Kecenderungan Kecanduan Penggunaan Gadget pada Remaja di UPT SMP Negeri 17 Medan"**.

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 kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Ketua Program Studi Psikologi

Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Tembusan
- Mahasiswa Ybs
- Arsip





PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT SMP NEGERI 17 MEDAN

Jalan Kapt. M. Jamil Lubis No. 108 Medan Tembung, Medan, Sumatera Utara 20223
Pos-el : info@uptsmpn17medan.go.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 400.3.6.5/ 950

Kepala UPT SMP Negeri 17 Medan, Jl. Kapt. M. Jamil Lubis, Kel. Bandar Selumat, Kec. Medan Tembung, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara Menerangkan bahwa :

Nama : **AYU PUTRIANA SIMANJUNTAK**
NPM : 198600327
Program Studi : Ilmu Psikologi
Fakultas : Psikologi

Telah melakukan pengambilan data di UPT SMP Negeri 17 Medan pada Tanggal 01 sampai dengan Tanggal 08 Oktober 2024

Surat Keterangan ini diperlukan untuk penyusunan skripsi dengan Judul : ***Hubungan Self-control Dengan Kecenderungan Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Remaja di UPT SMP NEGERI 17 MEDAN***

Demikianlah Surat Keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana perlunya

Medan, 08 Oktober 2024
Kepala UPT SMP Negeri 17 Medan

JURIAH SREGAR, S.Pd, M.Pd
Penyelia Utama Muda
NIP. 196607231 199303 2 034

LAMPIRAN I DOKUMENTASI PENELITIAN



