

TESIS

**PENGEMBANGAN MODEL *SELF CONTROL* TERHADAP KECANDUAN
SMARTPHONE PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA (SMP)
DI KOTA SURABAYA**



ABDUL FAUZI
NIM.131714153008

PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019

ABST

ABSTRAK
PENGEMBANGAN MODEL SELF CONTROL
SERTA WAWASAN SATELITAN
DOKUMENTASI KETERANGAN
AYAHANIS

ABSTRAK
PENGEMBANGAN MODEL

PENGEMBANGAN MODEL SELF CONTROL

SERTA WAWASAN SATELITAN

DOKUMENTASI KETERANGAN

AYAHANIS

ABST

**PENGEMBANGAN MODEL *SELF CONTROL* TERHADAP
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA (SMP) DI KOTA SURABAYA**

TESIS

Untuk Memperoleh Gelar Magister Keperawatan (M.Kep)
Dalam Program Studi Magister Keperawatan
Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

Oleh

ABDUL FAUZI
NIM. 131714153008

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019**

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN KONSESI HUMANIA
JURUSAN PENDIDIKAN AWAN AGAT
MAGISTER PENDIDIKAN AWAN AGAT

2007

(p. 10) ...
...
...

2007

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN KONSESI HUMANIA

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS PEDAGOGIK DAN KONSESI HUMANIA
JURUSAN PENDIDIKAN AWAN AGAT
MAGISTER PENDIDIKAN AWAN AGAT
2007

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Tesis ini hasil karya sendiri,
Dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan
dengan benar**

Nama : Abdul Fauzi
NIM :1317141513008
Tanda tangan :

Tanggal : Agustus 2019

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS

**PENGEMBANGAN MODEL *SELF CONTROL* TERHADAP
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH
PERTAMA (SMP) DI KOTA SURABAYA**

ABDUL FAUZI
NIM: 131714153008

**TESIS INI TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL, 04 JULI 2019**

Oleh
Pembimbing Ketua



Dr. Ah Yusuf, S.Kp., M.Kes
NIP. 19670101 200003 1 002

Pembimbing Kedua



Dr. Mundakir, S.Kep.Ns., M.Kep
NIP. 19740323 200501 1 002

Mengetahui
Koordinator Program Studi




Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes
NIP. 19721217 200003 2 001

1. LAMARAN PENGUNTAHAN PERSIAPAN TESIS

PENGEMBANGAN MODEL SELF CONTROL TERHADAP
REKORDIN SIKAP BAWA BARU - SEKOLAH ALYANSAH
PERTAMA (SMP) DI KOTA SURABAYA

ABDUL FAUZI
NIM: 19171413002

TESIS INI TELAH DISUBMIT
PADA TANGGAL 04 JULI 2019

Orisli
Pembimbing Utama

Dr. An Yudianto, S.Pd., M.Pd.
NIP. 1970101 20003 1 002

Pembimbing Kedua

Dr. Mubandik, S.Kep.Ns., M.Kes.
NIP. 19740323 200201 1 002

Mengasahni
Koordinator Program Studi

Dr. Timin Sukarni, S.Kp., M.Kes.
NIP. 1951217 200003 2 001

LEMBAR PENGESAHAN TESIS

Proposal ini diajukan oleh:

Nama : Abdul Fauzi
NIM : 131714153008
Program Studi : Magister Keperawatan
Judul : Pengembangan Model *Self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Surabaya

Tesis ini telah diuji dan dinilai

Oleh panitia penguji

Program Studi Magister Keperawatan Universitas Airlangga

Pada Tanggal 15 Juli 2019

Panitia Penguji:

1. Dr. Esti Yunitasari, S.Kp., M.Kes
NIP. 19770617 200312 2 002 (.....)
2. Dr. Ah Yusuf, S.Kp., M.Kes.
NIP. 19670101 200003 1 002 (.....)
3. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19740323 200501 1 002 (.....)
4. Dr. Hari Basuki N, dr., M.Kes
NIP. 19650625 199203 1 002 (.....)
5. Dr. Rizki Fitryasari P.K, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 19800222 200604 2 002 (.....)

Mengetahui

Koordinator Program Studi



Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes
NIP. 19721217 200003 2 001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan bimbingan-Nya penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul “**Pengembangan Model *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Di Surabaya**”. Tesis ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan (M.Kep) pada Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa bantuan dari semua pihak yang terkait dalam penyusunan tesis ini sangatlah besar sehingga penyusunan tesis dapat terwujud, untuk itu perkenankanlah penulis menyampaikan rasa hormat dan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs (Hons) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan.
2. Dr. Ah. Yusuf, S.Kp., M.Kes selaku Wakil Dekan III dan dosen pembimbing yang telah memberikan kesempatan, fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan dan dengan penuh perhatian dan kesabaran telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga penulisan tesis ini dapat selesai tepat waktu.
3. Dr. Mundakir, S.Kp Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing yang dengan penuh perhatian dan kesabaran telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga penulisan tesis ini dapat selesai tepat waktu.
4. Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes selaku Wakil Dekan I dan Ibu Eka Mishbahtul Mar'ah Has, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Wakil Dekan II yang telah memberikan kesempatan, dorongan, dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan..
5. Dr. Tintin Sukartini, S.Kp., M.Kes selaku Koordinator Program Studi Magister Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan, dorongan, dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan.
6. Dr. Hari Basuki N, dr. M. Kes., Dr Rizky Fitriyasaki P.K, S. Kep., Ns., M.Kep dan Dr. Esty Yunitasari, S.Kp., M.Kes selaku penguji tesis yang telah memberikan masukan sehingga tesis ini dapat selesai dengan baik.
7. Segenap dosen Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pengarahan.
8. Segenap staf pendidikan, perpustakaan, dan tata usaha. Terima kasih atas segala bantuan yang diberikan.
9. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia mengikuti penelitian saya sehingga saya bisa menyelesaikan tesis ini.

10. Seluruh keluarga yang saya cintai. Terima kasih yang tak terhingga atas cinta, kesabaran, motivasi, dan doa yang senantiasa kalian panjatkan untuk saya.
11. Sahabat-sahabat super Magister Angkatan 10 khususnya peminatan jiwa. Terima kasih untuk memotivasi dan memberikan saya semangat dalam menjalani kuliah dan menyelesaikan tesis ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas budi baik semua pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan, dan bantuan dalam menyelesaikan tesis ini. Peneliti menyadari bahwa tesis ini jauh dari sempurna, namun harapan peneliti adalah semoga tesis ini dapat membawa manfaat bagi pembaca maupun bagi profesi keperawatan nantinya.

Surabaya, 01 Agustus 2019

Penulis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Airlangga, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abdul Fauzi
NIM : 131714153008
Program Studi : Magister Keperawatan
Departemen : Keperawatan jiwa
Fakultas : Keperawatan
Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk diberikan kepada Universitas Airlangga **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah yang berjudul:

“Pengembangan Model *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kota Surabaya”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya
Pada Tanggal : Agustus 2019
Yang menyatakan,

Abdul Fauzi

SUMMARY

DEVELOPMENT OF *SELF CONTROL* MODEL ON *SMARTPHONE* ADDICTION IN ADOLESCENTS IN SURABAYA CITY

Abdul Fauzi

Smartphone addiction is someone's inability to control the use of a *smartphone* in everyday life and consider *smartphone* to be very important for their lives. The problem of *smartphone* use is dominated by the use of social networking, chat and games and is more common in early adolescents. The high rate of *smartphone* addiction in early adolescents is due to the inability of adolescents to control the stimuli that arise in them. This research was conducted to develop a model of self-control on *smartphone* addiction in early adolescents (junior high school students).

The self-control model explains that adolescent self-control is influenced by parental behavior control and parental psychology control. This self-control theory has disadvantages, namely the absence of internal factors from adolescents that affect adolescents. Self-regulation is a theory that explains the process of self-regulation in adolescents by involving thinking factors as a foundation of behavior. The self-control model in this study combined the external factors of parents, namely the control of parental behavior and the control of the psychology of parents with the factor of adolescent thought as an independent variable that affected self-control. Control of parental behavior can improve adolescent self-control, while parental psychology control can reduce adolescent self-control. Factors of thought which are internal factors can improve adolescent self-control. Increased *self control* is expected to reduce *smartphone* addiction in adolescents.

The design of this study used correctional. The population in this study were 112,836 junior high school students with a sample of 400 students spread across ten junior high schools in the city of Surabaya and taken using a multistage random sampling method. The variables in this study consisted of parental behavioral control (X1), parental psychological control (X2), adolescent thinking (X3), self-control (Y1) and *smartphone* addiction (Y2). Retrieving data used questionnaires that have been tested for validity and reliability first. Data analysis used the Linear Structural Relationship (LISREL). Model evaluation was done through various criteria of goodness-of-fit (feasibility of the model) to know whether to fulfill SEM assumptions or not.

The results of this study indicated that the value of χ^2/df , RMSEA, NFI, NNFI, RFI, IFI and CFI fell into the category of good fit which means that the overall suitability of the model was good. The results of hypothesis testing indicated that there was a significant effect of parental behavior control on self-control at 0.02 ($t = 4.08$). There was a significant effect of parental psychological control on self-control at 0.02 ($t = 4.32$). There was a significant effect of thought on self-control at 0.74 ($t = 11.5$). There was a significant effect of self-control on *smartphone* addiction at 0.54 ($t = -9.58$). Parental behavior control, parental psychology control and adolescent thought indirectly influenced through *self control*, where each t

value were parental behavior control $t = -3.97$, parental psychology control $t = -4.19$ and adolescent thinking $t = -9.59$.

The findings in this study were the psychology of parental control had a positive effect on self-control and adolescent thought was the most dominant factor in influencing adolescent self-control. The difference in the influenced of psychological control of parents is due to cultural differences in Indonesia and other countries. Indonesia has a culture where parents are still exercising psychological control to suppress deviant behavior, besides that culture that is obedient to parents is an obligation of every child so that adolescents tend to obey parents' wishes.

Thought was the most dominant factor that influences self-control. Thought was the initial stage in carrying out self-regulation. Behavior based on good thinking will increased self-awareness and every behavior was carried out without coercion. The main effort to improve adolescent thought is to determine goal settings that focus on the task of adolescent development. Increasing expectations for the task of developing adolescent adolescents is very necessary and reducing expectations for *smartphone* use can reduce the risk of *smartphone* addiction. The goal orientation is focused on the principles of achieving the task of developing adolescents and not focusing on fulfillment to get pleasure. Efforts to achieve goals and motivations to encourage adolescents to improve behavior in achieving goals will improve self-control which is one way to reduce *smartphone* addiction.

RINGKASAN

**PENGEMBANGAN MODEL *SELF CONTROL* TERHADAP
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA DI KOTA SURABAYA**

Abdul Fauzi

Kecanduan *smartphone* merupakan ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol penggunaan *smarthphone* dalam sehari-hari dan menganggap *smarthphone* sangat penting bagi kehidupannya. Penggunaan *smartphone* didominasi penggunaan jejaring social, *chating* dan *game* serta lebih banyak terjadi pada remaja awal. Tingginya angka kecanduan *smartphone* pada remaja awal disebabkan karena ketidakmampuan diri remaja untuk mengontrol stimulus-stimulus yang muncul dalam dirinya. Penelitian ini dilakukan untuk mengembangkan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja awal (siswa SMP).

Model *self control* menjelaskan bahwa *self control* remaja dipengaruhi oleh kontrol perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua. Teori *self control* ini mempunyai kekurangan yaitu tidak adanya faktor internal dari remaja yang mempengaruhi remaja. *Self regulation* merupakan teori yang menjelaskan proses pengaturan diri pada remaja dengan melibatkan faktor pemikiran sebagai landasan berperilaku. Model *self control* pada penelitian ini menggabungkan factor eksternal dari orang tua yaitu control perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua dengan faktor pemikiran remaja sebagai variable independen yang mempengaruhi *self control*. Kontrol perilaku orang tua dapat meningkatkan *self control* remaja, sedangkan kontrol psikologi orang tua dapat menurunkan *self control* remaja. Faktor pemikiran yang merupakan faktor internal dapat meningkatkan *self control* remaja. *Self control* yang meningkat diharapkan dapat menurunkan kecanduan *smartphone* pada remaja.

Desain penelitian ini menggunakan crossectional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 112.836 siswa SMP dengan sampel sebesar 400 siswa yang tersebar di sepuluh sekolah SMP di Kota Surabaya dan diambil menggunakan cara multistage random sampling. Variabel pada penelitian ini terdiri dari kontrol perilaku orang tua (X1), kontrol psikologi orang tua (X2), pemikiran remaja (X3), *self control* (Y1) dan kecanduan *smartphone* (Y2). Pengambilan data menggunakan kuisioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu. Analisa data menggunakan *Linear Structural Relationship* (LISREL). Evaluasi model dilakukan melalui berbagai kriteria *goodness-of-fit* (kelayakan model) untuk mengetahui memenuhi asumsi-asumsi SEM atau tidak.

Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa nilai χ^2/df , RMSEA, NFI, NNFI, RFI,IFI dan CFI masuk ke dalam kategori *good fit* yang berarti kecocokan keseluruhan model sudah baik. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa ada pengaruh signifikan kontrol perilaku orang tua terhadap *self control* sebesar 0.02

($t=4.08$). Ada pengaruh signifikan kontrol psikologi orang tua terhadap *self control* sebesar 0.02 ($t=4.32$). Ada pengaruh signifikan pemikiran terhadap *self control* sebesar 0.74 ($t=11,5$). Ada pengaruh signifikan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* sebesar -0.54 ($t=-9.58$). Adapun kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran remaja berpengaruh secara tidak langsung melalui *self control*, dimana masing-masing nilai t yaitu kontrol perilaku orang tua $t=-3.97$, kontrol psikologi orang tua $t=-4.19$ dan pemikiran remaja $t=-9.59$.

Temuan pada penelitian ini adalah psikologi kontrol orang tua berpengaruh positif terhadap *self control* dan pemikiran remaja menjadi faktor paling dominan dalam mempengaruhi *self control* remaja. Perbedaan pengaruh kontrol psikologi orang tua disebabkan karena perbedaan budaya yang ada di Indonesia dan Negara lain. Indonesia mempunyai budaya dimana orang tua masih melakukan kontrol psikologi untuk menekan perilaku menyimpang, selain itu budaya bahwa patuh kepada orang tua merupakan kewajiban setiap anak sehingga remaja cenderung menuruti kemauan orang tua.

Pemikiran menjadi faktor paling dominan yang berpengaruh terhadap *self control*. Pemikiran merupakan tahap awal dalam melakukan pengaturan diri. Perilaku yang dilandasi pemikiran yang baik akan meningkatkan kesadaran diri dan setiap perilaku dilakukan tanpa ada paksaan. Upaya peningkatan pemikiran remaja yang utama yaitu dengan menentukan goal setting yang berfokus pada tugas perkembangan remaja. Peningkatan ekspektasi terhadap tugas perkembangan remaja remaja sangat diperlukan serta menurunkan ekspektasi terhadap pemakaian *smartphone* dapat menurunkan resiko kecanduan *smartphone*. Orientasi tujuan difokuskan terhadap prinsip-prinsip mencapai tugas perkembangan remaja dan tidak berfokus pada pemenuhan untuk mendapatkan kesenangan saja. Upaya mencapai tujuan dan motivasi mendorong remaja meningkatkan perilaku mencapai tujuan akan meningkatkan *self control* yang merupakan salah satu cara untuk mengurangi kecanduan *smartphone*.

ABSTRACT

DEVELOPMENT OF *SELF CONTROL* MODEL ON *SMARTPHONE* ADDICTION IN ADOLESCENTS IN SURABAYA CITY

Abdul Fauzi

Introduction: *Smartphone* addiction is a person's inability to control *smartphone* usage continuously. *Smartphone* addiction mostly occurred in early adolescents because of the inability to self-control to behave. The purpose of this study was to develop a self-control model of *smartphone* addiction in early adolescents.

Method: This study used cross-sectional design. Sampling used multistage random sampling and obtained as many as 400 junior high school students in grades 7,8 and 9 spread across five private schools and five public schools in Surabaya. Data taken included parental behavior control, parental psychology control, thought, *self control* and *smartphone* addiction using questionnaires that have been tested for validity and reliability before. Model testing is done using LISREL 8.80

Result and analysis: Significantly the influence of control of parental behavior on *self control* was 0.02 with a value of $t = 4.08$, parental psychological control of *self control* was 0.02 with a value of $t = 4.32$, adolescent thinking on *self control* of 0.74, with a value of $t = 11.5$) positively influencing *self control*. *Self control* has a significant negative effect on *smartphone* addiction of 0.54, with a value of $t = 9.58$. In addition to parental behavior control, parental psychology control and adolescent thinking had a negative effect on *smartphone* addiction through *self control* where each t value was -3.97, -4.19 and -9.59.

Discussion: The *smartphone* addiction self-control model was built on parental behavior control, parental psychological control and thinking that positively influences *self control*. This initial assessment determines how much youth control is an attempt to achieve goals. Increasing teenager's self-thinking is needed to improve *self control* so that *smartphone* addiction can decrease.

Keyword: *smartphone* addiction, self-control, parental behavior control, parental psychology control, thought.

ABSTRAK

**PENGEMBANGAN MODEL *SELF CONTROL* TERHADAP
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA DI SURABAYA**

Abdul Fauzi

Pengantar: Kecanduan *smartphone* merupakan ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol penggunaan *smartphone* secara terus-menerus. Kecanduan *smartphone* sebagian besar terjadi pada remaja awal karena ketidakmampuan *self control* dalam berperilaku. Tujuan penelitian ini yaitu mengembangkan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja awal. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *crosssectional*. Pengambilan sampel menggunakan *multistage random sampling* dan diperoleh sebanyak 400 siswa SMP kelas 7,8, dan 9 yang tersebar di lima sekolah swasta dan lima sekolah negeri di Surabaya. Data yang diambil meliputi kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua, pemikiran, *self control* dan kecanduan *smartphone* dengan menggunakan kuisioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya. Pengujian model dilakukan menggunakan LISREL 8.80. **Hasil dan analisis:** Secara signifikan pengaruh kontrol perilaku orang tua terhadap *self control* sebesar 0.02 dengan nilai $t=4.08$, kontrol psikologi orang tua terhadap *self control* sebesar 0.02 dengan nilai $t=4.32$, pemikiran remaja terhadap *self control* sebesar 0.74, dengan nilai $t=11.5$) berpengaruh positif terhadap *self control*. *Self control* secara signifikan berpengaruh negative terhadap kecanduan *smartphone* sebesar 0.54, dengan nilai $t=9.58$. Selain itu kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran remaja berpengaruh negative terhadap kecanduan *smartphone* melalui *self control* dimana masing-masing nilai t yaitu -3.97, -4.19 dan -9.59.

Diskusi: Model *self control* kecanduan *smartphone* dibangun dari kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran yang mempengaruhi secara positif *self control*. Pemikiran menjadi faktor paling dominan yang mempengaruhi *self control* terhadap kecanduan *smartphone*. Penilaian awal ini menentukan seberapa besar *self control* remaja sebagai upaya untuk mencapai tujuan. Peningkatan *self* pemikiran remaja sangat diperlukan untuk meningkatkan *self control* sehingga kecanduan *smartphone* dapat menurun.

Kata kunci: kecanduan *smartphone*, *self control*, kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi, pemikiran

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PRASYARAT GELAR	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS	v
LEMBAR PENGESAHAN HASIL TESIS.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ix
SUMMARY	x
ABSTRACT.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxii
DAFTAR SINGKATAN	xxiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Kajian Masalah.....	7
1.3 Rumusan Masalah	7
1.4 Tujuan Penelitian.....	7
1.4.1 Tujuan Umum	7
1.4.2 Tujuan Khusus.....	8
1.5 Manfaat.....	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 Konsep Remaja.....	10
2.1.1 Pengertian remaja	10
2.1.2 Batasan usia remaja.....	11
2.1.3 Tahap perkembangan remaja.....	12
2.1.4 Ciri-ciri remaja awal.....	14
2.1.5 Tugas perkembangan remaja.....	18
2.1.6 Peran orang tua terhadap tumbuh kembang remaja	21

	2.1.7 Permasalahan pada remaja	23
2.2	Konsep Kecanduan <i>Smartphone</i>	25
	2.2.1 Pengertian kecanduan <i>smartphone</i>	25
	2.2.2 Klasifikasi Model Kecanduan	26
	2.2.3 Penyebab kecanduan <i>smartphone</i>	30
	2.2.4 Model kecanduan	34
2.3	Model <i>Self control</i>	36
	2.3.1 Pengertian <i>self control</i>	36
	2.3.2 Aspek-aspek <i>self control</i>	38
	2.3.3 Jenis-jenis <i>self control</i>	40
	2.3.4 Faktor yang mempengaruhi <i>self control</i>	40
	2.3.5 Model <i>Self control</i>	43
2.4	Konsep <i>Self Regulation</i>	45
	2.4.1 Pengertian <i>Self Regulation</i>	45
	2.4.2 Struktur model system <i>self regulation</i>	46
	2.4.3 Aspek-aspek <i>self regulation</i>	58
	2.4.4 Hubungan <i>Self control</i> dan <i>self regulation</i>	59
2.5	Pengembangan <i>Self control</i> Terhadap Kecanduan <i>Smartphone</i>	61
2.6	Keaslian Penelitian	63
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS		69
3.1	Kerangka Konseptual	69
3.2	Hipotesis	72
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		73
4.1	Desain Penelitian	73
4.2	Populasi dan Sampel.....	73
	4.2.1 Populasi	73
	4.2.2 Sampel	73
	4.2.3 Teknik sampling.....	74
4.3	Kerangka Operasional	76
4.4	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	76
	4.4.1 Variabel penelitian	76
	4.4.2 Definisi Operasional.....	77
4.5	Instrumen Penelitian.....	80

4.5.1 Instrumen.....	80
4.5.2 Uji validitas dan reabilitas.....	85
4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	86
4.7 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data.....	87
4.8 Analisis Data	88
4.8.1 Analisis deskriptif	88
4.8.2 Analisis inferensial.....	88
4.9 Etik Penelitian	89
BAB 5 HASIL DAN ANALISIS.....	92
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	92
5.1.1 Letak dan kependudukan Kota Surabaya	92
5.1.2 Pendidikan di Kota Surabaya	92
5.2 Analisis Deskriptif.....	93
5.2.1 Data demografi.....	93
5.2.2 Kontrol perilaku orang tua	94
5.2.3 Kontrol psikologi orang tua.....	94
5.2.4 Pemikiran remaja.....	95
5.2.5 <i>Self control</i>	96
5.2.6 Distribusi frekuensi variabel independen terhadap <i>self control</i>	96
5.2.7 Kecanduan <i>smartphone</i>	99
5.2.8 Distribusi frekuensi <i>self control</i> terhadap kecanduan <i>smartphone</i>	100
5.3 Analisis Model Pengukuran.....	101
5.3.1 Laten variabel eksogen.....	101
5.3.2 Laten variabel endogen	104
5.4 Analisis Model Struktural.....	106
5.5 Analisis Hubungan Kausal	107
5.6 Pengujian Hipotesis	109
BAB 6 PEMBAHASAN.....	114
6.1 Kontrol Perilaku Orang Tua Terhadap <i>Self control</i>	114
6.2 Kontrol Psikologi Orang Tua Terhadap <i>Self control</i>	117
6.3 Pengaruh Pemikiran Remaja Terhadap <i>Self control</i>	121
6.4 <i>Self control</i> Terhadap Kecanduan <i>Smartphone</i>	129

6.5	Model <i>Self control</i> Terhadap Kecanduan <i>Smartphone</i>	132
6.6	Temuan Penelitian	134
6.7	Keterbatasan penelitian.....	135
BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN.....		137
7.1	Kesimpulan	137
7.2	Saran	138
Daftar Pustaka		139

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tugas perkembangan remaja	21
Tabel 2.2 Keaslian Penelitian.....	63
Tabel 4.1 Jumlah responden Penelitian.....	75
Tabel 4.2 Variaabel penelitian	77
Tabel 4.3 Definisi operasional	77
Tabel 4.4 Blueprint Kontrol perilaku Orang tua	81
Tabel 4.5 Blueprint Instrument Kontrol Psikologis Orang Tua	82
Tabel 4.6 Blueprint Intrumen Pemikiran	83
Tabel 4.7 Blueprint Instrument <i>Self control</i>	84
Tabel 4.8 Blueprint Instrument Kecanduan <i>Smartphone</i>	85
Tabel 4.9 Uji validitas Reliabilitas variabel penelitian	86
Tabel 4.10 Jadwal penelitian.....	87
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswa SMP Kota Surabaya	92
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Kontrol Perilaku Orang	94
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi kontrol psikologi orang tua.....	94
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi pemikiran remaja.....	95
Tabel 5.5 distribusi frekuensi <i>self control</i>	96
Tabel 5.6 distribusi frekuensi kontrol perilaku orang tua terhadap <i>self control</i> ...	96
Tabel 5.7 Distribusi frekuensi kontrol psikologi orang tua terhadap <i>self control</i> . 97	
Tabel 5.8 Distribusi pemikiran remaja terhadap <i>self control</i>	98
Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Kecanduan <i>Smartphone</i>	99
Tabel 5.10 Distribusi frekuensi <i>self control</i> terhadap kecanduan <i>smartphone</i> ...	100
Tabel 5.11 Reliabilitas Variabel Eksogen	103
Tabel 5.12 Reliabilitas Variabel Endogen	106
Tabel 5.13 Good of Fit SEM.....	107
Tabel 5.14 Hipotesis Penelitian.....	109
Tabel 5.14 Hubungan Tidak Langsung.....	112

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Identifikasi masalah	7
Gambar 2.1 The COM-B system for analysing behaviour in contex (Michie at al, 2011)	35
Gambar 2.2 Model <i>self control</i> terhadap kecanduan <i>smartphone</i>	43
Gambar 2.3 Model self regulation (Zimmerman, 2000).....	47
Gambar 3.1 Kerangka konseptual	69
Gambar 4.1 kerangka operasional	70
Gambar 5.1 Pat Variabel Eksogen (t-value)	89
Gambar 5.2 Path Variabel Eksogen (standartdied Solution)	101
Gambar 7.3 Path variable endogen (t-value).....	102
Gambar 5.4 Path Variabel Endogen (standartdied Solution).....	104
Gambar 5.5 Model struktural (standardized Solution).....	108
Gambar 5.7 Model Struktural (t-value).....	108
Gambar 6.1 Model <i>Self control</i> Terhadap Kecanduan <i>Smartphone</i>	134

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjelasan penelitian	145
Lampiran 2 Informed consent	146
Lampiran 3 Kuisisioner penelitian.....	147
Lampiran 4 etik penelitian	155
Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian	156
Lampiran 6 Ijin Instrumen	157

DAFTAR SINGKATAN

CFMPS	: <i>Chinese Frost Multidimensional Perfectionism</i>
DSM	: <i>Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders</i>
GOF	: <i>Goodness of Fit</i>
IGDS9-SF	: <i>Internet Gaming Disorder Scale Short-Form</i>
LISREL	: <i>Linear Structure Relations</i>
PACI	: <i>The parent-Adolescent Communication Inventory</i>
PCPUQ	: <i>Problematic Cellular Phone Use Questionnaire</i>
PedsQL	: <i>Pediatric Quality of Life Inventory</i>
PHQ-5	: <i>Patient Health Questionnaire-5</i>
PIU	: <i>Probematic Internet Use</i>
PMPU	: <i>Problematic Mobile Phone Use</i>
PSS	: <i>Perceived Stress Scale</i>
RCMAS	: <i>The Revised Children's Manifest Anxiety Scale</i>
RSES	: <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i>
SAS	: <i>Smartphone Addiction Scale</i>
SDS	: <i>Zung Self-Rating Depression Scale</i>
SEM	: <i>Struktural Equation Modelling</i>
SMP	: <i>Sekolah Menengah Pertama</i>
STAI	: <i>Spielberger State-Trait Anxiety Inventory</i>

BAB 1 PENDAHULUAN

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, perilaku, biologi, kognitif dan emosi. Perubahan-perubahan dimulai ketika memasuki remaja awal yang cenderung labil, mudah emosional dan kontrol diri yang rendah. Ketidakmampuan remaja dalam mengontrol diri yang rendah memicu terjadinya dorongan dorongan untuk melakukan suatu perilaku menyimpang yang dianggap dapat memuaskan dirinya. Salah satu bentuk penyimpangan perilaku pada remaja yaitu kecanduan *smartphone* (Cocorada, Maican, Cazan, & Maican, 2018).

Kecanduan *smartphone* merupakan bentuk obsesi seseorang untuk berperilaku menggunakan *smartphone* secara terus menerus dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Masalah penggunaan *smartphone* didominasi oleh penggunaan jejaring sosial, *game* dan *chatting* (Lec at al, 2016). Perilaku kecanduan *smartphone* menunjukkan tanda-tanda yang sama seperti kecanduan NAPZA. Hal ini terlihat setelah adanya perubahan neurologis dan psikopatologis serta memasukkan kecanduan *smartphone* sebagai salah satu bentuk *mental disorder* (Kwon, et al., 2013). Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Lin (2014) pada mahasiswa di Taiwan didapatkan bahwa kecanduan *smartphone* memiliki beberapa aspek yang mirip dengan gangguan pada DSM-5 termasuk empat faktor utama berikut: perilaku kompulsif, gangguan fungsi, penarikan, dan

toleransi (Haug et al., 2015). Pengaruh kecanduan *smartphone* dapat menyebabkan masalah fisik dan emosi, gangguan kepribadian, depresi dan penurunan nilai akademik (Lian, You, & Huang, 2016). Kecanduan *smartphone* itu sendiri lebih banyak terjadi pada remaja dibandingkan orang dewasa (Haug et al., 2015).

Prevalensi kecanduan *smartphone* pada remaja cukup tinggi di beberapa negara di dunia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haug (2015) pada siswa kejuruan di Swiss didapatkan bahwa sebanyak 16,9% remaja mengalami kecanduan *smartphone*. Kecanduan *smartphone* pada remaja di Brazil tahun 2017 yaitu sebanyak 35,66 % (Khoury et al., 2017). Sedangkan prevalensi kecanduan *smartphone* pada remaja di Korea Selatan sebanyak 35% (C. Lee & Lee, 2017).

Indonesia merupakan negara terbesar kedua dengan jumlah pengguna *smartphone* yaitu sebanyak 124,3 juta orang. Jawa timur merupakan provinsi dengan jumlah pengguna *smartphone* terbanyak kedua setelah Jawa Barat dan Surabaya menempati urutan pertama jumlah pengguna *smartphone* di Jawa Timur serta Surabaya menempati urutan kota kedua setelah Jakarta untuk penggunaan *smartphone* di Indonesia. Jumlah pengguna *smartphone* di Surabaya yaitu sebesar 956 ribu jiwa dan sebanyak 113.584 remaja menggunakan *smartphone* (Kominfo, 2016). Berdasarkan penelitian Putri (2018) pada siswa SMA Al Falah Ketintang didapatkan bahwa jumlah kecanduan *smartphone* pada remaja di Surabaya sebanyak 60 %.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 Desember 2018 pada 10 siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Surabaya didapatkan hasil 10% berusia 12 tahun, 50% berusia 13 tahun dan 40% berusia 14 tahun. Sebanyak 50%

laki-laki dan 50% perempuan. Remaja setuju *smartphone* merupakan bagian terpenting dalam hidupnya sebanyak 50% dan 10% mengungkapkan sangat setuju apabila *smartphone* merupakan hal terpenting dalam hidup. Remaja tidak fokus saat mengerjakan tugas karena bermain *smartphone* sebanyak 80%. Remaja selalu gagal saat mengurangi penggunaan *smartphone* sebanyak 80% dan 60% remaja kesulitan berhenti menggunakan *smartphone* akibat tantangan bermain *game*.

Kecanduan *smartphone* lebih banyak terjadi pada remaja awal yaitu usia 10-14 tahun. Remaja awal mempunyai kontrol diri yang rendah, impulsive yang tinggi dan koping yang tidak efisien. Hal ini sesuai dengan karakteristik remaja awal yaitu tidak stabil, lebih emosional dan mempunyai dorongan-dorongan untuk melakukan sesuatu yang dianggap menyenangkan (Cocorada et al., 2018). Sun (2018) mengungkapkan bahwa faktor lain penyebab kecanduan *smartphone* yaitu penelantaran dan masalah psikologi masa anak-anak menyebabkan kecanduan *smartphone* pada masa remaja. Penelitian lain menyebutkan bahwa faktor prediktor kecanduan *smartphone* adalah masalah kepribadian seperti kecemasan, ketelitian, keterbukaan, stabilitas emosi, jumlah waktu yang dihabiskan bermain *smartphone* dan usia (Hussain, Griffiths, & Sheffield, 2017). Menurut Haug et al (2015) berdasarkan penelitian yang dilakukan pada remaja di Swiss didapatkan bahwa kejadian kecanduan *smartphone* banyak terjadi pada remaja awal yang tinggal jauh dari orang tua, sehingga tidak ada pengawasan dan control perilaku pada remaja membuat remaja ingin melakukan sesuatu hal baru yang belum pernah dilakukan. Ketidakmampuan remaja mengendalikan dorongan dalam diri menyebabkan remaja kehilangan kontrol diri dan cenderung melakukan perilaku yang dianggap

menyenangkan bagi dirinya (Sun, Liu and Yu, 2018). Kecanduan *smartphone* pada remaja dihubungkan oleh kecerdasan emosi dan system koping sebagai penyelesaian masalah-masalah yang dihadapi oleh remaja (Sun, Liu, & Yu, 2018).

Kecanduan *smartphone* apabila dibiarkan terlalu lama akan menyebabkan masalah yang lebih serius. Remaja dengan kecanduan *smartphone* akan mengalami gangguan psikologis seperti perilaku agresif, harga diri rendah, dan gangguan komunikasi. Selain itu penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan fisik dan mental (Barkley & Lepp, 2016). Pengaruh langsung kecanduan *smartphone* ini dapat menyebabkan nyeri leher, nyeri bahu, disfungsi tangan, kesulitan konsentrasi dan gaya hidup yang buruk (Elhai, Hall, & Erwin, 2018). Dampak emosional dari kecanduan *smartphone* yaitu depresi, gangguan tidur, kecemasan, ketidakpuasan terhadap hidup yang dijalani dan dan tekanan psikologis (Nahas, Hlais, Saberian, & Antoun, 2018). Samaha (2016) menambahkan kecanduan *smartphone* berpengaruh buruk terhadap nilai akademik remaja dan kepuasan hidup. Masalah tersebut berdampak pada perkembangan remaja selanjutnya yaitu tidak tercapainya identitas dan control diri pada remaja. Maka dari itu perlu upaya-upaya untuk mengatasi kecanduan *smartphone* pada remaja.

Beberapa upaya pernah dilakukan untuk mengurangi kecanduan *smartphone*. Berdasarkan studi pendahuluan, intervensi yang dilakukan untuk mengurangi penggunaan *smartphone* pada siswa di Surabaya yaitu dengan melarang penggunaan *smartphone* saat di kelas dan pembatasan penggunaan *smartphone* saat di sekolah. Selain itu, kebijakan di sekolah yang melarang siswa

menggunakan *smartphone* kurang efektif diterapkan (Haug et al., 2015). Sehingga perlu adanya model intervensi yang meningkatkan *self control* dari dalam diri remaja untuk menurunkan kecanduan *smartphone*.

Self control merupakan tindakan untuk mengendalikan perilaku untuk mencapai tujuan yang positif. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh Chun (2018) pada remaja di Korea Selatan bahwa salah satu intervensi untuk mengurangi kecanduan *smartphone* dengan meningkatkan *self awareness* dan *self control* pada remaja. Memodifikasi stimulus penyebab kecanduan *smartphone* akan meningkatkan pengaturan pelaksanaan kontrol diri. Segala bentuk informasi akan diinterpretasikan dan menilai baik buruknya penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Penilaian buruk terhadap penggunaan *smartphone* secara berlebihan akan menentukan tindakan yang akan dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi kecanduan *smartphone* (Li, Li, & Newman, 2013).

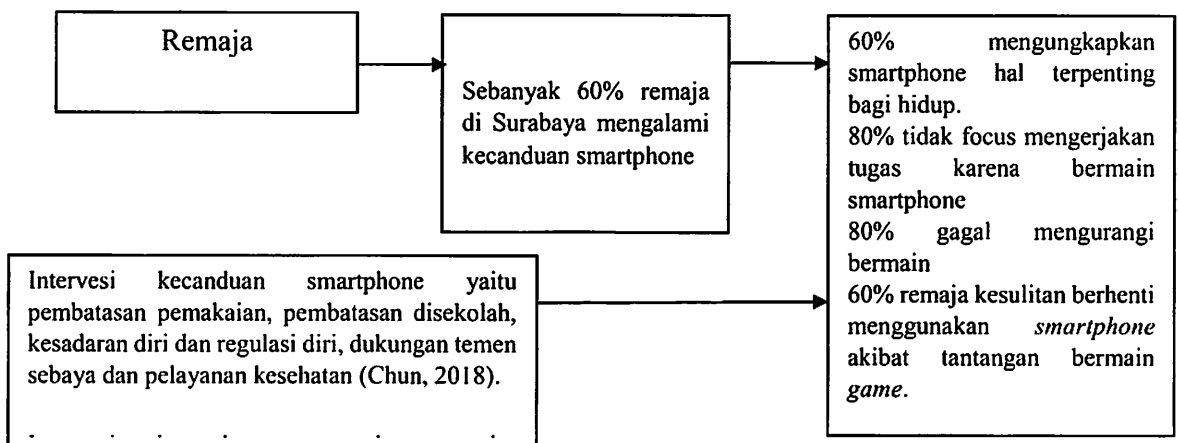
Model *self control* yang dikembangkan oleh Li (2013) menyatakan bahwa *self control* remaja dipengaruhi oleh kontrol perilaku dan kontrol psikologi dari orang tua terhadap remaja. Kontrol perilaku orang tua seperti memberikan perhatian, pembatasan dan pengawasan pada remaja akan mampu membimbing remaja untuk memilih perilaku yang baik bagi dirinya. Sedangkan kontrol psikologis orang tua seperti menyalahkan remaja, penarikan kasih sayang dan tuntutan orang tua yang tinggi akan mengganggu perkembangan kemandirian emosi remaja. Perkembangan kemandirian emosional remaja sangat bergantung pada orang dewasa di sekitar mereka terutama orang tua. Kontrol psikologis orang tua yang salah membuat remaja mengalami penurunan harga diri dan tekanan

psikologis, sehingga keyakinan akan mengambil keputusan yang baik akan hilang dan cenderung mencari kesenangan di luar dirinya seperti menggunakan *smartphone* (Li et al., 2013). Namun, teori *self control* ini sendiri hanya menjelaskan tentang pengaruh orang tua dan tidak menjelaskan aspek, sehingga diperlukan teori lain untuk menjelaskan aspek dari dalam remaja itu sendiri.

Model *self-regulation* yang dikemukakan oleh Zimmerman pada tahun 2000 menyatakan bahwa *self regulation* merupakan mengidentifikasi kemampuan seseorang untuk mengubah suatu perilaku. Model ini memandang individu sebagai agen yang aktif dan menentukan pengambilan keputusan. *Self regulation* menjelaskan upaya untuk merubah perilaku dimana dalam *self regulation* itu sendiri menjelaskan *self control* dan *self observation* sebagai kinerja dari suatu perilaku (Zimmerman, 2000). Zimmerman (2000) mengungkapkan bahwa untuk meningkatkan *self control*, remaja perlu mengidentifikasi tujuan, strategi pelaksanaan dan keyakinan motivasi yang berhubungan dengan tugas perkembangan remaja. Teori ini diharapkan membantu mengidentifikasi tujuan pada remaja awal mengacu pada tugas-tugas perkembangan (Friedman & Jones, 2010). Setelah remaja menentukan tujuan yang akan dicapai, remaja akan menentukan rencana strategi apa yang akan dilakukan untuk mewujudkan tujuan. Rencana strategi yang tepat akan meningkatkan kognitif, mengontrol afektif dan pengambilan keputusan pada remaja. Kemampuan *self regulation* tidak akan berpengaruh apabila remaja tidak mempunyai keyakinan. *Self efficacy* meningkatkan kepercayaan diri remaja untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan cara mengontrol perilaku yang akan dilakukan dan pengambilan keputusan. (Zimmerman, 2000).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “ Pengembangan Model *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Remaja Di Kota Surabaya”. Model ini dibangun dari berdasarkan teori *self-regulation* yang mengidentifikasi tugas perkembangan remaja dan *self control* yang mengidentifikasi control orang tua terhadap remaja. Penelitian ini diharapkan membantu remaja meningkatkan *self control* untuk mengurangi kecanduan *smartphone*.

1.2 Kajian Masalah



Gambar 1.1 Identifikasi masalah pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana model peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengembangkan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis pengaruh kontrol perilaku orang tua terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
2. Menganalisis pengaruh kontrol psikologi orang tua terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
3. Menganalisis pengaruh pemikiran remaja terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
4. Menganalisis pengaruh *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
5. Menyusun model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.

1.5 Manfaat

1. Manfaat teoritis

Sebagai pengembangan ilmu keperawatan khususnya pengembangan intervensi keperawatan berbasis teori *self regulation*.

2. Manfaat praktis

a. Perawat

Penelitian ini dapat menjadi dasar perawat meningkatkan *self control* pada remaja untuk mencegah terjadinya kecanduan *smartphone*

b. Pendidik

Penelitian ini dapat menjadi upaya preventif kepada siswa melalui kegiatan sekolah sehingga tidak terjadi *kecanduan smarthone*

c. Orang tua

Penelitian ini memberikan informasi kepada orangtua dan dapat menjadi *support system* anak dalam menghadapi suatu permasalahan, sehingga anak mengetahui bagaimana ia harus menghadapi masalah tersebut dengan tidak merugikan diri sendiri.

d. Remaja

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada remaja terkait dengan *self control*, sehingga dengan mandiri dapat mencegah terjadinya kecanduan *smartphone*.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Remaja

2.1.1 Pengertian remaja

Remaja merupakan masa peralihan dari masa remaja-remaja menuju dewasa. Remaja merupakan fase pencarian jati diri sehingga keinginan untuk mengetahui hal baru sangat tinggi (Ariati, 2015). Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kremaja-kremaja dan masa dewasa (Santrock, 2011). Masa remaja adalah masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa remaja-remaja menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal penting menyebabkan remaja harus melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah perubahan eksternal eksternal dan internal. Perubahan eksternal yaitu adanya perubahan lingkungan, dan kedua adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relative lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (*storm and stress period*) (Santrock, 2011).

Batasan usia remaja menurut WHO (2017) adalah 10-19 tahun. Namun, jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia termasuk dalam kategori dewasa. Remaja merupakan tahapan seseorang dimana ia berada diantara fase remaja dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan emosi. Untuk mendeskripsikan remaja dari waktu ke waktu memang berubah sesuai perkembangan zaman.

Berdasarkan uraian di atas bahwa remaja merupakan masa peralihan dari remaja-remaja menuju dewasa dimana terjadi perubahan meliputi fisik dan psikologi untuk mencapai suatu kematangan. Remaja akan mencari jati diri sehingga mempunyai emosi yang berubah-ubah dan masih belum stabil termasuk *self control*.

2.1.2 Batasan usia remaja

Berdasarkan tahapan perkembangan individu dari masa bayi hingga masa tua akhir menurut Erickson, masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yakni masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun (Thalib, 2010).

Remaja mengalami masa transisi perkembangan antara masa kremaja-kremaja dan dewasa yang pada umumnya dimulai usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal dua puluhan tahun. menambahkan, karena laki-laki lebih lambat matang dari pada remaja perempuan, maka laki-laki mengalami periode awal masa remaja yang lebih singkat, meskipun pada usia 18 tahun ia telah dianggap dewasa, seperti halnya remaja perempuan. Akibatnya, seringkali laki-laki tampak kurang untuk usianya dibandingkan dengan perempuan. Namun adanya status yang lebih matang, sangat berbeda dengan perilaku remaja yang lebih muda (Ali & Asrori, 2014).

Menurut Mappiare masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir (Ali & Asrori, 2014).

Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, individu dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti pada ketentuan sebelumnya. Pada usia ini, umumnya remaja sedang duduk di bangku sekolah menengah. Sedangkan menurut Depkes (2009) bahwa batasan usia remaja terbagi menjadi 2 yaitu remaja awal usia 12-16 tahun dan remaja akhir usia 17-25 tahun (Sarwono, 2012).

Berdasarkan pemaparan diatas bahwa batasan usia remaja yaitu usia 10-21 tahun. Usia dibagi menjadi 3 yaitu 10-14 remaja awal, remaja madya usia 15-17 tahun dan remaja akhir usia 14-21 tahun.

2.1.3 Tahap perkembangan remaja

Menurut Sarwono (2012) menyatakan bahwa proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, ada 3 tahap perkembangan remaja yaitu:

1. Remaja awal (*early adolescence*)

Tahapan usia remaja awal ini antara usia 10-14 tahun. Pada tahap ini remaja merasa penasaran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru dan adanya ketertarikan terhadap lawan jenis. Pikiran berfokus pada keberadaannya dan kelompoknya.

Identitas lebih berfokus pada perubahan fisik dan perhatian dalam keadaan normal. Fase ini remaja berusaha tidak bergantung pada orang lain dan membutuhkan suatu privasi bagi dirinya sendiri. Remaja awal mempunyai ciri-ciri sebagai berikut: (1) tidak stabil keadaannya, lebih emosional, (2) mempunyai banyak masalah, (3) masa yang kritis, (4) mulai tertarik pada lawan jenis, (5) munculnya rasa kurang percaya diri, dan (6) suka mengembangkan pikiran baru, gelisah, suka berkhayal dan suka menyendiri

2. Remaja madya (*early adolescence*)

Tahapan usia ini antara usia 15-17 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan dan adanya kecenderungan untuk narsistik. Selain itu, pada tahap ini, remaja juga berada dalam kondisi kebingungan karena dia tidak tahu harus memilih yang mana, peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, idealis atau matrealis dan sebagainya. Remaja pertengahan mulai bereksperimen dengan ide, memikirkan apa yang dapat dibuat dengan barang-barang yang ada, mengembangkan wawasan, dan merefleksikan perasaan kepada orang lain. Remaja pada fase ini berfokus pada masalah identitas yang tidak terbatas pada aspek fisik tubuh. Remaja pada fase ini mulai bereksperimen secara seksual, ikut serta dalam perilaku beresiko, dan mulai mengembangkan pekerjaan diluar rumah. Remaja pria harus membebaskan diri dari *edipus complex* dengan cara mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lawan jenis.

3. Remaja akhir (*late adolescence*)

Tahap ini remaja melakukan konsolidasi melalui periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian dibawah ini:

- a. Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelektual.
- b. Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan pengalaman baru.
- c. Terbentuk identitas sosial yang sudah tidak akan berubah lagi.
- d. Egosentrisme diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dan orang lain.
- e. Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya dan masyarakat umum

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haug *et al* (2015) bahwa kecanduan *smartphone* lebih banyak terjadi pada remaja awal. Remaja awal baru memasuki fase peralihan dan cenderung masih belum mempunyai tingkat kematangan yang cukup dan stabilitas emosi yang masih kurang. Remaja fase awal juga belum mempunyai pengalaman dalam menyelesaikan masalah dan cenderung melakukan tindakan yang mereka anggap menyenangkan sehingga remaja seringkali mengalami lost control termasuk dalam pemakaian *smartphone* yang berlebihan (Haug et al., 2015).

2.1.4 Ciri-ciri remaja awal

1. Perkembangan fisik

Selama remaja awal tubuh mengalami pertumbuhan lebih cepat dibandingkan dengan yang lain, kecuali dua tahun pertama kelahiran. Percepatan

pertumbuhan terjadi sekitar dua tahun lebih awal pada remaja awal perempuan dari pada laki-laki. Pertumbuhan perkembangan termasuk peningkatan tinggi, berat, dan ukuran organ serta perubahan sistem kerangka dan otot. Akibat pertumbuhan tulang yang lebih cepat dari pada otot mengakibatkan nyeri. Fluktuasi metabolisme basal menyebabkan remaja awal ini mengalami masa-masa gelisah dan lemah. Selain itu, remaja muda cenderung memiliki selera makan yang tinggi dan selera yang khas serta memiliki kecenderungan untuk mengkonsumsi nutrisi yang tidak tepat. Mereka sering secara fisik rentan karena kebiasaan kesehatan yang buruk dan perilaku berisiko tinggi termasuk penggunaan alkohol atau obat-obatan terlarang serta eksperimen dengan aktivitas seksual (Caskey & Jr, 2013).

Pubertas merupakan fase perubahan fisiologis meliputi pengembangan sistem reproduksi seksual, dimulai pada masa remaja awal. Rangkaian hormon menandakan perkembangan karakteristik seks primer (genitalia) dan karakteristik seks sekunder (mis., Perkembangan payudara pada anak perempuan; rambut wajah pada anak laki-laki) selama periode ini. Anak perempuan cenderung dewasa satu atau dua tahun lebih awal daripada anak laki-laki. Peningkatan produksi hormon adrenal memengaruhi pertumbuhan tulang, produksi rambut, dan perubahan kulit. Perubahan yang sangat terlihat ini dan tingkat kematangan yang berbeda menyebabkan banyak remaja muda merasa tidak nyaman tentang perbedaan dalam perkembangan fisik (Caskey & Jr, 2013).

2. Perkembangan intelektual

Selama masa remaja awal, remaja menunjukkan berbagai perkembangan intelektual individu, metakognisi (kemampuan untuk berpikir tentang pemikiran sendiri), dan pemikiran independen. Mereka cenderung sangat penasaran dan menunjukkan beragam minat meskipun sedikit yang dipertahankan. Biasanya, remaja muda sangat ingin belajar tentang topik yang mereka temukan menarik dan bermanfaat, lebih memilih aktif daripada pengalaman belajar pasif, dan lebih suka interaksi dengan teman sebaya selama kegiatan pendidikan (Caskey & Jr, 2013).

Remaja awal mulai mengembangkan kapasitas untuk proses berpikir abstrak. Remaja awal biasanya mengalami kemajuan dari operasi logis konkret dan pemecahan masalah untuk memperoleh kemampuan untuk mengembangkan dan menguji hipotesis, menganalisis dan mensintesis data, dan dengan konsep-konsep yang kompleks, serta berpikir secara reflektif. Remaja awal membangun pengalaman individu dan pengetahuan mereka sebelumnya untuk memahami dunia di sekitar mereka. Pengalaman memainkan peran sentral dalam mengembangkan otak dan mendorong peserta didik untuk membangun makna berdasarkan apa yang sudah mereka yakini dan pahami. Selama fase ini, kaum muda paling tertarik pada pengalaman kehidupan nyata dan kesempatan belajar otentik, mereka sering kurang tertarik pada mata pelajaran akademik konvensional. Remaja awal cenderung ingin tahu tentang orang dewasa dan sering mengamati perilaku orang dewasa. Mereka juga mengembangkan kemampuan yang lebih baik untuk memikirkan masa depan, mengantisipasi kebutuhan, dan mengembangkan tujuan pribadi (Caskey & Jr, 2013).

3. Perkembangan emosi

Perkembangan emosi remaja awal ditandai dengan upaya untuk mandiri dan pembentukan identitas. Biasanya, periode ini intens dan tidak dapat diprediksi (Skala). Remaja awal memiliki kecenderungan untuk moody, gelisah, dan mungkin menunjukkan perilaku yang tidak menentu dan tidak konsisten termasuk kecemasan, keberanian, dan fluktuasi antara superioritas dan inferioritas. Mereka juga sering sadar diri, cenderung kurang percaya diri, dan sangat sensitif terhadap kritik terhadap kekurangan pribadi. Situasi bermuatan emosional dapat memicu remaja muda untuk menggunakan pola perilaku kekanak-kanakan, membesar-besarkan kejadian sederhana, dan menyuarakan pendapat atau argumen sepihak. Variabilitas emosional mereka juga menempatkan remaja muda dalam risiko membuat keputusan dengan konsekuensi negatif. Selain itu, remaja muda cenderung percaya bahwa pengalaman, perasaan, dan masalah mereka adalah unik (Skala) (Caskey & Jr, 2013).

4. Perkembangan sosial

Perkembangan sosial mengacu pada interaksi individu dengan seseorang atau kelompok secara matang. Remaja awal memiliki kebutuhan yang kuat untuk menjadi bagian dari suatu kelompok, sehingga dengan persetujuan teman sebaya menjadi lebih penting. Kebutuhan ini sering menghasilkan loyalitas terhadap kelompok sebaya. Persahabatan, hubungan teman sebaya yang positif, dan interaksi sosial dapat meningkatkan harga diri remaja awal. Ketika remaja awal matang secara sosial, mereka sering mengalami kesetiaan yang

bertentangan dengan kelompok sebaya dan keluarga. Ketika mereka mencari posisi sosial dalam kelompok sebaya mereka, remaja awal dapat bereksperimen dengan bahasa gaul dan perilaku alternatif. Remaja awal cenderung meniru rekan atau orang dewasa yang bukan orang tua dan lebih memilih untuk membuat pilihan sendiri, namun keluarga tetap menjadi faktor penting dalam pengambilan keputusan akhir. Meskipun remaja awal mungkin memberontak kepada orang tua dan orang dewasa, mereka masih bergantung pada mereka. Remaja awal juga cenderung menguji batas-batas perilaku yang dapat diterima dan sering menantang otoritas orang dewasa. Perasaan penolakan orang dewasa dapat mendorong remaja awal ke dalam lingkungan sosial yang aman dari kelompok sebaya mereka. Kedewasaan sosial seringkali terlambat dari perkembangan fisik dan intelektual. Akibatnya, remaja muda mungkin bereaksi berlebihan terhadap situasi sosial, mengejek orang lain, dan merasa malu. Remaja muda juga rentan secara sosial karena pengaruh media dan interaksi negatif dengan orang dewasa (Caskey & Jr, 2013).

2.1.5 Tugas perkembangan remaja

Remaja mempunyai tugas-tugas perkembangan yang harus dicapai. Perkembangan yang harus dicapai meliputi perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi dan perkembangan social. Perkembangan intelegensi/kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Pada tahap ini, remaja juga sudah mulai mampu berspekulasi tentang sesuatu, dimana mereka sudah mulai membayangkan sesuatu yang diinginkan di masa depan. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja

juga dapat dilihat dari kemampuan seorang remaja untuk berpikir lebih logis. Remaja sudah mulai mempunyai pola berpikir sebagai peneliti, dimana mereka mampu membuat suatu perencanaan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan (Thalib, 2010).

Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Pertumbuhan fisik, terutama organ-organ seksual mempengaruhi perkembangan emosi atau perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan baru yang dialami sebelumnya, seperti perasaan cinta, rindu, dan keinginan untuk berkenalan lebih intim dengan lawan jenis. Pada usia remaja awal, perkembangan emosinya menunjukkan sifat yang sensitif dan reaktif yang sangat kuat terhadap berbagai peristiwa atau situasi sosial. Sedangkan remaja akhir cenderung mampu mengendalikan emosinya (Thalib, 2010).

Mencapai kematangan emosional merupakan tugas perkembangan yang sangat sulit bagi remaja. Pencapaiannya sangat dipengaruhi oleh kondisi sosio-emosional lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila seorang remaja berada dalam lingkungan yang kondusif maka akan mendukung pencapaian kematangan emosional remaja tersebut. Namun sebaliknya apabila kurang dipersiapkan untuk memahami peran-perannya dan kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari orang tua atau pengakuan dari teman sebaya, mereka cenderung akan mengalami kecemasan, perasaan tertekan atau ketidaknyamanan emosional (Santrock, 2011).

Pada masa remaja berkembang "*social cognition*", yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja memahami orang lain sebagai individu yang unik,

baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat nilai-nilai maupun perasaannya. Pemahaman ini mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial yang lebih akrab individu lain. Penyesuaian sosial ini dapat diartikan sebagai “kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan relasi”. Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial ini, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat (Santrock, 2011).

Tugas perkembangan remaja Yudrik (2011) antara lain yaitu:

1. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya
2. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan bergaul dengan teman sebaya, baik secara individual maupun kelompok.
4. Menemukan manusia model yang dijadikan identitas pribadinya.
5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
6. Memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup (*weltanschauung*).
7. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekremaja-kremajaan.

Berdasarkan tugas perkembangan remaja tersebut Putro (2017) menklasifikasikan tujuan tugas perkembangan remaja yang meliputi: kematangan emosional, pematangan minat heteroseksual, kematangan social, emansipasi dan *self control* keluarga, kematangan intelektual, memilih pekerjaan, menggunakan

waktu senggang, memiliki falsafah hidup dan identitas diri. Secara rinci tujuan perkembangan dapat dilihat pada gambar di bawah ini:

Tabel 2.1 Tugas perkembangan remaja

Dari Arah	Ke arah
Kematangan emosional	
Tidak toleran dan bersikap superior	Bersikap toleran dan merasa nyaman
Kaku dalam bergaul	Luwes dalam bergaul
Peniru buta terhadap teman sebaya	Interdependensi dan mempunyai self-esteem
Kontrol orang tua	Kontrol diri sendiri
Perasaan tidak jelas tentang dirinya/orang lain	Perasaan mau menerima dirinya dan orang lain
Kontrol diri kurang dari rasa marah dan sikap bermusuhan	Mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif
Perkembangan heteroseksualitas	
Belum memiliki kesadaran tentang perubahan seksualitas	Menerima identitas seksual sebagai pria atau wanita
Mengidentifikasi orang lain yang sama jenis kelaminnya	Mempunyai perhatian terhadap lawan jenis
Bergaul dengan banyak teman	Memilih teman-teman tertentu
Kematangan kognitif	
Mempunyai prinsip-prinsip umum dan jawaban final	Mebutuhkan penjelasan tentang fakta dan teori
Menerima kebenaran dari sumber otoritas	Memerlukan bukti sebelum menerima
Memiliki banyak minat dan perhatian	Memiliki sedikit perhatian terhadap jenis kelamin yang berbeda dan bergaul dengannya
Bersikap subjektif dalam menafsirkan sesuatu	Bersikap objektif dalam menafsirkan sesuatu
Filsafat hidup	
Tingkah laku dimotivasi oleh kesenangan belaka	Tingkah laku dimotivasi oleh aspirasi
Acuh terhadap prinsip-prinsip ideology dan etika	Melibatkan diri atau mempunyai perhatian terhadap ideology dan etika
Tingkah lakunya tergantung pada dorongan dari luar	Tingkah lakunya dibimbing oleh tanggung jawab moral

2.1.6 Peran orang tua terhadap tumbuh kembang remaja

Orang tua diharapkan mampu berfungsi untuk mewujudkan proses pengembangan timbal balik rasa cinta dan kasih sayang antara anggota orang tua, antar kerabat, serta antar generasi yang merupakan dasar orang tua yang harmonis dan bahagia. Hubungan kasih sayang dalam orang tua merupakan suatu rumah tangga yang bahagia. Dalam kehidupan yang diwarnai oleh rasa sayang maka

semua pihak dituntut agar memiliki tanggung jawab, pengorbanan, saling tolong menolong, kejujuran, saling memercayai, saling membina pengertian dan damai dalam rumah tangga. Dukungan orang tua adalah sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota orang tua memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan (Friedman & Jones, 2010).

Menurut Friedman dan Jones (2010) menyatakan bahwa ada 4 bentuk dukungan orang tua terhadap remaja yaitu meliputi dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Dukungan informasi pada orang tua yang mempunyai peran sebagai sebuah kolektor (pengumpul) dan disseminator (penyebar) informasi tentang berbagai hal. Menjelaskan tentang pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat untuk digunakan mengungkapkan dan menyelesaikan suatu masalah. Manfaat dari dukungan ini adalah dapat menekan munculnya suatu pemahaman karena informasi yang diberikan dan dapat menyumbangkan sugesti dan aksi pada individu. Aspek-aspek dalam dukungan ini adalah nasehat, usulan, saran, petunjuk, dan pemberian informasi.

Bentuk dukungan penilaian orang tua yaitu sebagai suatu bimbingan yang bersifat umpan balik, membimbing dan menengahi dalam proses pemecahan masalah, sebagai sumber dan validator identitas anggota orang tua yang diantaranya memberikan support (dukungan), perhatian, dan penghargaan. Bentuk dukungan ini membantu perkembangan remaja untuk mencapai tahapan selanjutnya. Remaja akan merasa puas apabila penilaian yang diberikan orang tua sesuai dengan harapannya. Selain dukungan penilaian, orang tua juga berperan memberikan dukungan

instrumental. Dukungan ini berbentuk fasilitas-fasilitas yang diberikan orang tua. Fasilitas yang diberikan sebaiknya dalam hal yang benar-benar diperlukan oleh remaja sehingga pemakaian fasilitas ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan remaja selanjutnya (Friedman & Jones, 2010).

Dukungan emosional orang tua sangat penting bagi perkembangan remaja. Bentuk dukungan ini dapat diberikan dengan cara menunjukkan kasih sayang, mendorong remaja untuk mencoba hal baru, memahami perasaan remaja, membangun rasa percaya remaja, membangun ikatan dengan remaja, memberi batasan dan aturan, menghormati sudut pandang remaja (Friedman & Jones, 2010).

2.1.7 Permasalahan pada remaja

Tidak semua remaja dapat memenuhi tugas-tugas tersebut dengan baik. Menurut Hurlock (2011) menyatakan bahwa ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugas tersebut, yaitu:

1. Masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi di rumah, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai.
2. Masalah khas remaja, yaitu masalah yang timbul akibat status yang tidak jelas pada remaja, seperti masalah pencapaian kemandirian, kesalahpahaman atau penilaian berdasarkan stereotip yang keliru, adanya hak-hak yang lebih besar dan lebih sedikit kewajiban dibebankan oleh orangtua.

Sejalan dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja, mereka juga dihadapkan pada tugas-tugas yang berbeda dari tugas pada masa

kremaja-kremaja. Selain itu muncul dorongan-dorongan untuk melakukan hal baru. Sebagaimana diketahui, dalam setiap fase perkembangan, termasuk pada masa remaja, individu memiliki tugas-tugas perkembangan yang harus dipenuhi. Apabila tugas-tugas tersebut berhasil diselesaikan dengan baik, maka akan tercapai kepuasan, kebahagiaan dan penerimaan dari lingkungan. Keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas itu juga akan menentukan keberhasilan individu memenuhi tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya (Hurlock, 2011).

Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja yang disertai oleh berkembangnya kapasitas intelektual, stres dan harapan-harapan baru yang dialami remaja membuat mereka mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri remaja membuat mereka mengambil resiko dengan melakukan kenakalan seperti kecanduan *smartphone* (Hurlock, 2011).

Selain itu, tuntutan orang tua terhadap remaja akan meningkatkan masalah yang dihadapi oleh remaja. Orang tua memberikan batasan-batasan kepada remaja sebagai kontrol perilaku. Remaja akan diberi hukuman-hukuman apabila tidak dapat menjalankan harapan dari orang tua, sehingga remaja tidak memiliki hak otonomi atau kebebasan terhadap apa yang dia inginkan. Hal ini akan menimbulkan masalah psikososial dan tekanan emosional pada remaja (Li et al., 2013). Masalah-masalah yang dihadapi remaja akan menurunkan kepercayaan diri. Harga diri rendah memacu remaja untuk mencari cara untuk meningkatkan kepercayaan diri. Pemakaian social media pada *smartphone* menguhungkan dunia maya sebagai media untuk membangun kepercayaan diri yang hilang (Hussain et al., 2017).

2.2 Konsep Kecanduan *Smartphone*

2.2.1 Pengertian kecanduan *smartphone*

Telepon cerdas (*smartphone*) adalah telepon genggam yang mempunyai kemampuan internet dan fungsi yang luas termasuk fitur-fitur PDA (*Personal Digital Assistant*) seperti membaca *e-mail*, kemampuan membaca buku elektronik (*e-book*), *chatting/instant messaging* serta mempunyai banyak aplikasi yang memiliki sistem operasi untuk masyarakat luas, dimana pengguna dapat dengan bebas menambahkan aplikasi, menambah fungsi-fungsi atau mengubah sesuai keinginan pengguna. Telepon cerdas merupakan komputer mini yang mempunyai kapabilitas sebuah telepon (Loghum, 2012).

Kecanduan adalah suatu penyakit kronis yang mempengaruhi otak, motivasi dan pemikiran seseorang yang tercermin dari disfungsi biologis, psikologis, social dan spiritual. Kecanduan menggambarkan penilaian individu untuk mendapatkan sesuatu atau perilaku lainnya. Gambaran kecanduan dapat dilihat dengan kegagalan mengontrol perilaku, ketagihan, dan berkurangnya pengakuan masalah seseorang dalam hubungan interpersonal dan respon emosional yang disfungsional (West, 2013).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan *smartphone* adalah ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol penggunaan *smarthphone* dalam sehari-hari dan menganggap smarthone sangat penting bagi kehidupannya.

2.2.2 Klasifikasi Model Kecanduan

Menurut West (2013) menyatakan bahwa teori kecanduan dibagi menjadi 2 yaitu model individu dan teori populasi. Model individu meliputi *automatic processing theories, reflective choice theories, goal-focused theories, integrative theories, process-of-change theories*, dan *biological theories*. Teori populasi terdiri dari *social network theories, economic models, communication/marketing theories, dan organisational systems model*.

2.2.2.1 Individu

Salah satu penyebab terjadinya kecanduan adalah karakteristik individu yang sudah ada ataupun karakteristik individu akibat pengaruh dari keadaan lingkungan yang memotivasi untuk berperilaku berisiko. Pencegahan kecanduan dapat dengan mengubah karakteristik individu atau keadaan untuk memperbaiki ketidakseimbangan motivasi. Menurut West (2013) ada beberapa teori kecanduan berdasarkan individu, antara lain:

1. *Automatic processing theory*

Kecanduan terjadi melalui mekanisme yang membentuk perilaku seseorang tanpa perlu kesadaran atau niat yang mempengaruhi regulasi diri. Teori ini terdiri dari 4 konsep yaitu teori pembelajaran, teori homeostatis dan disfungsi kontrol dan imitasi. Seseorang akan belajar melalui isyarat, respon dan stimulus baik positif maupun negatif yang berulang-ulang sehingga membentuk suatu perilaku. Perilaku adiktif ini dilakukan untuk mencapai keseimbangan yang diharapkan individu. Kecanduan juga terjadi akibat dorongan diri yang terlalu kuat untuk berperilaku adiktif sehingga tidak

mampu mengontrol diri. Pencegahan dan perbaikan dengan memodifikasi lingkungan guna untuk merubah isyarat, respom dan mengembangkan stimulus penghambat perilaku adiktif.

2. *Reflective choice theories*

Seseorang yang kecanduan lebih memilih untuk tetap berperilaku adiktif dibanding untuk melakukan rehabilitasi. Pilihan itu dapat dibuat berdasarkan rasional ataupun bias. Keputusan berdaarkan rasional akan menganalisa dan mempertimbangan manfaat, tujuan dan biaya yang akan dipilih. Keputusan bias lebih cenderung melibatkan emosi dalam pemilihan satu perilaku. Pencegahan dan intervensi dalam mengurangi kecanduan dapat dengan merubah biaya dan manfaat yang sebenarnya agar mampu mengambil keputusan yang tepat.

3. *Goal-focused theories*

Perilaku adiktif seseorang dapat dipengaruhi karena tujuan untuk mendapatkan kesenangan, memenuhi kebutuhan secara fisiologis dan psikologis serta melengkapi kebutuhan yang sebelumnya sudah ada. Namun ada pula perilaku adiktif yang didasari guna untuk mempertahankan identitas seseorang. Semakin besar kepuasan yang didapatkan dari berperilaku adiktif maka semakin sulit untuk mengontrol perilaku tersebut. Berdasarkan teori ini intervensi yang tepat yaitu dengan melakukan pembatasan terhadap keinginan, memenuhi dengan cara lain dan meningkatkan dampak dari tujuan yang bertentangan.

4. *Integrative theories*

Kegagalan strategi, keterampilan, kemampuan individu untuk mengendalikan diri dari dorongan dan keinginan untuk berperilaku adiktif akan mengakibatkan kecanduan. Ditambah dengan factor social dan lingkungan yang sudah ada sebelumnya turut memotivasi seseorang untuk berperilaku adiktif. Proses interaksi antara factor lingkungan dan individu inilah yang memotivasi sadar atau tidak sadar untuk berperilaku adiktif guna mencapai kepuasan atau menghindari ketidaknyamanan. Pencegahan dan intervensi berdasarkan teori ini dengan identifikasi dan mengatasi factor lingkungan dan internal yang perlu dirubah.

5. *Process-of-change theories*

Proses terjadinya kecanduan setiap orang berbeda-beda, sehingga intervensi dan promosi pencegahan kecanduan berdeda-beda. Hal ini terjadi karena perbedaan kognitif dan vemitif tiap orang berbeda-beda.

6. *Biological theories*

Kecanduan terjadi akibat gangguan fungsi otak tidak teratur dalam pengambilan keputusan dan motivasi meningkat untuk berperilaku adiktif sebagai salah satu hasil interaksi kecanduan dan efek di otak yang memberikan rasa kepuasan.

2.2.2.2 Teori populasi

Kecanduan dapat dipelajari dengan melihat interaksi antara tingkat populasi. Menurut West (2013) kecanduan berdasarkan tingkat populasi dapat dibagi menjadi 4 diantaranya yaitu:

1. *Social network theories*

Perilaku adiktif terjadi akibat interaksi individu dengan kelompoknya.

Perilaku adiktif seseorang akan mirip dengan apa yang terjadi pada kelompok atau populasi (Rosenquist, Murabito, Fowler, & Christakis, 2010).

2. *Economic models*

Prevalensi kejadian perilaku adiktif dalam populasi dapat diprediksi berdasarkan fungsi dari teori ekonomi seperti finansial sekarang dan masa depan dan biaya yang berkaitan dengan perilaku (Hebb, Gmel, & Zurbrugg, 2003)

3. *Communication/marketing models*

Komunikasi persuasif dan marketing mempengaruhi kecanduan pada tingkat populasi. Marketing ini dilakukan untuk meningkatkan motivasi seseorang untuk berperilaku tertentu. Komunikasi dilakukan dengan memberikan pilihan-pilihan atau tawaran sehingga seseorang memilih untuk berperilaku yang diinginkan (Gordon, 2011).

4. *Organisational systems models*

Perilaku adiktif terjadi karena interaksi antara komponen system dimasyarakat. Interaksi dalam system ini dapat memperkuat atau memperlemah suatu perilaku adiktif di masyarakat (Borland, Young, Coghil, & Zhang, 2010).

Kecanduan *smartphone* lebih relevan dengan *social network theory*. Ikatan antara individu dan masyarakat mempunyai penanan penting dalam mencegah

perilaku-perilaku negative. Kecanduan *smartphone* pada remaja mempunyai hubungan yang erat antara remaja dengan orang tua, teman dan guru. Contoh orang tua yang jauh dari remajanya akan meningkatkan resiko terjadinya kecanduan *smartphone* dari orang tua karena kurangnya pengawasan dan perhatian dari orang tua (Hussain et al., 2017). Remaja yang mempunyai hubungan yang kurang baik dengan teman sekolahnya akan meningkatkan resiko terjadinya kecanduan *smartphone* (C. Lee & Lee, 2017).

2.2.3 Penyebab kecanduan *smartphone*

2.2.3.1 Faktor internal

Faktor internal merupakan factor yang berasal dari individu itu sendiri dan berkaitan dengan karakteristik individu. Beberapa faktor internal penyebab kecanduan *smartphone* anatara lain yaitu, kepribadian, kecerdasan, emosi, usia, jenis kelamin, harga diri rendah, dan system koping (Cocorada et al., 2018; Haug et al., 2015; Hussain et al., 2017; J. Lee et al., 2018; Sun et al., 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cocorada *et al* (2018) pada Remaja di Rumania menyatakan bahwa kepribadian dengan neuticism yang tinggi akan meningkatkan factor resiko terjadinya kecanduan *smartphone*. Seorang individu yang tertutup akan merasa cemas saat tidak ada akses terhadap smartphone. Begitu pula pada remaja yang kurang teliti, mereka beranggapan bahwa penggunaan *smartphone* akan memberikan kesenangan terhadap mereka. Penilaian positif pada *smartphone* akan menyebabkan penggunaan terus-menerus sehingga tidak mampu mengorganisasi waktu yang dimiliki, kurang serius dalam mengerjakan tugas dan tidak memiliki tujuan yang lebih tinggi. Kepribadian ekstraversation lebih sering

menggunakan *smartphone* untuk keperluan *chatting*, media social, panggilan telepon, *searching*. Namun tidak menyebabkan kecanduan *smartphone*.

Kecerdasan emosional merupakan salah satu factor internal yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada remaja. Kecerdasan emosi yang rendah tidak akan mampu secara efektif mengatasi masalah emosinya. Rendahnya kecerdasan emosi ini juga meningkatkan masalah interpersonal pada individu. Remaja dengan kecerdasan emosi yang rendah akan mengalami kecanduan *smartphone* sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan social mereka. Mereka akan lebih sering menggunakan fasilitas internet dari *smartphone* sebagai pemenuhan kebutuhan social kapan saja dan dimana saja (Sun et al., 2018).

Faktor internal lainnya yaitu system koping. Seseorang yang berfokus pada emosi dalam penyelesaian masalah akan meningkatkan terjadinya kecanduan *smartphone*. Sistem koping yang berfokus pada penyelesaian masalah akan menurunkan kejadian kecanduan *smartphone* pada remaja. Emosi yang buruk akan cenderung mempunyai system koping yang berorientasi pada emosinya sehingga masalah tidak kunjung selesai dan begitu pula sebaliknya seseorang yang system koping berfokus pada penyelesaian masalah akan mampu memodifikasi keadaan sehingga masalah dapat diselesaikan (Sun et al., 2018).

Harga diri rendah merupakan factor internal lain dari kecanduan *smartphone*. Individu dengan harga diri rendah akan menilai dirinya kurang dari pada yang lain dan mungkin akan mudah tunduk pada teman sebaya. Kurangnya harga diri akan membuat orang terjebak dalam kecanduan. Fungsi hubungan teman sebaya sangat menentukan pada masa remaja. Remaja dengan harga diri rendah

akan mencoba untuk membangun hubungan di dunia maya sebagai upaya membangun diri yang baru yang kepercayaan diri (J. Lee et al., 2018).

Usia merupakan salah satu factor dari karakteristik individu terjadinya kecanduan *smartphone*. Remaja mengalami fase peralihan dari remaja-remaja menuju dewasa. Kecanduan *smartphone* pada remaja karena kurangnya control diri dan masa pencarian jati diri. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haug (2015) pada siswa kejuruan di Swiss didapatkan bahwa prevalensi kejadian kecanduan *smartphone* yaitu sebesar 16,9%. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh C lee (2017) pada remaja di Korea selatan didapatkan prevalensi kecanduan *smartphone* sebesar 35% (C. Lee & Lee, 2017). Prevalensi masalah penggunaan *smartphone* pada remaja di Korea selatan yaitu sebesar 26,61% (J. Lee et al., 2018). Masalah penggunaan *smartphone* lebih sering untuk bermain *game* (S. Cha & Seo, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lee *et al* (2018) pada remaja di Korea selatan didapatkan bahwa ada hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan jenis kelamin. Remaja laki-laki cenderung kurangnya kesadaran diri, evaluasi social dan rasa bersalah. Remaja laki-laki akan lebih agresif dalam melakukan aktifitas maya seperti bermain *game* dan aktifitas online lainnya.

Faktor situasional merupakan suatu situasi atau kondisi yang meningkatkan terjadinya kecanduan *smartphone*. Kecanduan *smartphone* dapat terjadi karena suatu keadaan dimana seseorang mengalami kejenuhan atau stress. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haug *et al* (2015) pada remaja di Swiss dimana masalah fisik dan psikologis. Kejenuhan dalam menghadapi kehidupan

sehari-hari atau tuntutan yang berat dari seseorang akan meningkatkan stress. Peningkatan stress ini akan meningkatkan resiko terjadinya kejadian kecanduan *smartphone* (J. Lee et al., 2018).

2.2.3.2 Faktor Eksternal

Faktor eksternal meliputi waktu penyebab terjadinya, social, dan paparan terhadap *smartphone*. Hubungan interpersonal dengan teman sebaya dalam melaksremajaan kegiatan di sekolah dapat meningkatkan kepuasan individu. Individu yang mengikuti kegiatan sekolah bersama teman-temannya akan lebih memilih kehidupan nyata dari pada menyibukkan diri dengan *smartphone*. berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lee dan Lee (2017) terhadap remaja di Korea didapatkan bahwa *peer support* yang baik akan menurunkan tingkat kecanduan *smartphone* pada remaja. Oleh karena itu, mempertahankan hubungan yang baik dengan teman sebaya dan teman sekolah dapat mencegah kecanduan *smartphone* pada remaja.

Paparan terhadap *smartphone* merupakan factor eksternal penyebab terjadinya kecanduan *smarthphone*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haug et al (2015) pada remaja di Swiss didapatkan bahwa pemakaian awal *smartphone* di pagi hari meningkatkan resiko terjadinya kecanduan *smartphone*. Hal ini berbeda dengan penelitian yang pernah dilakukan yaitu kecanduan *smartphone* berkaitan dengan frekuensi dan durasi penggunaan *smartphone*. selain itu, kecanduan *smartphone* lebih sering terjadi pada remaja dengan penggunaan jejaring social sebagai fungsi pribadi pemakaian *smartphone*, baik seperti SMS, chating dan social media (Haug et al., 2015).

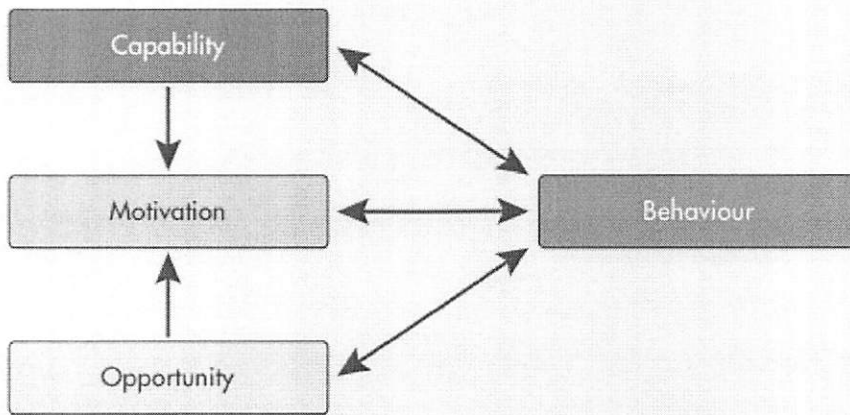
Faktor eksternal pada penelitian ini menilai peran orang tua dalam meningkatkan *self control* pada remaja. Orang tua mempunyai peranan penting dalam memantau perilaku remaja. Orang tua mempunyai peran psikologi kontrol dan perilaku kontrol. Pembatasan-pembatasan perilaku yang dianggap menyimpang akan diminimalisir oleh peran orang tua. Sebaliknya orang tua yang selalu menghakimi remaja bahwa apa yang dilakukan remaja apabila tidak sesuai dengan orang tua akan dianggap salah sehingga membuat remaja tidak memiliki kebebasan dalam menentukan apa yang diinginkannya.

2.2.4 Model kecanduan

Pola perilaku dapat terbentuk karena ada interaksi antara lingkungan dan individu. Perilaku individu yang dapat dilihat yaitu tindakan dalam penentuan cara tertentu atau dalam keadaan tertentu atau *capability* dan *motivation*. Sebagai factor lingkungan, peluang juga berpengaruh terhadap perilaku adiktif yang dilakukan individu. Kemampuan, motivasi dan peluang selalu ada dalam perilaku adiktif seseorang. Kemampuan disini meliputi kemampuan fisik atau psikologi baik pemahaman, pengetahuan, keterampilan dan mental. Peluang disini mengaju pada factor lingkungan yang mempengaruhi terjadinya perilaku. Lingkungan dapat berbentuk fisik seperti tersedianya fasilitas handphone, jaringan dan waktu. Faktor lingkungan lain yaitu dalam bentuk social seperti adat atau kebiasaan lingkungan dalam berperilaku adiktif. Motivasi dalam perilaku adiktif berupa dorongan-

dorongan yang meningkatkan kemampuan untuk memilih perilaku tersebut (West, 2013). Berikut gambar model perilaku adiktif:

Gambar 2.1 menjelaskan model kecanduan. Perilaku pada model ini mengacu pada urutan tindakan dari stimulus dan factor penghambat. Factor



Gambar 2.1 *The COM-B system for analysing behaviour in context* (Michie *et al*, 2011)

penghambat mempunyai peranan penting dalam dalam mencegah suatu kecanduan, seperti contohnya yaitu berhenti menggunakan narkoba pada pecandu narkoba. System COM-B ini merupakan cara untuk menganalisis perilaku dan menguraikan perubahan yang diperlukan untuk memperbaiki suatu perilaku. Model ini memandang seseorang yang kecanduan sebagai bagian dari system yang saling berinteraksi. Kemampuan untuk terlibat dalam suatu perilaku turut mempengaruhi motivasi untuk terlibat di dalamnya. Seperti halnya peluang, perilaku juga mempengaruhi terhadap kemampuan, motivasi dan peluang. Motivasi yang kuat terletak pada inti masalah yang dihadapi, tetapi mungkin ada kontribusi yang berbeda dalam hal kemampuan dan peluang yang berbeda dengan situasi yang berbeda (Michie *et al*, 2011).

Fokus pada model di atas adalah pada faktor internal dari individu yaitu motivasi dan kemampuan. Kedua faktor tersebut berkontribusi pada perilaku individu. Kemampuan menentukan batas-batas apa yang bisa kita lakukan. Motivasi menentukan apa yang akan dilakukan dan bagaimana individu melakukan dengan batasan-batasan yang sudah diyakini. Teori ini mempertimbangkan motivasi dan juga beberapa faktor psikologis terutama pengaturan diri (West, 2013).

Kecanduan terjadi akibat masalah jangka panjang, seperti masalah kecemasan dan depresi yang berlarut-larut, impulsive kegagalan untuk mengadopsi norma-norma di masyarakat, harga diri rendah, *risk seeking*, sensitifitas terhadap penggunaan obat dan kecenderungan hiperbolik. Pola perilaku adiktif dapat bertahan lama selama masalah-masalah yang dihadapi masih ada pada remaja termasuk keadaan emosi atau *mental sets*. Faktor lain yang berpengaruh terhadap kecanduan adalah kognitif, termasuk kognitif jangka pendek dan pola pikir seseorang (Michie et al., 2011).

2.3 Model *Self control*

2.3.1 Pengertian *self control*

Self control merupakan suatu kemampuan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi. Kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah

perilaku agar sesuai untuk orang lain, selalu nyaman dengan orang lain, menutup perasaannya (M. N Gufron & Rini, 2010).

Bandura mengatakan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu dalam merespon suatu situasi. Demikian pula dengan Piaquet yang mengartikan tingkah laku yang dilakukan dengan sengaja dan mempunyai tujuan yang jelas tetapi dibatasi oleh situasi yang khusus sebagai *self control* (Bandura, 2002). Control diri juga sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Golfried dan Merbaum, mendefinisikan *self control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konskuensi positif. Selain itu *self control* juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (M Nur Gufron & Riswanita, 2010).

Berkaitan dengan pengertian *self control*, beberapa psikolog penganut behaviorisme memberikan batasan-batasan. Batasan tersebut adalah sebagai berikut, seseorang menggunakan *self control* bila demi tujuan jangka panjang, individu dengan sengaja menghindari melakukan perilaku yang biasa dikerjakan atau yang segera memuaskannya yang tersedia secara bebas tetapi malah menggantinya dengan perilaku yang kurang biasa atau menawarkan kesenangan yang tidak segera dirasakan (Ormrod, 2009).

Proses interaksi dengan orang lain akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan

interaksinya dari akibat negative yang disebabkan karena respons yang dilakukannya. *Self control* diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar (M Nur Gufron & Riswanita, 2010). Skinner menyatakan bahwa *self control* merupakan tindakan diri dalam mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku. Dan tingkah laku dapat dikontrol melalui berbagai cara yaitu menghindar, penjenahan, stimuli yang tidak disukai, dan memperkuat diri (Alwisol, 2009).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self control* merupakan suatu pengendalian tingkah laku seseorang yang cenderung bertindak positif dalam berfikir. Maksud dari pengendalian tingkah laku disini ialah melakukan berbagai pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak agar sesuai atau nyaman dengan orang lain.

2.3.2 Aspek-aspek *self control*

Berdasarkan konsep Averill, terdapat 3 jenis kemampuan *self control* yang meliputi 3 aspek. Averill menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decisional control*) control (M Nur Gufron & Riswanita, 2010).

1. Kontrol perilaku

Merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administrion*) dan

kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu yang ada di luar dirinya. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki di hadapi (M. N Gufron & Rini, 2010). Adapun kontrol perilaku pada remaja awal sangat buruk, hal ini karena remaja awal cenderung mengikuti dorongan-dorongan yang muncul dalam diri (Cocorada et al., 2018).

2. Kontrol kognitif

Merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian. Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif (M. N Gufron & Rini, 2010). Kontrol kognitif remaja awal lebih cenderung kearah sesuatu yang dianggap menyenangkan tanpa mempertimbangkan baik buruknya tindakan yang akan dipilih (Cocorada et al., 2018).

3. Kontrol pengambilan keputusan

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. *Self control* dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan (M. N Gufron & Rini, 2010). Pengambilan keputusan pada remaja awal sebagian besar hanya berdasarkan tindakan yang mempunyai manfaat sesaat seperti mendapatkan kesenangan sementara (Cocorada et al., 2018)

2.3.3 Jenis-jenis *self control*

Menurut Gufron (2010) jenis kualitas *self control*, yaitu: *over control*, *under control*, dan *appropriate control*:

1. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus.
2. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan implus dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
3. *appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat

2.3.4 Faktor yang mempengaruhi *self control*

Faktor yang mempengaruhi kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Gufron and Riswanita (2010) secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari:

1. Kepribadian

Kepribadian mempengaruhi *self control* dalam konteks bagaimana seseorang dengan tipikal tertentu bereaksi dengan tekanan yang dihadapinya dan berpengaruh pada hasil yang akan diperolehnya. Setiap orang mempunyai kepribadian yang berbeda (unik) dan hal inilah yang akan membedakan pola reaksi terhadap situasi yang dihadapi. Ada seseorang yang cenderung reaktif terhadap situasi yang dihadapi, khususnya yang menekan secara psikologis, tetapi ada juga seseorang yang lamban memberikan reaksi.

2. Situasi

Situasi merupakan faktor yang berperan penting dalam proses *self control*. Setiap orang mempunyai strategi yang berbeda pada situasi tertentu, dimana strategi tersebut memiliki karakteristik yang unik. Situasi yang dihadapi akan dipersepsi berbeda oleh setiap orang, bahkan terkadang situasi yang sama dapat dipersepsi yang berbeda pula sehingga akan mempengaruhi cara memberikan reaksi terhadap situasi tersebut. Setiap situasi mempunyai karakteristik tertentu yang dapat mempengaruhi pola reaksi yang akan dilakukan oleh seseorang.

3. Etnis

Etnis atau budaya mempengaruhi kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, dimana setiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai yang membentuk cara seseorang berhubungan atau bereaksi dengan lingkungan. Budaya telah mengajarkan nilai-nilai yang akan menjadi salah

satu penentu terbentuknya perilaku seseorang, sehingga seseorang yang hidup dalam budaya yang berbeda akan menampilkan reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi yang menekan, begitu pula strategi yang digunakan.

4. Pengalaman

Pengalaman akan membentuk proses pembelajaran pada diri seseorang. Pengalaman yang diperoleh dari proses pembelajaran lingkungan keluarga juga memegang peran penting dalam kontrol diri seseorang, khususnya pada masa remaja-remaja. Pada masa selanjutnya seseorang bereaksi dengan menggunakan pola pikir yang lebih kompleks dan pengalaman terhadap situasi sebelumnya untuk melakukan tindakan, sehingga pengalaman yang positif akan mendorong seseorang untuk bertindak yang sama, sedangkan pengalaman negatif akan dapat merubah pola reaksi terhadap situasi tersebut.

5. Usia

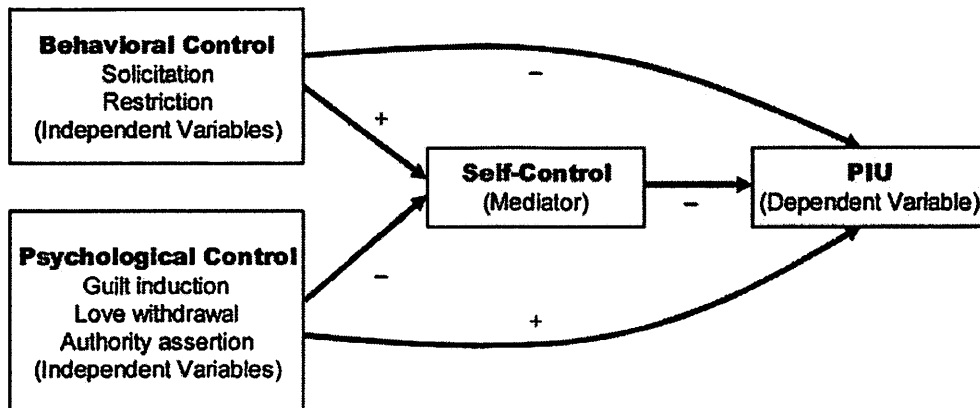
Bertambahnya usia pada dasarnya akan diikuti dengan bertambahnya kematangan dalam berpikir dan bertindak. Hal ini dikarenakan pengalaman hidup yang telah dilalui lebih banyak dan bervariasi, sehingga akan sangat membantu dalam memberikan reaksi terhadap situasi yang dihadapi. Orang yang lebih tua cenderung memiliki control diri yang lebih baik dibanding orang yang lebih muda.

2.3.5 Model *Self control*

Model *self control* diadaptasi dari Li (2013) yang terdiri dari *parental behavioral control*, *parental psychological control*, *self control* dan *problematic internet use (PIU)*. *Parental behavioral control* merupakan pengendalian perilaku orang tua terhadap remaja. Bentuk perilaku kontrol orang tua ada dua yaitu *solicitation* dan *restriction*. *Solicitation* berbentuk perhatian orang tua terhadap remaja seperti menanyakan kegiatan remaja sehari-hari. *Restriction* di sini berbentuk pembatasan orang tua. Orang tua melakukan pembatasan dengan cara mengharuskan remaja ijin saat ingin melakukan kegiatan atau keluar rumah. *Parental behavioral control* memberi pengaruh positif terhadap *self control* remaja dan berpengaruh negatif terhadap masalah penggunaan internet remaja (Li et al., 2013). Kontrol perilaku orang tua membantu remaja untuk mengendalikan dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Bentuk kontrol perilaku orang tua seperti memberi dukungan atau perhatian, kontrol ketat seperti menerapkan aturan yang ketat dan pemantauan atau pengawasan seperti apa yang sedang dilakukan anak (Q. Wang, Pomerantz, & Chen, 2016). Pemberian nasehat pada akan menumbuhkan rasa bahwa masih diperhatikan, dan mengarahkan pada perilaku yang sesuai (Friedman & Jones, 2010). Pembatasan dilakukan untuk mencegah remaja melakukan perilaku menyimpang (Li et al., 2013). Pengawasan orang tua juga

dilakukan untuk mengidentifikasi apabila ada perilaku remaja yang tidak sesuai (Xia et al., 2015).

Psychological control merupakan pengendalian psikologi orang tua terhadap remaja. Kontrol psikologi orang tua terdiri dari 3 aspek yaitu *guilt induction* atau menyalahkan, *love withdrawal* atau penarikan kasih sayang dan *authority assertion* atau tuntutan orang tua. Kontrol psikologi berpengaruh negatif terhadap *self control* remaja dan berpengaruh positif terhadap permasalahan penggunaan internet. Menyalahkan semua perilaku dan tidak memberikan kebebasan kepada akan menghambat perkembangan. Akibat dari kontrol psikologis orang tua akan menghambat perkembangan untuk mencoba hal-hal baru



Gambar 2.2 Model *self control* kecanduan *smartphone* (Li, Li and Newman, 2013) yang diinginkan, sehingga timbul perasaan apa yang semua yang dilakukan adalah salah. Perasaan bersalah ini akan menurunkan kepercayaan diri untuk memutuskan apa yang akan dilakukan. Kontrol psikologis orang tua akan menekan perasaan otonomi dan kompetensi yang mengarah pada disfungsi psikososial seperti tekanan emosional dan perilaku menyimpang seperti kecanduan *smartphone* atau permasalahan penggunaan internet (Li et al., 2013).

Self control merupakan kemampuan untuk mengendalikan tingkah laku diri dan cenderung bertindak positif. *Self control* berpengaruh negatif terhadap permasalahan penggunaan internet pada remaja. Ketidakmampuan mengontrol diri disebabkan karena ketidakmampuan untuk memikirkan terlebih dahulu dampak yang akan dialami dan cenderung hanya untuk mendapatkan kesenangan saja. Perasaan yang muncul akibat permasalahan penggunaan internet akan mempengaruhi pemikiran untuk terus menggunakan internet sebagai pemenuhan kebutuhan dirinya. Pemakaian yang terus-menerus ini membuat sulit lepas dari internet dan ketergantungan untuk menggunakan sesering mungkin (Li et al., 2013).

2.4 Konsep *Self Regulation*

2.4.1 Pengertian *Self Regulation*

Self regulation adalah kemampuan seseorang dalam merubah perilaku baik merubah pemikiran, perasaan, keinginan dan tindakan yang dilakukan oleh seseorang untuk mencapai suatu tujuan yang sudah ditetapkan. Regulasi diri adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif. Regulasi diri bukan merupakan kemampuan mental atau kemampuan akademik, melainkan bagaimana individu mengolah dan mengubah pada suatu bentuk aktivitas (M Nur Gufron & Riswanita, 2010).

Menurut Bandura (2002) bahwa regulasi diri merupakan kemampuan mengatur tingkah laku dan menjalankan tingkah laku tersebut sebagai strategi yang berpengaruh terhadap performansi seseorang mencapai tujuan atau prestasi sebagai bukti peningkatan. Zimmerman (2000) menyatakan bahwa regulasi diri merujuk

pada pikiran, perasaan dan tindakan yang terencana oleh diri dan terjadi secara berkesinambungan sesuai dengan upaya pencapaian tujuan pribadi.

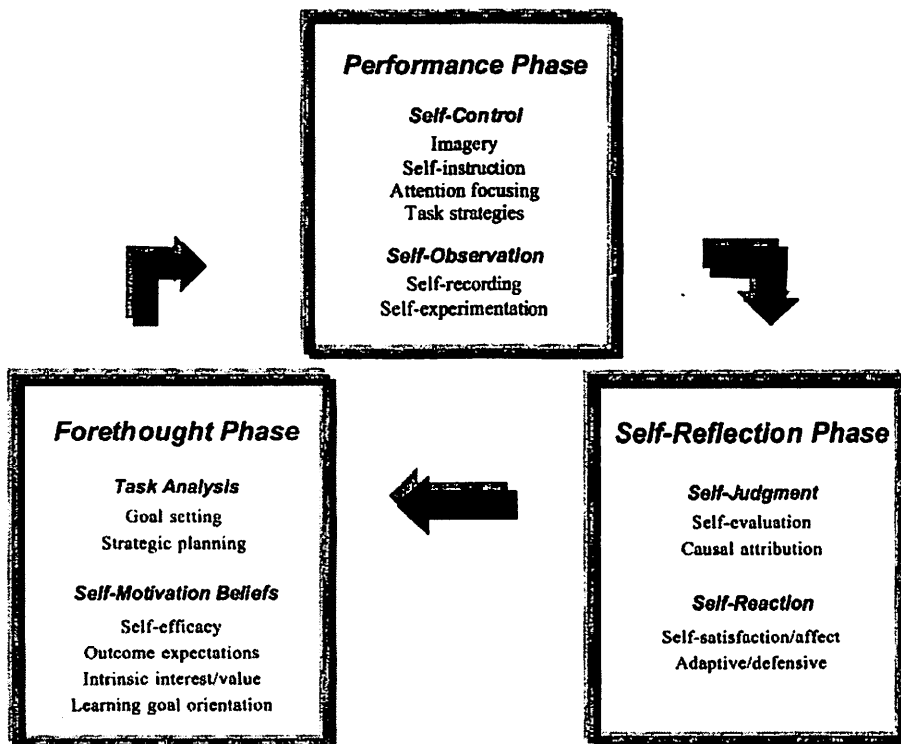
Interaksi antara tujuan yang ditetapkan oleh pribadi dan pengaruh-pengaruh eksternal (standar motivasional, standar sosial dan standar moral) merupakan awal terjadinya regulasi diri. Standar inilah yang nantinya akan menentukan apakah individu akan membuat jarak (*goal setting*) atau mengurangi jarak dengan berusaha untuk mencapai. tujuan yang diharapkan. Tiga faktor yang mempengaruhi tingkat motivasi seseorang yaitu: kemampuan seseorang untuk menilai dirinya sendiri secara objektif (*self efficacy*). Mengenali kemampuan diri secara tepat memudahkan seseorang untuk mencapai tujuannya. Kedua, adanya umpan balik yang sangat berperan penting dalam peningkatan efikasi diri seseorang. Adanya umpan balik membantu seseorang membuat penilaian, mengontrol dan menyesuaikan usaha dan tujuannya agar lebih realistis untuk diraih. Selanjutnya adalah waktu yang diantisipasi untuk pencapaian tujuan. Motivasi akan lebih mudah terbangkitkan dengan menetapkan tujuan jangka pendek dibanding dengan tujuan jangka panjang (Bandura, 2002).

2.4.2 Struktur model system *self regulation*

Berbagai pendapat bahwa setiap orang mencoba untuk mengatur dirinya sendiri dengan berbagai cara untuk mencapai tujuan. Hal yang membedakan efektifitas regulasi diri antara individu satu dengan yang lain adalah kualitas dan kuantitas dari proses *self regulation* itu sendiri. Proses paling efektif dalam meningkatkan self regulasi yaitu melalui mengidentifikasi berbagai sumber empiris,

termasuk didalamnya disiplin diri, dan kesuksesan, studi klinis seperti disfungsi *self regulation*, *personal control* (Zimmerman, 2000).

Berdasarkan model *self regulation* terdapat 3 komponen yaitu pemikiran, kinerja atau kontrol dan refleksi diri. Pemikiran mengacu pada proses yang berpengaruh dan melatarbelakangi upaya untuk bertindak. Kinerja atau kontrol kehendak melibatkan proses motorik dan mempengaruhi perhatian dan tindakan. *Self reflection* melibatkan proses yang terjadi setelah upaya kinerja dan mempengaruhi respon seseorang terhadap pengalaman. Refeksi diri ini pada akhirnya akan mempengaruhi pemikiran tentang upaya motoric berikutnya (Zimmerman, 2000).



Gambar 2.3 Model *self regulation* (Zimmerman, 2000)

2.4.2.1 *Forethought phase*

Merupakan fase pemikiran dan memiliki 2 kategori pemikiran yaitu *task analysis* dan *self-motivational beliefs*. Salah satu bentuk dari *task analysis* adalah menetapkan *goal setting*. Penentuan tujuan mengacu pada hasil yang diinginkan dari pembelajaran atau kinerja seperti pemecahan masalah. Secara hirarki proses tujuan merupakan regulator proksimal dari tujuan hasil yang telah ditetapkan. Tujuan-tujuan proses tidak hanya poin-poin mekanisme yang telah ditetapkan untuk mencapai hasil yang berharga, tetapi sebagai tanda apakah mengalami kemajuan atau tidak. Contoh siswa yang mempelajari tenis akan merasakan peningkatan keefektifan seperti dalam hal mengambil raket, melempar bola dan hal lainnya. Ketika seseorang mengejar dan mencapai tujuan jangka pendek, maka seseorang tersebut telah mengembangkan *self efficacy* yang lebih besar untuk mencapai tujuan akhir yang ditetapkan (Zimmerman, 2000).

Task analysis yang kedua yaitu *planning*. *Planning* mirip dengan *goal setting*, *planning* dapat membantu siswa mengatur diri sebelum terlibat dalam tugas-tugas belajar. Seseorang membutuhkan suatu cara yang sesuai untuk tugas dan pengaturan. Strategi *self regulation* adalah proses dan tindakan pribadi sesuai dengan kemampuan yang dimiliki. Pemilihan strategi yang tepat akan meningkatkan kinerja dengan meningkatkan kognitif, mengontrol afektif dan pengambilan keputusan (M Nur Gufron & Riswanita, 2010). *Planning* dan pemilihan strategi memerlukan pertimbangan karena perbedaan kepribadian, perilaku dan lingkungan masing-masing individu. Tidak ada strategi yang bekerja baik pada semua orang dan sedikit jika ada strategi yang optimal untuk seseorang

pada semua tugas. Ketika keterampilan berkembang, maka efektivitas strategi akan menurun ke titik dimana strategi lain diperlukan. Pada penelitian ini task analysis berfokus pada tugas perkembangan remaja. *Goal setting* mengarah pada tujuan tugas perkembangan remaja dan *strategy planning* berisi strategi rencana untuk mencapai tujuan tugas perkembangan pada remaja.

Kemampuan *self regulation* yang baik tidak akan berpengaruh apa-apa apabila individu tidak mempunyai motivasi dalam penggunaannya. Proses pemikiran yang mendasari penentuan *goal setting* dan *planning strategy* adalah kunci dari keyakinan motivasi diri seperti *self efficacy*, ekspektasi, minat atau penilaian dan orientasi tujuan. *Self efficacy* mengacu pada keyakinan diri tentang memiliki sarana untuk belajar atau bekerja secara efektif, sedangkan ekspektasi hasil mengacu pada keyakinan tentang tujuan akhir dari kinerja. Sebagai contoh, *self efficacy* mengacu pada keyakinan seseorang dapat mencapai nilai A dan hasil mengacu pada harapan tentang konsekuensi yang akan diperoleh dari kelas ini, seperti pekerjaan yang diinginkan (Bandura, 2002). Kesiapan individu untuk mengubah pengaturan diri sangat bergantung pada keefektifan *self regulation* yang dimiliki, yang mengacu pada keyakinan akan kemampuan dalam merencanakan dan mengelola hal yang spesifik sesuai dengan fungsinya. Ada bukti bahwa *self efficacy* mempengaruhi proses pengaturan diri seperti strategi pembelajaran, manajemen waktu, menolak *peer support* yang merugikan, *self monitoring*, *self-evaluation* dan *goal setting* (Zimmerman, 2000).

Self efficacy mempengaruhi goal setting dengan cara sebagai berikut: semakin banyak orang yang percaya diri, semakin besar tujuan yang mereka

tetapan untuk diri mereka sendiri dan komitmen yang lebih kuat terhadap tujuan tersebut. Ketika orang gagal dalam mencapai tujuan, mereka akan meningkatkan upaya mereka, sedangkan mereka yang ragu-ragu akan mundur. Tujuan dapat secara timbal balik mempengaruhi *self efficacy*. Pada prosesnya *self regulation* lebih mengutamakan tahap-demi tahap kemajuan yang dialami dari kepuasan tahap demi tahap sampai tujuan akhir. Pencapaian tujuan proses akan meningkatkan motivasi diri dan bahkan dapat melebihi capaian akhir yang lebih tinggi (Bandura, 2002).

Seiring berjalannya waktu, proses tujuan akan melihat sesuatu yang lebih dari pada penghargaan seperti proses kemampuan yang dimiliki. Dengan cara ini, pencapaian proses motivasi yang berasal dari dalam diri atau penilaian yang dapat melengkapi dan bahkan melampaui hasil yang diinginkan. Orientasi tujuan dalam *self regulation* ini merupakan *learning*, penguasaan atau orientasi tugas dan sebagai motivasi yang dapat mempertahankan dan meningkatkan akuisisi dan kinerja yang lebih baik dari pada berorientasi pada hasil akhir (Zimmerman, 2000). Berdasarkan penelitian ini *self efficacy*, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan mengacu pada tugas perkembangan remaja yang harus dicapai.

2.4.2.2 *Performance phase*

Merupakan fase kinerja yang terdiri dari *self-control* dan *self observation*. *Self control* terdiri dari *self-instruction*, *imagery*, *attention focusing*, dan *task strategies*, membantu dalam pembelajaran agar focus pada tugas dan mengoptimalkan usaha yang telah dilakukan. *Self instruction* merupakan perintah yang menggambarkan bagaimana untuk melanjutkan dan melaksremajaan tugas

seperti memecahkan masalah yang dihadapi. Proses ini dapat meningkatkan pembelajaran bagi individu. *Imagery* merupakan teknik control diri yang banyak digunakan untuk meningkatkan kinerja. Imageri berfokus pada mental atau psikis dalam meningkatkan control diri (Zimmerman, 2000).

Attention focusing dirancang untuk meningkatkan konsentrasi seseorang dalam menyaring proses-proses atau peristiwa eksternal lainnya. Beberapa *attention focusing* seperti faktor lingkungan untuk mengalihkan perhatian atau melambatkan pengerjaan tugas guna untuk meningkatkan koordinasi. Mempelajari metode control diri seperti mengabaikan gangguan atau menghindari perasaan kesalahan di masa lalu merupakan proses pembelajaran yang efektif. Strategi tugas membantu membantu pembelajaran dan kinerja dengan cara memilah tugas-tugas yang lebih substansial dan penting untuk dikerjakan terlebih dahulu. Zimmerman mengungkapkan bahwa sebagai panduan pembelajaran yang efektif, strategi pembelajaran sangat diperlukan seperti mencatat hal-hal penting, persiapan, membaca dan memahami pelajaran serta strategi kinerja dan penyelesaian masalah (Zimmerman, 2000).

Tipe kedua dari fase kerja adalah *self observation*. *Self observation* mengacu pada *track record* seseorang dari aspek-aspek kinerja mereka sendiri, kondisi yang dialami dan hasil yang dicapai. Meskipun ketrampilan ini mungkin tampak seperti elemen ataupun tidak, karena informasi mempengaruhi peristiwa yang kompleks sehingga observasi tidak teratur atau hanya bersifat sementara. Seseorang yang ahli dapat mengobservasi mereka sendiri secara selektif pada tingkatan yang spesifik. Menetapkan tujuan yang bertingkat dapat memudahkan

dalam mengobservasi diri secara selektif karena tujuan berfokus secara rinci dan jangka pendek (Bandura, 2002).

Ada sejumlah faktor yang mempengaruhi keefektifan *self observation*. Waktu sebagai variabel kritis. Respon yang lambat dapat menghalangi seseorang untuk mengambil tindakan koreksi yang tepat khususnya waktu. Kedua yaitu informasi respon dari kinerja. Berlatih kerampilan standart dapat meningkatkan informasi hasil yang dicapai. Seperti orang yang berlatih sprint 100 meter dapat mengevaluasi diri apakah mengalami peningkatan dalam hal kecepatan atau tidak. Ketiga yaitu kualitas diri mengenai ketepatan dalam mengobservasi. Ketepatan ini penting agar tidak salah dalam mengartikan observasi yang telah dilakukan. Keempat adalah valensi perilaku yaitu aspek-aspek negatif dari fungsi seseorang seperti merokok dan kegagalan dalam diet, dapat mengurangi motivasi seseorang dalam *self regulation*. Seringkali seseorang akan melihat pencapaian dari pada mengoreksi hal-hal negatif dalam diri. Hal-hal negatif ini dapat sebagai kritik terhadap diri sendiri (Zimmerman, 2000).

Self recording merupakan teknik observasi diri secara umum yang dapat meningkatkan tercapainya tujuan, informasi, akurasi dan respon balik. Rekaman ini dapat menangkap informasi pribadi saat kejadian, struktur yang penting, mempertahankan akurasi, memberikan basis data yang lebih lengkap untuk melihat progresifitas. Seperti contoh saat penderita asma mencatat gejala mereka, mereka dapat membedakan pemicu alergi mereka dan efektifitas pencegahan kekambuhan (Zimmerman, 2000).

Melalui observasi pola pemikiran dan reaksi emosi dalam kontrol diri, seseorang akan memulai untuk memperhatikan pola-pola berulang dalam fungsinya, seperti dimana seorang perokok menginginkan rokok atau menghisap rokok. Jika ada keteraturan dalam merokok dapat dilihat faktor lingkungan sebagai pemicunya, seperti orang merokok saat setelah makan atau bersama perokok lainnya. Bagi orang-orang yang dapat mengubah perilaku mereka atau memodifikasi lingkungan mereka, hal ini dapat sebagai koreksi seperti menghindari tempat-tempat dimana perokok berkumpul. *Self observation* dapat sebagai suatu eksperimen pada diri sendiri. Ketika seseorang melakukan observasi namun tidak dapat menentukan informasi sebagai faktor yang mempengaruhi perilaku, seseorang akan melakukan eksperimen pribadi secara sistematis dan acak. Hal ini dapat tergambar saat dorongan merokok pada seseorang tidak diketahui secara pasti, seseorang dapat menguji berbagai hipotesis seperti saat bersama perokok lainnya, saat stress atau saat melihat iklan rokok. Melalui cara ini, *self observation* dapat meningkatkan pemahaman diri sehingga kontrol diri dapat lebih baik (Bandura, 2002).

2.4.2.3 *Self reflection phase*

Self reflection terdiri dari *self-judgment* dan *self-reaction*. *Self judgment* atau penilaian diri melibatkan evaluasi diri dari kinerja seseorang dan menghubungkan signifikansi penyebab dengan hasil. Evaluasi mengacu pada perbandingan antara informasi dari observasi dengan tujuan. Penilaian kinerja seseorang akan lebih mudah ketika menghasilkan objek yang mudah diamati seperti bisa berenang. Namun tingkat keahlian yang tinggi bergantung pada penilaian dengan menggunakan kriteria yang telah ditentukan contohnya berenang 100 meter

dalam waktu tertentu. Kualitas adaptif dari reaksi diri seseorang bergantung pada kepekaan penilaian diri dan mengetahui kualitas diri (Zimmerman, 2000).

Beberapa kriteria yang digunakan untuk evaluasi diri diantaranya yaitu penguasaan, kinerja sebelumnya, normative dan kolaborasi. Penguasaan dinilai dari hasil atau skor yang telah dikategorikan seperti pemula sampai yang ahli. Urutan penguasaan juga digunakan dalam mengembangkan kurikulum dipendidikan, seperti buku kerja yang diberi kode warna berbeda sesuai dengan tingkat keahlian. Kriteria penguasaan telah sebagai acuan karena dapat melihat perkembangan dalam pencapaian, yang biasanya terjadi dengan praktik yang berkelanjutan penggunaan urutan dalam proses tujuan mempengaruhi seseorang untuk mengadopsi kriteria penguasaan untuk evaluasi diri (Bandura, 2002). Kinerja sebelumnya atau kriteria diri merupakan perbandingan antara kinerja saat ini dengan tingkat awal perilaku seseorang seperti baseline atau kinerja sebelumnya. Misalnya perokok dapat melihat keberhasilan mereka dalam mengatasi kebiasaan merokok dengan membandingkan rokok yang dihisap saat ini dengan tingkat konsumsi sebelumnya (Zimmerman, 2000).

Normatif melibatkan perbandingan sosial dengan kinerja orang lain seperti teman sekelas. Penghargaan diberikan pada hampir semua kompetisi berdasarkan peringkat social seperti peraih emas di kejuaraan internasional. Kriteria normatif dapat dipertahankan atas dasar sifat kompetitif pada manusia seperti pekerjaan atau marketing. Dalam keadaan seperti ini, orang dituntut tidak hanya efektif dalam keterampilan tetapi harus juga lebih baik dari pesaing-pesaingnya. Kelemahan kriteria normatif untuk penilaian diri adalah pengabaian pada pengamatan diri yang

selektif dan sebaliknya meningkatkan perhatian pada faktor sosial. Kekurangan lainnya adalah perbandingan social cenderung menekankan aspek negatif dari pada fungsi positif, seperti contohnya seseorang yang kalah dalam perlombaan meskipun orang tersebut telah meningkatkan waktunya dibandingkan upaya sebelumnya. Hasil atau nilai sering digunakan untuk mengevaluasi nilai normative karena terlihat kompetitif dalam hal social (Zimmerman, 2000).

Kolaborasi digunakan terutama dalam upaya tim. Kesuksesan didefinisikan memenuhi peran tertentu. Peran posisi disini apakah dapat bekerja sama dengan anggota satu tim secara kooperatif, karena hal ini sebagai kriteria utama dalam kesuksesan. Penilaian-evaluasi diri terkait dengan atribut kausal tentang hasil seperti apakah kinerja yang buruk disebabkan oleh kemampuan yang terbatas atau usaha yang masih kurang. Penilaian atribut ini sangat penting bagi *self reflection*, karena atribut kesalahan tetap mendorong kemampuan individu untuk bereaksi negatif dan menghambat usaha. Atribut kesalahan sangat efektif dalam mempertahankan motivasi selama kinerja masih dibawah standart karena strategi membantu mempertahankan persepsi efektifitas sampai semua strategi telah diuji. Atribusi bukan hasil otomatis dari evaluasi diri, tetapi lebih bergantung pada penilaian kognitif seperti persepsi keyakinan diri atau mempermudah faktor lingkungan. Sebagai contoh saat pekerja menerima evaluasi negatif bagi pekerjaan mereka, mereka akan meningkatkan usaha atau strategi tugas dari pada ragu-ragu (Zimmerman, 2000).

Proses pemikiran juga mempengaruhi penilaian atribusi. Orang yang merencanakan untuk menggunakan strategi kusus selama pemikiran dan

implementasi, itu lebih mengaitkan dengan kegagalan pada strategi dari pada kemampuan yang rendah, yang dapat menghancurkan secara pribadi. Orang beranggapan kegagalan akibat strategi dapat diperbaiki, dan atribusi terhadap penggunaannya akan melindungi terhadap reaksi-reaksi negatif dan menumbuhkan tindakan adaptasi yang strategis (Zimmerman, 2000).

Evaluasi diri dan penilaian atribusi diri dihubungkan erat oleh oleh 2 bentuk reaksi diri yaitu *self satisfaction* dan *adaptive inferences*. *Self satisfaction* meliputi persepsi kepuasan dan ketidakpuasan dan pengaruh terkait dengan kinerja dengan mengutamakan hasil yang meningkatkan kepuasan atau hal pengaruh yang positif dan menghindari ketidakpuasan atau pengaruh negatif seperti kecemasan. Ketika kepuasan diri dibuat sebagai acuan untuk mencapai tujuan, maka akan memberi arahan pada tindakan untuk mempertahankan usaha yang telah dilakukan. Dengan demikian, motivasi seseorang tidak berasal dari tujuan itu sendiri, melainkan dari respon evaluasi diri dan hasil dari perilaku (Zimmerman, 2000).

Tingkat kepuasan diri seseorang juga berasal dari nilai intrinsik atau kepentingan tugas. Misalnya orang akan menghargai pekerjaan mereka, karena mereka akan mengalami ketidakpuasan atau kecemasan jika mendapatkan penilaian kinerja yang kurang baik. Namun individu yang memandang pekerjaan sebagai pekerjaan sementara dan tidak perlu untuk memikirkan terlalu serius tidak akan mengalami tekanan oleh pekerjaan yang dilakukan. Orang yang mengatur dirinya sangat menghargai perasaan respect dan satisfaction dari pekerjaan mereka sendiri dibandingkan dengan memperoleh imbalan materi (Zimmerman, 2000).

Pertahan diri atau adaptif merupakan kesimpulan tentang bagaimana seseorang perlu mengubah pendekatan *self regulation* dalam usaha. Inferensi adaptif penting karena mengarahkan pada bentuk-bentuk *self regulation* baru yang berpotensi lebih baik dalam hal menentukan tujuan dan memilih strategi yang lebih efektif. Sebaliknya inferensi defensif berfungsi untuk melindungi dari ketidakpuasan dimasa yang akan datang, tetapi mereka juga merusak adaptasi yang sudah baik juga. Reaksi-reaksi defensif disini seperti ketidakberdayaan, penundaan, menghindari tugas, gangguan kognitif dan apatis. Reaksi defensif seperti itu sebagai strategi *self-handicaping* karena meskipun awalnya mereka ingin melindungi diri, justru akhirnya dapat membatasi perkembangan mereka sendiri (Zimmerman, 2000).

Reaksi-reaksi ini mempengaruhi proses pemikiran dan sering berdampak pada tindakan masa depan dengan tujuan jauh kedepan. Misalnya reaksi kepuasan diri meningkatkan *self efficacy* tentang penguasaan ketrampilan, orientasi tujuan pembelajaran dan minat dalam diri. Peningkatan *self motivation* sebagai dasar perasaan seseorang terhadap agensi pribadi dalam melanjutkan usaha-usaha dalam *self regulation* yang akhirnya mencapai tujuan mereka. Sebaliknya reaksi ketidakpuasaan diri dapat menurunkan *self efficacy* dan minat dalam diri seseorang dalam mengejar tujuan yang lebih jauh. Dengan demikian, model sosial kognitif dapat menjelaskan persistensi dan pemenuhan diri untuk berprestasi dalam mencapai tujuan dan menghindari keragu-raguan (Zimmerman, 2000).

Self judgment pada penelitian ini adalah kecanduan *smartphone* pada remaja. *Self judgment* mengevaluasi pengaruh tugas perkembangan remaja mulai

dari analisis tugas dan keyakinan motivasi terhadap *self control* dan *self observation*.

2.4.3 Aspek-aspek *self regulation*

Menurut Zimmerman (2000) bahwa *self regulation* mencakup 3 hal yaitu metakognisi, motivasi dan perilaku. Metakognisi adalah pemahaman dan kesadaran tentang proses kognitif atau pikiran tentang berpikir, ia mengatakan bahwa metakognisi merupakan suatu proses penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan seseorang tentang kognisinya dapat membimbing dirinya mengatur atau menata peristiwa yang akan dihadapi dan memilih strategi yang sesuai agar dapat meningkatkan kinerja kognitifnya ke depan. Flavell mengatakan bahwa metakognisi mengacu pada pengetahuan seseorang terhadap kognisi yang dimilikinya dan pengaturan dalam kognisi tersebut. Schank menambahkan bahwa pengetahuan tentang kognisi meliputi perencanaan, pemantauan (pemantauan), dan perbaikan dari performansi atau perilakunya. Zimmerman dan Pons menambahkan bahwa poin metakognitif bagi individu yang melakukan regulasi diri adalah individu yang merencanakan, mengorganisasi, mengukur diri, dan mengintruksikan diri sebagai kebutuhan selama proses perilakunya, misalnya dalam hal belajar (M Nur Gufron & Riswanita, 2010).

Motivasi adalah fungsi dari kebutuhan dasar untuk mengontrol dan berkaitan dengan kemampuan yang ada pada setiap diri individu. Ditambahkan pula bahwa keuntungan motivasi ini adalah individu memiliki motivasi intrinsik, otonomi, dan kepercayaan diri tinggi terhadap kemampuan dalam melakukan sesuatu. Perilaku menurut Zimmerman merupakan upaya individu untuk mengatur

diri, menyeleksi dan memanfaatkan maupun menciptakan lingkungan yang mendukung aktivitasnya. Pada perilaku bahwa individu memilih, menyusun dan menciptakan lingkungan sosial dan fisik seimbang untuk mengoptimalkan pencapaian atas aktivitas yang dilakukan (M Nur Gufron & Riswanita, 2010).

Ketiga aspek di atas bila digunakan individu secara tepat sesuai kebutuhan dan kondisi akan menunjang kemampuan pengelolaan diri yang optimal.

2.4.4 Hubungan *Self control* dan *self regulation*

Remaja mengalami masa transisi dimana mempunyai tugas harus dilakukan untuk mencapai tugas perkembangan yang diharapkan. Tugas perkembangan ini akan menjadi tujuan yang akan dicapai. Regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktifasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. *Self regulation* membantu mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi dan menentukan tindakan yang tepat sebagai upaya mengatasi masalah. Kecanduan *smartphone* terjadi karena mengalami ketidak mampuan mengontrol diri sehingga terjadi kecanduan *smartphone* (Sun et al., 2018).

Setelah menentukan tujuan yang akan dicapai, akan menentukan rencana strategi apa yang akan dilakukan untuk mewujudkan tujuan. Rencana strategi yang tepat akan meningkatkan kognitif, mengontrol afektif dan pengambilan keputusan pada (Zimmerman, 2000). Kemampuan *self regulation* tidak akan berpengaruh apabila tidak mempunyai keyakinan motivasi seperti *self efficacy*, ekspektasi, minat dan *goal orientation*. *Self efficacy* meningkatkan kepercayaan diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan cara mengontrol perilaku yang akan

dilakukan dan pengambilan keputusan . Begitupun dengan harapan yang diinginkan akan meningkatkan upaya untuk mewujudkan tugas perkembangan dengan menginterpretasi informasi dan penilaian. Proses ini memodulasi pikiran, pengaruh, perilaku dan perhatian, melalui mekanisme spesifik sebagai kemampuan diri untuk focus pada tujuan (Gökçearslan, Mumcu, Haşlaman, & Çevik, 2016).

Mekanisme *self control* dijelaskan melalui *self regulation* bahwa *self control* mempunyai pengaruh terhadap terjadinya perilaku adiktif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Cho, Kim and Park (2017) pada 400 responden di Korea Selatan didapatkan bahwa semakin rendah *self control* seseorang maka akan semakin tinggi kejadian kecanduan *smartphone*. Maka dari itu perlu upaya peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja .

Self regulation ini membantu mengidentifikasi penyebab, tujuan dan rencana dalam meningkatkan *self control*. Melalui *self regulasi* akan memungkinkan meningkatkan *self control* seseorang dengan merubah pemikiran sehingga akan memotivasi dan mengendalikan perilaku kecanduan *smartphone*. Self regulasi juga membantu mengendalikan impuls-impuls penyebab buruknya *self control* (Van Deursen, Bolle, Hegner, & Kommers, 2015).

Teori *self regulation* pada penelitian ini sebagai model pengembangan terhadap teori *self control* kecanduan *smartphone*. Goal setting, planning strategy, self efficacy, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan menggambarkan pemikiran dalam memenuhi tugas perkembangan remaja awal. *Self control* pada penelitian ini mengacu terhadap penggunaan *smartphone* pada remaja. *Self judgment* pada

penelitian ini menilai angka kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.

2.5 Pengembangan *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone*

Model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* menggunakan model yang telah dikembangkan oleh Li (2013), dimana *self control* remaja dipengaruhi oleh kontrol perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua. Peningkatan kontrol perilaku orang tua dapat meningkatkan *self control* remaja, sedangkan peningkatan kontrol psikologi orang tua dapat menurunkan *self control* remaja (Li et al., 2013).

Kontrol perilaku orang tua berfungsi untuk mengidentifikasi sedini mungkin perilaku menyimpang dari remaja. Bentuk kontrol perilaku orang tua yaitu perhatian, pembatasan dan pengawasan. Perhatian orang tua akan menumbuhkan perasaan pada remaja bahwa dirinya masih ada yang peduli dan memperhatikan, serta mengarahkan remaja pada perilaku yang sesuai (Friedman & Jones, 2010). Sedangkan pembatasan orang tua pada remaja untuk mencegah remaja berperilaku buruk. Pengawasan juga berfungsi untuk mencegah remaja untuk berperilaku buruk dengan cara melihat dengan siapa remaja bergaul (Li et al., 2013).

Kontrol psikologis orang tua terdiri dari 3 yaitu menyalahkan, penarikan kasih sayang dan tuntutan orang tua. Pengaruh kontrol psikologis orang tua akan menghambat perkembangan untuk mencoba hal-hal baru yang diinginkan, sehingga timbul perasaan apa yang semua yang dilakukan adalah salah. Kontrol psikologis orang tua akan menekan perasaan otonomi dan kompetensi yang mengarah pada disfungsi psikososial seperti tekanan emosional. Tekanan

emosional yang dialami membuat mencari kesenangan untuk menurunkan tekanan yang dialaminya. Kurangnya kepercayaan diri dan ketidakmampuan mengambil keputusan menyebabkan kemampuan kontrol masih kurang (Li et al., 2013).

Self regulation merupakan teori yang digunakan untuk melengkapi model *self control* pada bagian faktor internal yang meliputi *goal setting*, *planning strategy*, *self efficacy*, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan. Teori ini digunakan untuk mengubah suatu perilaku individu dengan cara mengubah pikiran, perasaan, keinginan sesuai dengan tujuan yang diharapkan (Zimmerman, 2000).

Strategi planning dilakukan setelah penentuan *goal setting* sebagai upaya untuk mewujudkan tujuan yang telah ditetapkan. Pencapaian tujuan tugas perkembangan akan membuat kepercayaan dan motivasi meningkat, sehingga menumbuhkan *self efficacy* akan kemampuan untuk mencapai tahap perkembangan selanjutnya. *Self efficacy* meningkatkan kepercayaan diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan cara mengontrol perilaku yang akan dilakukan dan pengambilan keputusan. Begitupun dengan ekspektasi akan meningkatkan upaya untuk mewujudkan tugas perkembangan dengan menignterpretasi informasi dan penilaian. Proses ini memodulasi pikiran, pengaruh, perilaku dan perhatian, melalui mekanisme spesifik sebagai kemampuan diri untuk fokus pada tujuan sehingga mempengaruhi *self control* dari remaja (Zimmerman, 2000).

Self control disini merupakan upaya seseorang dalam meminimalisir terjadinya perilaku kecanduan *smartphone*. *Self control* berpengaruh negatif terhadap kecanduan *smartphone*. Apabila *self control* baik maka tingkat kecanduan

smartphone akan menurun dan sebaliknya apabila *self control* buruk maka kecanduan *smartphone* akan meningkat.

2.6 Keaslian Penelitian

Tabel 2.2 Keaslian Penelitian pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone*

Judul	Metode	Hasil
<i>Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style (Sun et al., 2018)</i>	D: <i>crosssectional</i> S: 1041 siswa usia kelas 7 usia 11-15 tahun V: dependent: Kecanduan <i>smartphone</i> independent: penelantaran remaja dan penyimpangan psikologi, koping, kecerdasan emosi I: <i>Smartphone Addiction Scale, Child Psychological Abuse and Neglect Scale, Emotional Intelligence Scale, Coping Style Scale</i> A: SEM	Penelantaran remaja dan penyimpangan psikologi berpengaruh secara tidak langsung terhadap ketergantungan <i>smartphone</i> melalui kecerdasan emosional maupun system koping.
<i>Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use (S. Cha & Seo, 2018)</i>	D: <i>crosssectional</i> S: 1824 siswa menengah yang menggunakan <i>smartphone</i> di Korea Selatan V: independent: factor predictor penyebab kecanduan <i>smartphone</i> , dependent: kecanduan <i>smartphone</i> I: <i>Smartphone Addiction Proneness Scale</i> , daftar pertanyaan A: <i>Chi square</i> , t test dan multiple linerar regression	Kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam durasi penggunaan <i>smartphone game</i> berlebihan dan tujuan bermain <i>game</i> factor prediksi kecanduan <i>smartphone</i> adalah intensi penggunaan <i>smartphone</i> tiap hari, lama menggunakan jejaring social dan bermain <i>game</i> yang berlebihan
<i>Conceptualizing effective interventions for smartphone addiction among Korean female adolescents (Chun, 2018)</i>	D: <i>mix method concept-mapping approach</i> S: perempuan yang dirawat dipusat perawatan akibat kecanduan <i>smartphone</i> sebanyak 36 responden V: dependent <i>smartphone addiction</i> independent: <i>involuntary retriction, school restriction, self awareness &self-regulation, peer support and professional service</i> I: daftar pertanyaan A: <i>Concept Systems Global Max</i> untuk kualitatif, dan hierarchical	Terdapat 5 kelompok intervensi yang efektif untuk addiction <i>smartphone</i> yaitu pembatasan pemakaian, pembatasan disekolah, kesadaran diri dan regulasi diri, dukungan temen sebaya dan pelayanan kesehatan.

Judul	Metode	Hasil
	cluster analysis and multidimensional scaling untuk quantitative	
<i>Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents</i> (Cocoradã, 2018)	<p>D: crossectional</p> <p>S: sebanyak 717 responden yang terdiri dari 40% sekolah menengah atas dan mahasiswa 60%)</p> <p>V: <i>Smartphone</i> addiction, sikap penggunaan media dan teknologi dan kepribadian.</p> <p>I: <i>Smartphone Addiction Scale – The Short version</i> (SAS-SV), <i>The International Personality Item Pool scales</i>, <i>The Media and Technology Usage and Attitudes Scale</i> (MTUAS)</p> <p>A: SEM</p>	Hasil menunjukkan bahwa skala <i>smartphone</i> addiction menunjukkan kualitas psikometrik yang baik. Lama penggunaan <i>smartphone</i> , penggunaan secara umum dan kecemasan tanpa <i>smartphone</i> menghubungkan antara kepribadian dan factor resiko kecanduan. Nerotisme, keterbukaan dan screening factor resiko berpengaruh untuk menurunkan <i>smartphone</i> addiction
<i>Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland</i> (Haug et al., 2015)	<p>D: crossectional</p> <p>S: 1519 siswa kejuruan di Swiss</p> <p>V: dependent: <i>smartphone</i> addiction, independent: faktor predictor kecanduan,</p> <p>I: <i>Smartphone Addiction Scale for Adolescents</i> (SAS-SV), <i>test demographic and health behaviour-related predictors of smartphone</i></p> <p>A: regresi logistik</p>	Kecanduan <i>smartphone</i> pada sebanyak 16,9%. Penggunaan ponsel lebih lama pada hari-hari biasa dan penggunaan ponsel dimulai pagi hari. <i>Smartphone</i> addiction kebanyakan terkait dengan penggunaan social media. <i>Smartphone</i> addiction lebih banyak ditemukan pada remaja muda dan yang tinggal jauh dari orang tua, sedikit aktivitas dan stress yang lebih tinggi. Tidak ditemukan hubungan antara konsumsi alcohol dan merokok terhadap <i>smartphone</i> addiction
<i>An investigation into problematic smartphone use: The role of narcissism, anxiety, and personality factors</i> (Hussain et al., 2017)	<p>D: crossectional</p> <p>S: 640 sampel usia 13-69 tahun yang memakai <i>smartphone</i></p> <p>V: independent: kecemasan, stabilitas emosi, ketelitian, keterbukaan dan emosi. Dependent: penyalahgunaan <i>smartphone</i></p> <p>I: <i>Narcissistic Personality Inventory</i>, <i>Spielberger State-Trait Anxiety Inventory</i> (STAI), <i>Ten-Item Personality Inventory</i>, <i>Problematic Smartphone Use Scal</i>, <i>Internet Gaming Disorder Scale Short-Form</i> (IGDS9-SF)</p>	Terdapat hubungan antara penggunaan <i>smartphone</i> dengan masalah kepribadian seperti kecemasan ketelitian, keterbukaan, stabilitas emosi, jumlah waktu yang dihabiskan bermain <i>smartphone</i> dan usia. Ketelitian, stabilitas emosi dan usia merupakan factor predictor independen dari penyalahgunaan penggunaan <i>smartphone</i> ,

Judul	Metode	Hasil
	<i>A: correlational analysis,, multiple regression analysis</i>	
<i>Quality of Life as a Predictor of Smartphone Addiction Risk Among Adolescents (Kumcagiz, 2018)</i>	D: <i>correlational research design</i> S: 352 siswa SMA V: independent: kualitas hidup pediatri dependent: <i>smartphone addiction</i> I: <i>Pediatric Quality of Life Inventory (PedsQL), Smartphone Addiction Scale (SAS)</i> A: <i>simple linear regression</i>	Kesehatan fisik, psikososial dan kualitas hidup berpengaruh negative terhadap <i>smartphone addiction</i>
<i>Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents (C. Lee & Lee, 2017)</i>	D: <i>corssectional</i> S: 3000 sampel V: dependent: <i>smartphone addiction</i> , independent: data demografi, lingkungan, kehidupan sekolah dan motivasi I: SAPS, kuisisioner data demografi, kuisisioner attachment, kuisisioner kehidupan disekolah, kuisisioner motivasi penggunaan <i>smartphone</i> A: varimax rotation method: analisis factor terkait motivasi penggunaan <i>smartphone</i> Chi-square menentukan kecanduan <i>smartphone</i> atau tidak Pearson correlation: untuk menjelaskan hubungan variable penelitian dengan tingkat <i>smartphone addiction</i> . <i>Hierarchical multiple regression:</i> pengaruh data demografi, keterikatan dengan orang lain, kehidupan sekolah, dan motivasi terhadap <i>smartphone addiction</i>	Sebanyak 35 % siswa kecanduan <i>smartphone</i> . Perbedaan proporsi kecanduan <i>smartphone</i> berdasarkan gender, nilai sekolah, dan prestasi akademik secara statistik signifikan, keterikatan dengan orang lain dan kehidupan sekolah berpengaruh secara negative terhadap <i>smartphone addiction</i> serta motivasi penggunaan <i>smartphone</i> berpengaruh positif terhadap <i>smartphone addiction</i> . Adapun factor predictor yang paling berpengaruh adalah motivasi penggunaan <i>smartphone</i> terhadap <i>smartphone addiction</i> , kemudian diikuti keterkaitan orang lain, data demografi dan kehidupan disekolah.
<i>Psychological Factors Associated With Smartphone Addiction in South Korean Adolescents (J. Lee et al., 2018)</i>	D: <i>crosssectional</i> S: 490 siswa V: tingkat kecanduan <i>smartphone</i> , tingkat kecemasan, harga diri, perilaku dan masalah emosional dan komunikasi orang tua- I: <i>Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV), Youth Self Report, Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), The Parent-Adolescent Communication Inventory (PACI), The Revised Children's Manifest Anxiety Scale (RCMAS)</i>	Sebanyak 26,61% dalam resiko kecanduan dan memiliki tingkat masalah perilaku dan emosional yang lebih parah, harga diri yang rendah, dan komunikasi yang lebih buruk dengan orang tua mereka Secara signifikan <i>smartphone addiction</i> berhubungan dengan perilaku agresif dan harga diri

Judul	Metode	Hasil
	A: multiple regression analyses	
<i>Smartphone addiction and application usage in Korean Adolescents: effects of medication strategies (S.-J. Lee et al., 2016)</i>	D: Crosssectional S: 300 kelas 7 sampai 12 V: <i>smartphone addiction, application usage, parental mediation, technical restriction.</i> I: <i>self-rating scale</i> , daftar pertanyaan A: regression models	Penggunaan jejaring social, game dan video cenderung memperparah tingkat kecanduan pada <i>smartphone</i> . Strategi yang digunakan untuk mengurangi penggunaan <i>smartphone</i> pada perempuan yaitu mediasi orang tua yang aktif, sedangkan pada laki-laki dengan pembatasan. Pembatasan pada cenderung meningkatkan kecanduan pada <i>smartphone</i> Program pencegahan kecanduan di sekolah tidak memiliki dampak apapun terhadap kecanduan.
<i>Prevalence and correlates of problematic smartphone use in a large random sample of Chinese undergraduates (Long et al., 2016)</i>	D: crosssectional S: 1062 sarjana pengguna <i>smartphone</i> V: <i>smartphone addiction, Problematic smartphone use, Perfectionism, Prediction, penerimaan stress, masalah penggunaan smartphone, faktor resiko</i> I: <i>Problematic Cellular Phone Use Questionnaire (PCPUQ), Chinese Frost Multidimensional Perfectionism Scale (CFMPS), Zung Self-Rating Depression Scale (SDS), Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS), Perceived Stress Scale (PSS)</i> A: <i>binary logistic regression</i>	Prevalensi masalah penggunaan <i>smartphone</i> PSU) di kalangan mahasiswa Cina diperkirakan 21,3%. Faktor risiko untuk PSU adalah jurusan humaniora, pendapatan bulanan yang tinggi dari keluarga (≥ 1500 RMB), gejala emosional yang serius, stres yang dirasakan tinggi, dan faktor-faktor terkait perfeksionisme (keraguan yang tinggi tentang tindakan, harapan orang tua yang tinggi).
<i>Problematic Mobile Phone Use and Addiction Across Generations: the Roles of Psychopathological Symptoms and Smartphone Use (Kuss et al., 2018)</i>	D: <i>Crosssectional</i> S: 273 sampel orang dewasa di Inggris dan Selandia baru dan dibagi menjadi 2 kelompok. Kelompok X usia 31-65 tahun sebanyak 83 dan kelompok Y usia 16-30 tahun sebanyak 188 responden V: Masalah penggunaan <i>smartphone</i> , kecanduan <i>smartphone</i> dan <i>Psychopathology</i> I: <i>Problematic Mobile Phone Use questionnaire (PMPU), DASS-42, kuisioner penggunaan samrtphone</i> A: <i>maximum likelihood estimator and weighted least squares estimation</i>	Ketergantungan <i>smartphone</i> paling banyak diakibatkan karena panggilan telp, penggunaan <i>smartphone</i> dan media social. Secara signifikan ditemukan kecemasan pada orang yang mengalami kecanduan <i>smartphone</i> . Penggunaan media social dan kecemasan secara signifikan ditemukan pada kelompok Y, sedangkan pada kelompok X ditemukan penggunaan <i>smartphone</i> untuk panggilan perhari.

Judul	Metode	Hasil
<i>Problematic smartphone use among Lebanese adults aged 18–65 years using MPPUS-10</i> (Nahas et al., 2018)	<p>D: Crosssectional</p> <p>S: 207 sampel orang dewasa berusia 18-65 tahun di Libanon</p> <p>V: Data demografi, masalah penggunaan <i>smartphone</i>, kecanduan <i>smartphone</i></p> <p>I: kuisisioner data demografi, MPPUS-10 (<i>Mobile Phone Problematic Use Scale</i>), PHQ-2 (<i>Patient Health Questionnaire</i>)</p> <p>A: one way ANOVA (hubungan MPPUS dengan data demografi lebih dari 2 kategori dan independent t test untuk 2 kategori dan korelasi Pearson untuk data berkelanjutan</p>	<p>Penggunaan <i>smartphone</i> bermasalah ditemukan sebanyak 20.2% dengan 95% CI dan paling banyak ditemukan pada dewasa muda atau , belum menikah dan mempunyai kuota atau akses internet. Selain itu ditemukan penggunaan <i>smartphone</i> paling banyak yaitu untuk chatting.</p>
<i>Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong</i> (P. Wang et al., 2017)	<p>D: crosssectional</p> <p>S: sampel sebanyak 768 di Cina.</p> <p>V: hubungan antar siswa, kecanduan <i>smartphone</i>, harga diri, kebutuhan yang dimiliki</p> <p>I: <i>My Class Scale</i>, <i>Smartphone Addiction Scale</i>, <i>Rosenberg Self-Esteem Scale</i></p> <p>A: <i>Multiple regression analysis</i></p>	<p>Secara signifikan hubungan antar siswa berhubungan negative terhadap kecanduan <i>smartphone</i> dan kebutuhan yang dimiliki berhubungan positif terhadap kecanduan <i>smartphone</i>. Hubungan antar siswa berhubungan secara tidak langsung dengan kecanduan <i>smartphone</i> melalui harga diri.</p>
<i>Risk Factors for Smartphone Addiction in Korean Adolescents: Smartphone Use Patterns</i> (H. Lee, Kim, & Choi, 2017)	<p>D: <i>Mix method</i></p> <p>S: 370 sampel siswa sekolah menengah</p> <p>V: Fungsi <i>smartphone</i>, tujuan penggunaan <i>smartphone</i>, penggunaan yang salah <i>smartphone</i>, tingkat kecanduan <i>smartphone</i>.</p> <p>I: DSM-5, <i>Korean Smartphone Addiction Proneness Scale</i>, Kuisisioner data demografi, checklist pertanyaan fungsi, tujuan penggunaan, penggunaan yang salah dan pola asuh</p> <p>A: t-test, χ^2 test, ANCOVA, binary logistic regression</p>	<p>Sebanyak 13% mengalami <i>smartphone</i> addiction. Secara signifikan fungsi <i>smartphone</i> pada kelompok kecanduan untuk "Obrolan online". Untuk tujuan penggunaan menunjukkan "penggunaan kebiasaan," "kesenangan," "komunikasi," "game," yang lebih tinggi, "stres," lega, "" sifat yang ada di mana-mana, "dan" tidak boleh ditinggalkan. "Untuk penggunaan yang bermasalah, kelompok kecanduan menunjukkan skor yang lebih tinggi secara signifikan pada" keasyikan, "" toleransi, "" kurangnya kontrol, "" penarikan, "" mood modification , "" Konflik, "" kebohongan, "" penggunaan berlebihan, "dan" kehilangan minat. " sikap orang tua mengenai penggunaan <i>smartphone</i> remaja-remaja, kelompok kecanduan</p>

Judul	Metode	Hasil
		<p>menunjukkan skor yang secara signifikan lebih tinggi dalam" hukuman orang tua. "Analisis regresi logistik biner menunjukkan bahwa" perempuan, "" digunakan untuk belajar, "" digunakan untuk sifat di mana-mana, "" keasyikan, "dan" konflik "secara signifikan berkorelasi dengan kecanduan <i>smartphone</i>. Studi ini menunjukkan bahwa faktor risiko untuk kecanduan <i>smartphone</i> adalah wanita, keasyikan, konflik, dan digunakan untuk sifat di mana-mana; faktor pelindung digunakan untuk belajar.</p>

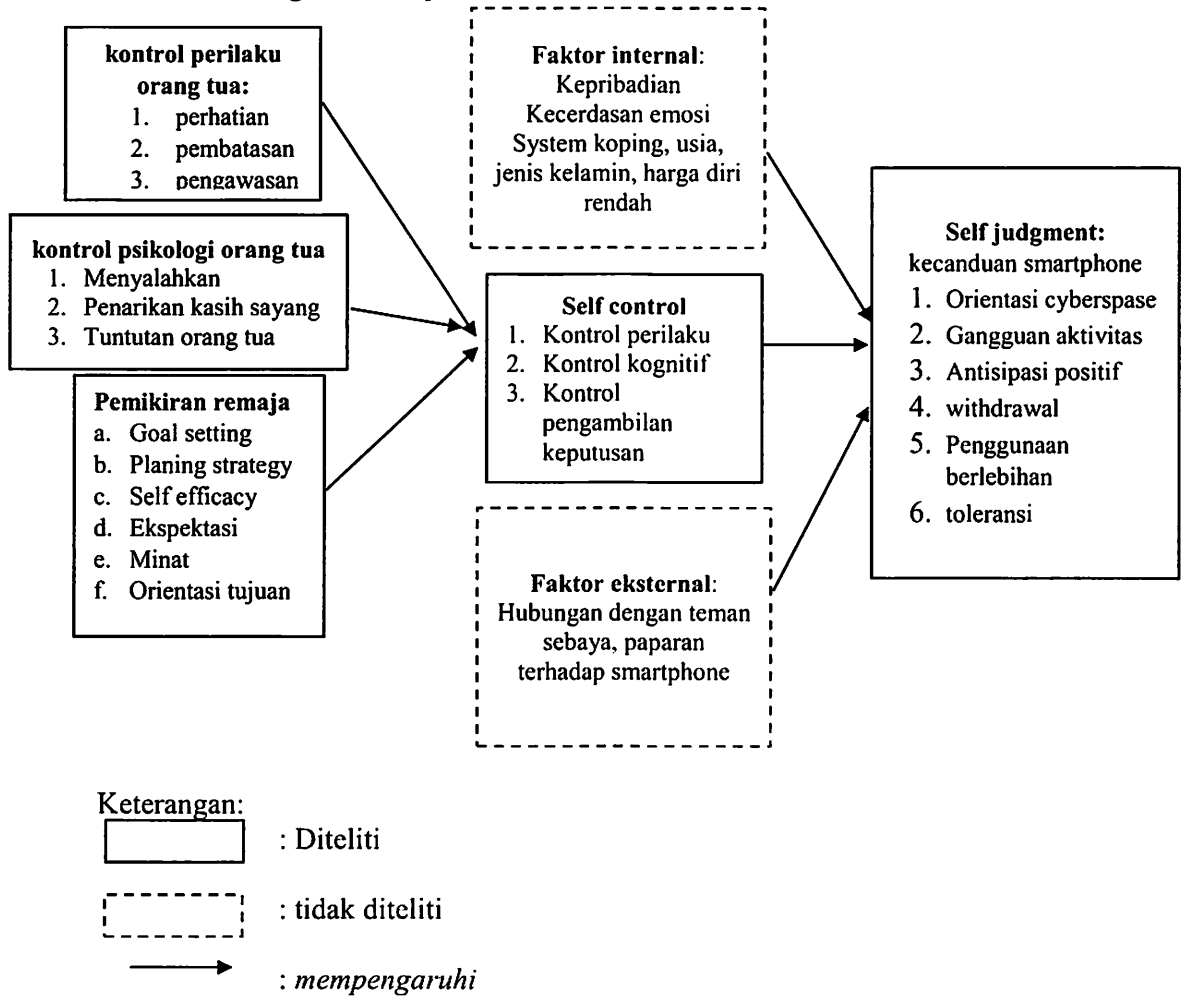
BAB 3

KERANGKA KOSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konseptual



Gambar 3.1 Kerangka konseptual pengembangan model *self Control* berbasis teori *self regulation* terhadap kecanduan *smartphone* pada Siswa SMP (Zimmerman, 2000)

Gambar 3.1 menjelaskan model konsep *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP. Kerangka konsep ini dibangun dengan menggabungkan model *self control* kecanduan *smartphone* pada remaja dan *self regulation*. Model *self*

control kecanduan *smartphone* pada remaja menjelaskan pengaruh kontrol perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua terhadap kejadian kecanduan *smartphone* pada remaja sebagai faktor eksternal. Sedangkan *self regulation* melengkapi model *self control* kecanduan *smartphone* dengan menjelaskan tugas-tugas perkembangan remaja sebagai faktor internal dari *self control* kecanduan *smartphone* itu sendiri.

Kontrol perilaku orang tua berfungsi untuk mengidentifikasi sedini mungkin perilaku menyimpang dari remaja. Bentuk kontrol perilaku orang tua yaitu perhatian, pembatasan dan pengawasan. Perhatian orang tua akan menumbuhkan perasaan pada remaja bahwa dirinya masih ada yang peduli dan memperhatikan, serta mengarahkan remaja pada perilaku yang sesuai (Friedman & Jones, 2010). Sedangkan pembatasan orang tua pada remaja untuk mencegah remaja berperilaku buruk. Pengawasan juga berfungsi untuk mencegah remaja untuk berperilaku buruk dengan cara melihat dengan siapa remaja bergaul.

Kontrol psikologis orang tua terdiri dari 3 yaitu menyalahkan, penarikan kasih sayang dan tuntutan orang tua. Pengaruh kontrol psikologis orang tua akan menghambat perkembangan untuk mencoba hal-hal baru yang diinginkan, sehingga timbul perasaan apa yang semua yang dilakukan adalah salah. Kontrol psikologis orang tua akan menekan perasaan otonomi dan kompetensi yang mengarah pada disfungsi psikososial seperti tekanan emosional. Tekanan emosional yang dialami membuat mencari kesenangan untuk menurunkan tekanan yang dialaminya. Kurangnya kepercayaan diri dan ketidakmampuan mengambil keputusan menyebabkan kemampuan kontrol masih kurang.

Self regulation merupakan teori yang digunakan untuk melengkapi model

self control pada bagian faktor internal yang meliputi *goal setting*, *planning strategy*, *self efficacy*, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan. Teori ini digunakan untuk mengubah suatu perilaku individu dengan cara mengubah pikiran, perasaan, keinginan sesuai dengan tujuan yang diharapkan (Zimmerman, 2000).

Strategi planning dilakukan setelah penentuan *goal setting* sebagai upaya untuk mewujudkan tujuan yang telah ditetapkan. Pencapaian tujuan tugas perkembangan akan membuat kepercayaan dan motivasi meningkat, sehingga menumbuhkan *self efficacy* akan kemampuan untuk mencapai tahap perkembangan selanjutnya. *Self efficacy* meningkatkan kepercayaan diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan cara mengontrol perilaku yang akan dilakukan dan pengambilan keputusan. Begitupun dengan ekspektasi akan meningkatkan upaya untuk mewujudkan tugas perkembangan dengan menignterpretasi informasi dan penilaian. Proses ini memodulasi pikiran, pengaruh, perilaku dan perhatian, melalui mekanisme spesifik sebagai kemampuan diri untuk fokus pada tujuan sehingga mempengaruhi *self control* dari remaja

Self control disini merupakan upaya seseorang dalam meminimalisir terjadinya perilaku kecanduan *smartphone*. *Self control* berpengaruh negatif terhadap kecanduan *smartphone*. Apabila *self control* baik maka tingkat kecanduan *smartphone* akan menurun dan sebaliknya apabila *self control* buruk maka kecanduan *smartphone* akan meningkat.

Penyebab kecanduan *smartphone* itu sendiri disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kepribadian, kecerdasan emosi, usia, jenis kelamin, harga diri dan system koping. Sedangkan factor eksternal meliputi factor

yang bersumber dari luar seperti hubungan dengan teman sebaya dan paparan terhadap *smartphone*.

3.2 Hipotesis

1. Ada pengaruh kontrol perilaku orang tua terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
2. Ada pengaruh kontrol psikologi orang tua terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
3. Ada pengaruh pemikiran remaja terhadap *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
4. Ada pengaruh *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya.
5. Ada pengaruh model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya

BAB 4 METODE PENELITIAN

BAB 4

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *explanative observational*. Penelitian ini dilakukan untuk menemukan suatu kejadian atau gejala terjadi dengan hasil akhir adalah gambaran mengenai hubungan sebab akibat variabel bebas dan variabel terikat. Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah *cross sectional* karena variabel bebas dan variabel terikat diamati secara bersamaan (Sugiyono, 2006).

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi adalah subjek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa SMP di Surabaya. Jumlah seluruh SMP di Surabaya sebanyak 328 sekolah dengan populasi sebanyak 112.836 siswa (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2018).

4.2.2 Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah yang masuk kedalam kriteria inklusi yaitu:

- 1) Pelajar SMP di Surabaya
- 2) Mempunyai *smarthphone*

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- 1) Pelajar yang tidak hadir
- 2) Pelajar yang sedang sakit

Besar sampel pada penelitian ini menggunakan *rumus rule of thumb* yaitu 5-10 kali jumlah parameter pada penelitian yang diteliti. Besar sampel pada penelitian ini yaitu antara 230 sampai 460 responden. Peneliti menetapkan jumlah responden sebanyak 400 responden.

4.2.3 Teknik sampling

Teknik sampling adalah cara yang ditempuh dalam pengambilan sampel agar memperoleh sampel yang benar-benar sesuai dengan keseluruhan objek penelitian (Nursalam, 2013). Pada penelitian ini peneliti menggunakan *probability sampling*. Penentuan sampel berdasarkan daerah populasi. Pengambilan sampel menggunakan *multistage sampling*. Langkah awal yaitu membagi sampel berdasarkan wilayah di Surabaya, yaitu utara, timur, selatan barat dan pusat. Peneliti kemudian mengambil sampel setiap wilayah dengan perhitungan dan didapatkan sebanyak 2 sekolah tiap wilayah, sehingga terdapat 10 sekolah di Kota Surabaya dengan jumlah 1 SMP negeri dan 1 SMP swasta pada setiap wilayah di Surabaya. Jumlah seluruh sampel yaitu sebanyak 400 responden. Proses penentuan sampel sebagai berikut:

1. Menentukan jumlah SMP setiap wilayah

- a. Utara : $\frac{66}{328} \times 10 = 2$
- b. Barat : $\frac{80}{328} \times 10 = 2$
- c. Selatan : $\frac{60}{328} \times 10 = 2$

$$d. \text{ Timur} : \frac{55}{328} \times 10 = 2$$

$$e. \text{ Pusat} : \frac{64}{328} \times 10 = 2$$

2. Menentukan responden tiap sekolah

$$a. \text{ Utara} : \frac{24.490}{112.836} \times 400 = 87$$

$$b. \text{ Barat} : \frac{25.355}{112.836} \times 400 = 90$$

$$c. \text{ Selatan} : \frac{22.848}{112.836} \times 400 = 81$$

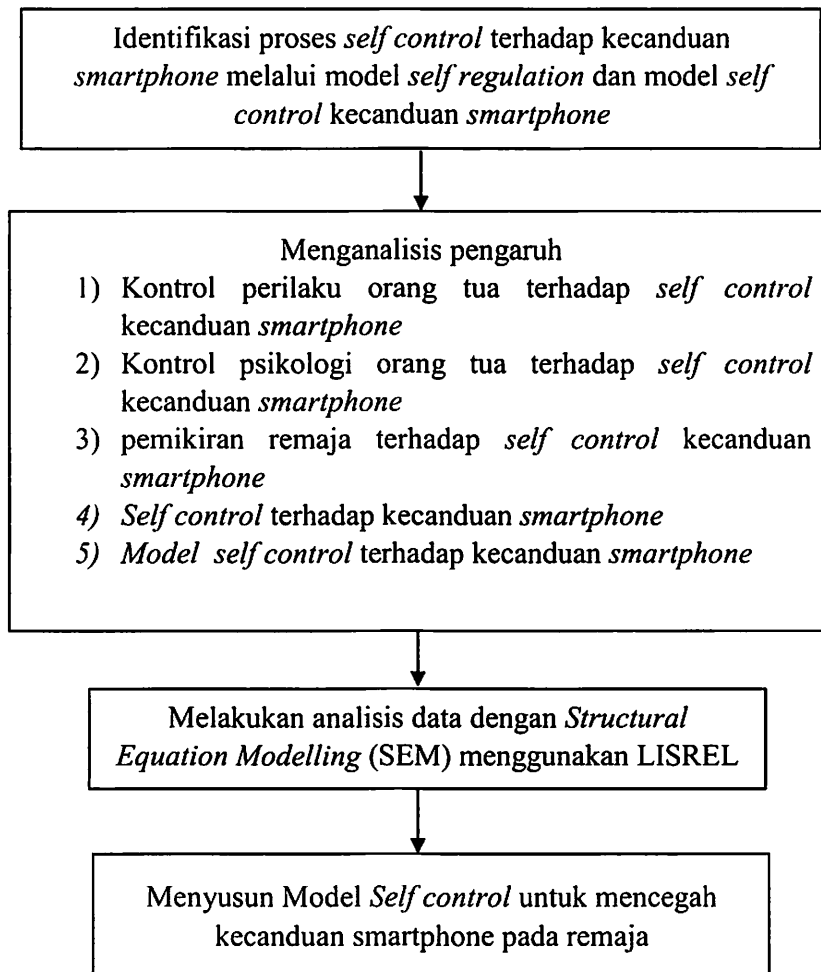
$$d. \text{ Timur} : \frac{19.159}{112.836} \times 400 = 68$$

$$e. \text{ Pusat} : \frac{21.004}{112.836} \times 400 = 74$$

Tabel 4.1 Jumlah responden Penelitian

No	Wilayah	Nama Sekolah	Jumlah Responden
1	Utara	SMP Negeri 15 Surabaya Jalan H. Moh. Noer no.352 Kenjeran	44 responden
		SMP Taruna Jaya I Surabaya Jalan Kedinding Tengah Sekolah No. 40	43 responden
2	Barat	SMP Negeri 25 Surabaya Jalan Simomulyo no.25 Sukomanunggal	45 responden
		SMP Shafta Surabaya Jalan Raya Lontar 177B Lontar Sambikerep	45 responden
3	Selatan	SMP Negeri 10 Surabaya Jalan Kupang Panjaan V no.2 Tegalsari	41 responden
		SMP Al Falah Jalan Ketintang Madya no.81	40 responden
4	Timur	SMP Negeri 29 Surabaya Jalan Mayjen Prof. Dr. Mustopo no.4	34 responden
		SMP Maryam Jalan Manyar Sambongan no.119	34 responden
5	Pusat	SMP Negeri 6 Surabaya Jalan Jawa no.24	37 responden
		SMP Muhammadiyah 2 Surabaya Jalan Genteng Muhammadiyah no.28	37 responden
Jumlah			400 responden

4.3 Kerangka Operasional



Gambar 4.1 kerangka operasional pengembangan model peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Kota Surabaya

4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

4.4.1 Variabel penelitian

Variabel pada penelitian ini terdiri variabel bebas dan terikat. Variabel bebas terdiri dari control perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua, pemikiran.

Variabel terikat antara lain yaitu *self control* dan kecanduan *smartphone*.

Tabel 4.2 Variabel penelitian model peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada Siswa SMP di Kota Surabaya

Variabel	Keterangan	Sub Variabel
X1	Kontrol perilaku orang tua	X1.1 perhatian X1.2 pembatasan X1.3 Pengawasan
X2	Kontrol psikologi orang tua	X2.1 menyalahkan X2.2 penarikan kasih sayang X2.3 Tuntutan orang tua
X3	Pemikiran remaja	X3.1 <i>Goal setting</i> X3.2 <i>planing strategi</i> X3.3 <i>Self efficacy</i> X3.4 ekspektasi X3.5 minat X3.6 Orientasi tujuan
Y1	<i>Self control</i>	Y1.1 Kontrol perilaku Y1.2 Kontrol kognitif Y1.3 Kontrol pengambilan keputusan
Y2	Kecanduan <i>smartphone</i>	Y2.1 Orientasi cyberspase Y2.2 Gangguan aktivitas Y2.3 antisipasi positif Y2.4 withdrawal Y2.5 lama penggunaan Y2.6 toleransi

4.4.2 Definisi Operasional

Definisi operasional bertujuan untuk menciptakan variabel yang jelas dan terukur dan memudahkan pembaca untuk mengartikan variabel dalam penelitian.

Tabel 4.3 Definisi operasional model peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone*

Variabel	Definisi operasional dan parameter	Alat ukur	Skala	Skor
Kontrol perilaku orang tua				
X1				
Perhatian X1.1	Bentuk kepedulian orang tua terhadap anak dalam mengisi waktu luang. 1. Memulai pembicaraan 2. Menanyakan aktivitas 3. Memberi nasihat	Kuisisioner	ordinal	rendah : ≤55%, sedang : 56 – 75%, tinggi : ≥76 %
Pembatasan X1.2	Batasan orang tua pada anak dalam melakukan aktivitas diluar rumah 1. Pamit saat pulang terlambat	kuisisioner	ordinal	rendah : ≤55%,

Variabel	Definisi operasional dan parameter	Alat ukur	Skala	Skor
	2. Pembatasan jam malam			sedang : 56 – 75%, tinggi : $\geq 76\%$
Pengawasan	Upaya orang tua untuk memantau kegiatan anak diluar rumah. 1. Memantau teman bergaul 2. Memantau kegiatan yang dilakukan diluar rumah	kuisisioner	ordinal	rendah : $\leq 55\%$, sedang : 56 – 75%, tinggi : $\geq 76\%$
Kontrol psikologi orang tua X2				
Menyalahkan X2.1	Memvonis anak ketika melakukan suatu kesalahan atau kegagalan. 1. Menumbuhkan rasa bersalah jika gagal 2. Tidak memberi pujian	kuisisioner	ordinal	rendah : $\leq 55\%$, sedang : 56 – 75%, tinggi : $\geq 76\%$
Penarikan kasih sayang X2.2	Sikap orang tua yang tidak menunjukkan rasa sayang 1. Hukuman fisik 2. Sikap tidak peduli orang tua	kuisisioner	ordinal	rendah : $\leq 55\%$, sedang : 56 – 75%, tinggi : $\geq 76\%$
Tuntutan orang tua X2.3	Target orang tua kepada anak yang harus dilakukan 1. Perintah orang tua 2. Tidak mempunyai kebebasan	kuisisioner	ordinal	rendah : $\leq 55\%$, sedang : 56 – 75%, tinggi : $\geq 76\%$
Pemikiran remaja X3				
Goal setting X3.1	Tujuan tugas perkembangan remaja yang ingin dicapai 1. Tugas jangka pendek 2. Tugas jangka panjang	Kuisisioner	ordinal	Baik : $>50\%$ Buruk : $\leq 50\%$
Planing Strategy X3.2	Rencana tindakan untuk mencapai tugas perkembangan remaja 1. Pertimbangan pemilihan tindakan 2. Antisipasi masalah	Kuisisioner	ordinal	Baik : $>50\%$ Buruk : $\leq 50\%$
Self efficacy X3.3	Keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk mencapai tugas perkembangan remaja 1. Magnitude 2. Generality 3. Strength	Kuisisioner	ordinal	Baik : $>50\%$ Buruk : $\leq 50\%$
Ekspektasi X3.4	Harapan tugas perkembangan remaja yang akan dicapai 1. Personal task 2. Relational task 3. Socioinstitutional tasks	kuisisioner	ordinal	Baik : $>50\%$ Buruk : $\leq 50\%$
Minat X3.5	Ketertarikan yang mendorong tercapainya tugas perkembangan remaja	kuisisioner	ordinal	Baik : $>50\%$ Buruk : $\leq 50\%$

Variabel	Definisi operasional dan parameter	Alat ukur	Skala	Skor
	1. Waktu luang 2. Tantangan			
Orientasi tujuan X3.6	Acuan dari tujuan tugas perkembangan 1. Capaian yang diinginkan 2. Personal yang diinginkan	kuisisioner	ordinal	Baik : >50 % Buruk : ≤50%
<i>Self control</i>				
Kontrol perilaku Y1.1	Kesiapan atau respon dalam menghadapi stimulus kecanduan <i>smartphone</i> 1. Mengatur pelaksanaan 2. Modifikasi stimulus	kuisisioner	ordinal	kurang : ≤55%, cukup : 56 – 75%, baik : ≥76 %
Kontrol kognitif	Pengelolaan informasi yang tidak diharapkan untuk mengurangi tekanan psikologis penyebab kecanduan <i>smartphone</i> 1. Memperoleh informasi 2. penilaian	kuisisioner	ordinal	kurang : ≤55%, cukup : 56 – 75%, baik : ≥76 %
Kontrol pengambilan keputusan Y1.3	Memilih tindakan untuk mengurangi kecanduan <i>smartphone</i> 1. Pemanfaatan waktu luang 2. Pemilihan kegiatan prioritas	kuisisioner	ordinal	kurang : ≤55%, cukup : 56 – 75%, baik : ≥76 %
<i>Kecanduan Smartphone Y.2</i>				
Orientasi cyberspace Y2.1	Semua kegiatan lebih banyak melibatkan <i>smartphone</i> 1. Orientasi kegiatan 2. Orientasi pikiran	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %
Gangguan aktivitas Y2.2	Terganggunya kegiatan sehari-hari oleh <i>smartphone</i> 1. Tertundanya waktu pekerjaan 2. Kesulitan fokus	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %
Antisipasi positif Y2.3	Penilai positif terhadap <i>smartphone</i> 1. Pentingnya <i>smartphone</i> dalam hidup	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %
withdrawal Y2.4	Perasaan yang selalu terikat dengan <i>smartphone</i> 1. Perasaan saat jauh dari <i>smartphone</i>	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %
Penggunaan berlebihan Y2.5	Waktu menggunakan <i>smartphone</i> lebih lama dari biasanya 1. Sakit yang diakibatkan saat terlalu lama menggunakan <i>smartphone</i> 2. Penggunaan <i>smartphone</i> terus-menerus	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %
Toleransi Y2.6	Kemampuan menahan atau tidak dalam penggunaan <i>smartphone</i> 1. tindakan dalam penggunaan <i>smartphone</i>	Scale martphone addiction	ordinal	ringan : ≤55%, sedang : 56 – 75%, berat : ≥76 %

4.5 Instrumen Penelitian

4.5.1 Instrumen

1. Data demografi responden

Terdiri dari 5 pertanyaan yang meliputi nama responden (inisial), umur, kelas, jenis kelamin dan tipe keluarga.

2. Kontrol perilaku orang tua

Kontrol perilaku orang tua terdiri dari 3 indikator yaitu kuisisioner tentang perhatian, pembatasan dan pengawasan orang tua. Perhatian merupakan bentuk kepedulian orang tua terhadap remaja seperti orang tua mengajak ngobrol tentang kegiatan yang dilakukan oleh remaja saat waktu luang. Pembatasan merupakan aturan orang tua terhadap anak dalam melakukan kegiatan di luar rumah. Pengawasan merupakan upaya orang tua dalam memantau kegiatan remaja dan dengan siapa remaja bergaul, dalam hal ini seperti selalu meminta ijin pada orang tua. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Nilai atau skor untuk pertanyaan *favorable* selalu bernilai 5, sering bernilai 4, jarang bernilai 3, pernah bernilai 2, tidak pernah bernilai 1. Skor pertanyaan *unfavorable* adalah selalu bernilai 1, sering bernilai 2, jarang bernilai 3, pernah bernilai 4 dan tidak pernah bernilai 5 (Li et al., 2013). Kuisisioner permintaan dan pembatasan dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan parameter dari penelitian sebelumnya oleh Li (2013).

Tabel 4.4 Blueprint Kontrol perilaku Orang tua

Variabel	Sub variabel	Indikator	Nomor soal	Kriteria
Kontrol perilaku orang tua (X1)	Perhatian X1.1	1. Memulai pembicaraan	1,2,3,4,5	1,2,4,5 <i>favorable</i>
		2. Menanyakan aktivitas		3 <i>unfavorable</i>
		3. Memberi nasihat		
	Pembatasan X1.2	1. pamit saat keluar dan pulang terlambat	6,,8,10	6,8 <i>favorable</i> 10 <i>unfavorable</i>
		2. pembatasan jam malam		
	Pengawasan	1. Memantau teman bergaul	7, 9	7, 9 <i>favorable</i>
		2. Memantau kegiatan di luar rumah		

3. Kontrol Psikologi orang tua

Kontrol psikologis yang berasal dari orang tua ada 3 sub variabel yaitu menyalahkan, penarikan cinta, tuntutan otoritas. Menyalahkan remaja adalah menanamkan perasaan salah kepada remaja ketika melakukan kesalahan atau kegagalan. Penarikan cinta adalah bentuk sikap dan ekspresi orang tua ketika remaja melakukan sesuatu yang mereka tidak suka. Tuntutan otoritas adalah target atau perintah orang tua yang harus dilaksanakan oleh anak. Instrumen menyalahkan, penarikan cinta dan tuntutan otoritas dibuat sendiri oleh peneliti dengan mengembangkan parameter dari instrumen menyalahkan, penarikan cinta dan tuntutan otoritas oleh (Li et al., 2013). Nilai atau skor untuk pertanyaan *favorable* selalu bernilai 5, sering bernilai 4, jarang bernilai 3, pernah bernilai 2, tidak pernah bernilai 1. Skor pertanyaan *unfavorable* adalah selalu bernilai 1, sering bernilai 2, jarang bernilai 3, pernah bernilai 4 dan tidak pernah bernilai 5

Tabel 4.5 Blueprint Instrument Kontrol Psikologis Orang Tua

Variabel	Sub variabel	Indikator	Nomor soal	Kriteria
Kontrol psikologis orang tua (X1)	menyalahkan X2.1	1. Menumbuhkan rasa bersalah jika melakukan kegagalan	1,2,3,4,5	1,3,4,5 <i>favorable</i> 2 <i>unfavorable</i>
		2. Tidak memberi pujian pada remaja		
	Penarikan kasih sayang X2.2	1. Hukuman fisik jika melakukan kesalahan 2. Sikap orang tua jika anak melakukan kesalahan	6,7,8,9,10	6,7,8 <i>favorable</i> 9,10 <i>unfavorable</i>
	Tuntutan orang tua X2.3	1. Perintah orang tua yang harus dituruti 2. Tidak mempunyai kebebasan menentukan pilihan yang diinginkan	11,12,13,14,15	11,12,13,15 <i>favorable</i> 14 <i>unfavorable</i>

4. Pemikiran remaja

Pemikiran perkembangan remaja terdiri dari 6 indikator yaitu goal setting, planning strategy, self efficacy, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan. *Goal setting* dan minat diukur menggunakan *Self regulation questionnaire* (SRQ) yang telah diterjemahkan dan dimodifikasi sesuai dengan penilaian *goal setting* dan minat pada penelitian ini (Pichardo et al., 2018). Instrumen *Planing strategy* dibuat sendiri oleh peneliti dengan menggunakan parameter dari Endedijk et al (2016). Item pertanyaan *self efficacy* memodifikasi dari *The General Self-Efficacy Scale (GSES)* yang dikembangkan oleh (Lönnfjör & Hagquist, 2018). Item pertanyaan ekspektasi dimodifikasi dari *Developmental Timetables for Adolescence (DTA)* oleh Dekovic (1997). Instrumen ini berisi tentang strategi untuk meningkatkan kognitif, afektif dan pengambilan keputusan sebagai upaya mewujudkan tujuan. Penilaian pada setiap item menggunakan skala likert dimana pertanyaan favorabel nilai 1

untuk “sangat tidak setuju” 2 untuk “tidak setuju”, 3 untuk “setuju”, dan nilai 4 untuk jawaban “sangat setuju dan sebaliknya.

Tabel 4.6 Blueprint Instrumen Pemikiran remaja

Variabel	Sub variabel	Indikator	Nomor soal	Kriteria
Pemikiran (X3)	Goal setting X3.1	1. Menjalin hubungan dengan teman	1,2,3,4,5	1,2,5 favorable
		2. Pertimbangan menentukan keinginan		3,4 unfavorable
	Planing strategy X3.2	1. Pertimbangan pemilihan tindakan sebelum dilakukan	6,7,8,9,10	6,7,9 favorable
		2. Respon menghadapi masalah		8, 10 unfavorable
	Self efficacy X4.1	1. Keyakinan menyelesaikan masalah	11,12,13,14,15,16	11,12,13,14,15,16, favorable
		2. Kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi masalah		
	Ekspektasi X4.2	1. Kemampuan menyelesaikan tugas secara mandiri	17,18,19,20,21,22	17,18,19,21,22 favorable 20 unfavorable
		2. Hubungan dengan orang lain disekitar		
		3. Hasil yang didapatkan di lingkungan sekolah		
	Minat X4.3	1. kegiatan untuk mengisi waktu luang	23,24,25,26,27	23,24,27 favorable 25,26 unfavorable
		2. respon dalam menghadapi tantangan		
	Orientasi Tujuan X4.4	3. Capaian yang diinginkan	28,29,30,31,32	28,29,30,31,32 favorable
		4. Personal yang diinginkan		

5. Self control

Self control terdiri dari 3 dimensi yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol pengambilan keputusan. Kontrol perilaku merupakan respon remaja dalam menghadapi stimulus penyebab kecanduan *smartphone*. Instrumen

kontrol perilaku dibuat sendiri oleh peneliti. Instrumen kontrol kognitif yaitu instrument pengelolaan informasi untuk mengurangi tekanan psikologis kecanduan *smartphone*. Instrumen kontrol kognitif dibuat sendiri oleh peneliti. Instrumen kontrol pengambilan keputusan yaitu instrument untuk melihat pemilihan tindakan untuk mengurangi kecanduan *smartphone*. Instrumen ini dibuat sendiri oleh peneliti.. Nilai atau skor untuk pertanyaan *favorable* selalu bernilai 5, sering bernilai 4, jarang bernilai 3, pernah bernilai 2, tidak pernah bernilai 1. Skor pertanyaan *unfavorable* adalah selalu bernilai 1, sering bernilai 2, jarang bernilai 3, pernah bernilai 4 dan tidak pernah bernilai 5.

Tabel 4.7 Blueprint Instrument *Self control*

Variabel	Sub variabel	Indikator	Nomor soal	Kriteria
Y <i>self control</i> (Y1)	Kontrol perilaku Y1.1	1. Mengatur pelaksanaan penggunaan <i>smartphone</i>	1,2,3,4,5	1,2,3 <i>favorable</i> 4,5 <i>unfavorable</i>
		2. Memodifikasi stimulus penyebab penggunaan <i>smartphone</i>		
	Kontrol kognitif Y1.2	1. Penilaian terhadap aplikasi di <i>smartphone</i>	1,2,3,4,5	1,5 <i>Favorabel</i> 1,2,3 <i>unfavorable</i>
		2. penilaian terhadap penggunaan <i>smartphone</i>		
	Kontrol pengambilan keputusan Y1.3	3. kegiatan yang digunakan untuk waktu luang	1,2,3,4,5	2,3,5 <i>Favorabel</i> 1,4 <i>unfavorable</i>
		4. pemilihan kegiatan prioritas		

6. Kecanduan *Smartphone*

Alat ukur yang digunakan menggunakan skala kecanduan *smartphone* yang dikembangkan oleh Kwon *et al* (2013) dimana terdiri dari faktor gangguan

kehidupan sehari-hari, penarikan diri, hubungan berorientasi cyberspace, penggunaan berlebihan, dan toleransi. Terdiri dari 10 item pertanyaan dengan menggunakan skala likert.

Tabel 4.8 Blueprint Instrument Kecanduan *Smartphone*

Variabel	Sub variabel	Indikator	Nomor soal	Kriteria
Kecanduan <i>smartphone</i> (Y2)	Orientasi cyberspace Y2.1	1. Orientasi kegiatan	6,8	6,8 <i>favorable</i>
		2. Orientasi pikiran		
	Gangguan aktivitas Y2.2	1. Tertundanya waktu pekerjaan	1,2	1,2 <i>Favorable</i>
		2. Kesulitan fokus		
	Antisipasi positif Y2.3	1. Pentingnya <i>smartphone</i> dalam hidup	3	3 <i>Favorable</i>
	withdrawal Y2.4	Perasaan saat jauh dari <i>smartphone</i>	4	4 <i>Favorable</i>
	Penggunaan berlebihan Y2.5	1. Akibat terlalu lama bermain <i>smartphone</i>	3,7	3,7 <i>Favorable</i>
		2. Penggunaan <i>smartphone</i> terus-menerus		
	Toleransi Y2.6	1. tindakan dalam penggunaan <i>smartphone</i>	9,10	9, 10 <i>Favorable</i>

4.5.2 Uji validitas dan reliabilitas

Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada siswa SMP 45 Surabaya pada bulan Februari 2019. Sebanyak 33 siswa yang terdiri dari kelas tujuh dan kelas delapan mengisi instrumen penelitian yang meliputi kuisioner control perilaku orang tua, kuisioner kontrol psikologi orang tua, kuisioner analisis tugas, kuisioner keyakinan motivasi, kuisioner *self control*, kuisioner *self observation* dan kuisioner kecanduan *smartphone*. Siswa yang telah digunakan pada uji validitas dan reliabilitas tidak digunakan kembali sebagai responden penelitian. Adapun hasil uji validitas dan reliabilitas dapat dilihat pada tabel 4.9.

Tabel 4.9 Uji validitas reliabilitas variabel penelitian

Variabel	Indikator	Σ item	No. item valid	Alpha cronbach
Kontrol perilaku orang tua	Perhatian	5	1,2,4,5	0,752
	Pembatasan	3	6,8	0,920
	Pengawasan	2	7,9	0,668
Kontrol psikologi orang tua	menyalahkan	5	1,3,4	0,717
	Penarikan kasih sayang	5	6,7,8,9	0,678
	Tuntutan orang tua	5	11,12,14,15	0,624
Pemikiran remaja	Goal setting	5	3,4,5	0,655
	Planing strategy	5	6,7,8,10	0,708
	Self efficacy	6	11,13,14,15,16	0,754
	ekspektasi	6	17,18,19,21,22	0,748
	minat	5	24,25,26,27	0,724
	Orientasi tujuan	5	28,31,32	0,970
<i>Self control</i>	kontrol perilaku	5	2,3,4,5	0,620
	kontrol kognitif	5	6,8,10	0,612
	Control pengambilan keputusan	5	11,12,14,15	0,621
Kecanduan <i>smartphone</i>	Orientasi cyberspace	2	6,8	0,811
	Gangguan aktivitas	2	1,2	0,745
	Antisipasi positif	1	3	
	withdrawal	1	4	
	Penggunaan berlebihan	2	3,7	0,731
	toleransi	2	9,10	0,613

Berdasarkan table 4.9 menjelaskan bahwa pertanyaan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,344) dan pertanyaan yang tidak valid dihapus. Adapun nilai cronbach alpha semua indikator variabel diatas 0,6 yang berarti semua indikator dari variabel dinyatakan reliabel.

4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi untuk penelitian ini adalah SMP di Surabaya yang memiliki akreditasi A dan 5 hari kerja. Pengambilan data dilaksanakan pada bulan April dan Mei 2019 pada siswa SMP di Surabaya dengan Akreditasi A dan 5 hari kerja.

Tabel 4.10 Jadwal penelitian Pengembangan Model *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone* di Surabaya

No	Kegiatan	Bulan Pelaksanaan									
		Sep	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	apr	Mei	Jun
1	Penyusunan proposal dan ujian Preproposal	■	■	■							
2	Ujian proposal tesis				■	■					
3	Uji etik dan uji validitas dan Reabilitas						■	■	■		
4	Pengumpulan dan pengolahan Data								■	■	
5	Ujian hasil dan sidang tesis										■

4.7 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data

Peneliti mengajukan akan surat permohonan ijin penelitian kepada Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang kemudian disampaikan kepada Dinas Pendidikan di Kota Surabaya. Setelah mendapatkan balasan surat ijin penelitian dari Dinas pendidikan, surat akan diteruskan ke SMP di Kota Surabaya. Peneliti akan melakukan koordinasi dengan Sekolah pelaksanaan penelitian. Pengambilan data dilakukan pada Bulan April-Mei 2019.

Pelaksanaan penelitian akan diawali dengan pemilihan sampel sesuai kriteria inklusi. Pemilihan akan dilakukan menggunakan pendekatan *multistage random sampling*. Responden kemudian diberikan penjelasan terlebih dahulu mengenai tujuan dari penelitian ini dan menandatangani *informed consent* sebagai kesediaan menjadi responden. Peneliti kemudian melakukan pengumpulan data responden melalui kuesioner yang telah disiapkan.

Setelah data terkumpul, peneliti akan melakukan analisis distribusi

frekuensi dan *Structural Equation Modelling* (SEM) dengan *Linear Structural Relationship* (LISREL). Setelah analisis data dilakukan maka peneliti membuat model struktural yang direkomendasikan.

4.8 Analisis Data

4.8.1 Analisis deskriptif

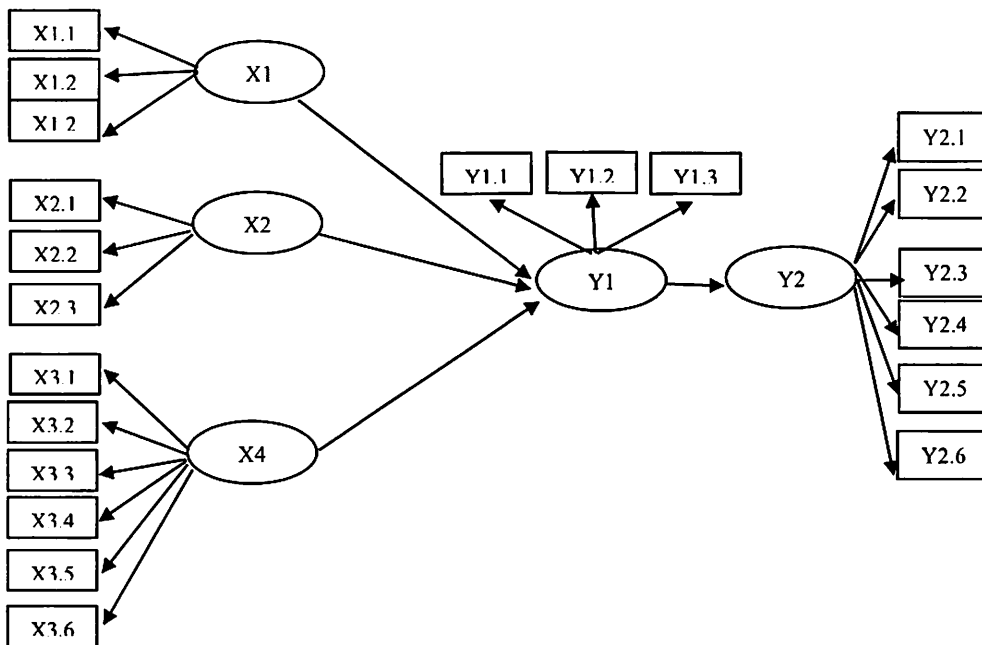
Analisis deskriptif digunakan untuk melihat hasil dari masing-masing variabel. Data yang berjenis kategori disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

4.8.2 Analisis inferensial

4.8.3 Analisis inferensial bertujuan untuk membuat keputusan dalam hal ini dicari hubungan antar variabel berdasarkan hipotesis yang telah diajukan. Uji statistik yang akan digunakan adalah *Structural Equation Modelling* (SEM) sebagai analisis tahap 1. Keunggulan SEM mampu menganalisis variabel laten, variabel indikator, dan kesalahan pengukuran secara langsung. SEM yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Linear Structural Relationship* (LISREL).

4.8.4 Ghozali & Fuad (2014) mengatakan bahwa di dalam LISREL, evaluasi model dilakukan melalui berbagai kriteria *goodness-of-fit* (kelayakan model). Untuk itu tindakan pertama yang dilakukan adalah mengevaluasi apakah data yang digunakan dapat memenuhi asumsi-asumsi SEM. Apabila asumsi-asumsi ini dipenuhi, maka model dapat diuji. Dalam analisis SEM tidak ada alat uji statistik tunggal untuk mengukur atau menguji hipotesis mengenai model. Umumnya terhadap berbagai jenis fit

index yang digunakan untuk mengukur derajat kesesuaian antara model yang dihipotesiskan dengan data yang disajikan.



Gambar 4.2 Kerangka analisis Pengembangan Model *Self Control* terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Siswa SMP di Kota Surabaya

4.9 Etik Penelitian

1. Prinsip adil (justice)

Keterlibatan responden dalam penelitian ini berdasarkan pemilihan yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Semua responden diperlakukan sama dan adil pada setiap tahapan penelitian. Responden dalam penelitian ini memiliki kesempatan yang sama untuk berpartisipasi dalam penelitian.

2. Manfaat (*beneficience* dan *nonmaleficience*)

Peneliti mengupayakan semaksimal mungkin manfaat bagi responden dan kerugian yang minimal. Peneliti dalam penelitian ini memperhatikan beberapa hal, yaitu : 1) meminimalkan risiko penelitian agar sebanding

dengan manfaat yang diterima dan proses pengambilan data yang dilakukan tidak menimbulkan kondisi yang berisiko bagi responden, 2) desain penelitian ini adalah *crosssectional*, 3) peneliti memberikan kesempatan kepada responden untuk memutuskan apakah melanjutkan proses penelitian atau tidak

3. *Hormat (respect for human dignity)*

Peneliti menghormati harkat martabat manusia sebagai pribadi yang memiliki kebebasan berkehendak atau memilih dan bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusan sendiri. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini diberikan *informed consent* sebelum proses pengumpulan data dilakukan

4. *Otonomy and freedom*

Responden memiliki otonomi dan kebebasan menentukan pilihan untuk mengikuti penelitian atau tidak, tanpa paksaan, dan bertanggung jawab secara pribadi terhadap keputusan sendiri. Otonomi responden sangat diprioritaskan selama proses pengumpulan data. Responden yang terpilih untuk berpartisipasi dalam penelitian ini diberikan kebebasan untuk ikut atau tidak dalam penelitian.

5. *Veracity and fidelity*

Prinsip *veracity* berhubungan dengan kemampuan seseorang untuk mengatakan kebenaran. Kebenaran adalah dasar dalam membangun hubungan saling percaya. Peneliti memberikan penjelasan yang sebenarnya dalam penelitian ini terkait perlakuan yang akan diberikan,

manfaat, bahaya yang mungkin akan timbul, dan prosedur penelitian kepada responden sebelum responden diberikan *informed consent*.

6. *Confidentiality*

Peneliti harus menjaga kerahasiaan data yang diperoleh dari responden dan tidak menyampaikan kepada orang lain. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini menuliskan nama insial pada kuesioner. Kuesioner yang telah diisi oleh responden disimpan ditempat yang rahasia oleh peneliti untuk menjaga kerahsiaan.

BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

5.1.1 Letak dan kependudukan Kota Surabaya

Surabaya secara geografis berada pada 07°09'00" – 07°21'00" Lintang Selatan dan 112°36' - 112°54' Bujur Timur. Luas wilayah Surabaya meliputi daratan dengan luas 350,54 km² dan lautan seluas 190,39 km². Posisi Surabaya berada di tepi pantai utara provinsi Jawa Timur. Wilayah Surabaya berbatasan dengan Selat Madura di sebelah utara dan timur, Kabupaten Sidoarjo di sebelah selatan, serta Kabupaten Gresik di sebelah barat.

Secara umum Surabaya dibagi menjadi 5 wilayah yaitu Surabaya Pusat, Timur, Barat, Utara dan Selatan. Kota Surabaya memiliki 31 kecamatan dan 154 kelurahan (dari total 666 kecamatan, 777 kelurahan, dan 7.724 desa di Jawa Timur). Pada tahun 2017, jumlah penduduk 2.827.892 jiwa dan luas wilayah 350,54 km² dan tingkat kepadatan penduduk sebesar 8.067 jiwa/km².

5.1.2 Pendidikan di Kota Surabaya

Surabaya merupakan salah satu kota tujuan pendidikan di Indonesia. Ribuan siswa maupun mahasiswa dari berbagai daerah di Indonesia mengenyam pendidikan di kota ini. Di kota Surabaya terdapat berbagai macam tingkatan pendidikan, mulai dari pendidikan anak usia dini yaitu kelompok bermain, hingga pendidikan tinggi yaitu akademi, institut, politeknik, sekolah tinggi, hingga universitas. Jumlah Sekolah dasar di Surabaya sebanyak 823 sekolah

dengan 303 sekolah dasar negeri dan 520 sekolah dasar swasta. Jumlah sekolah menengah pertama (SMP) di Surabaya sebanyak 328 dengan sebanyak 66 sekolah negeri dan 262 sekolah swasta. Jumlah sekolah menengah atas (SMA) sebanyak 23 Sekolah SMA negeri dan 140 sekolah SMA swasta. Sedangkan jumlah sekolah kejuruan sebanyak 104 sekolah dengan pembagian sebanyak 10 sekolah SMK negeri dan 94 sekolah SMK swasta.

5.2 Analisis Deskriptif

5.2.1 Data demografi

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi karakteristik siswa SMP Kota Surabaya

Karakteristik	Jumlah		
	Σ	%	
Usia	12-13 tahun	104	26
	14-15 tahun	284	71
	16-17 tahun	12	3
	Total	400	100
Jenis kelamin	Laki-laki	122	30,5
	Perempuan	278	69,5
	Total	400	100
Kelas	Kelas 7	52	13
	Kelas 8	263	65,8
	Kelas 9	85	21,2
	Total	400	100
Tipe keluarga	Nuclear	227	56,8
	extended	123	30,7
	Single parent	50	12,5
	Total	400	100

Tabel 5.1 menjelaskan bahwa gambaran deskriptif siswa SMP di Surabaya meliputi usia, jenis kelamin, kelas dan tipe keluarga. Berdasarkan 400 siswa didapatkan usia terbanyak adalah 14-15 tahun 71%, jenis kelamin perempuan 69,5%. Sebagian besar responden adalah siswa kelas 8 yaitu sebanyak 65,8%. Adapun sebagian besar responden tinggal bersama kedua orang tua sebesar 87,5 % (nuclear 56,8% dan extended 30,7%).

5.2.2 Kontrol perilaku orang tua

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi kontrol perilaku orang tua siswa SMP Kota Surabaya

Kontrol perilaku orang tua		Jumlah				Frekuensi	Presentase
		\bar{X}	SD	min	max		
Perhatian	Rendah	15,7	3,75	6	20	54	13,5
	Sedang					81	20,3
	Tinggi					265	66,2
total						400	100
Pembatasan	Rendah	8,31	2,28	2	10	42	10,5
	Sedang					62	15,5
	Tinggi					296	74
total						400	100
Pengawasan	Rendah	8,41	2,30	2	11	40	10
	Sedang					64	16
	Tinggi					296	74
total						400	100

Berdasarkan tabel 5.2 menjelaskan bahwa perilaku perhatian orang tua terhadap remaja sebagian besar adalah tinggi, yaitu sebanyak 66,2%. Sebagian besar pembatasan kontrol perilaku orang tua dan pengawasan orang tua adalah tinggi yaitu masing-masing sebesar 74%. Secara umum, ketiga indikator menunjukkan kontrol perilaku orang tua adalah dalam kategori tinggi.

5.2.3 Kontrol psikologi orang tua

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi kontrol psikologi orang tua siswa SMP Kota Surabaya

Kontrol Psikologi orang tua		Jumlah				Σ	%
		\bar{X}	SD	Min	Max		
menyalahkan	Rendah	7,62	3,61	2	15	245	61,2
	Sedang					87	21,8
	tinggi					68	17
Total						400	100
Penarikan kasih sayang	Rendah	9,50	2,53	4	16	126	31,5
	Sedang					199	49,7
	Tinggi					75	18,5
Total						400	100
Tuntutan orang tua	Rendah	10,94	3,27	4	18	207	51,8
	Sedang					168	42
	Tinggi					25	6,2
Total						400	100

Berdasarkan tabel 5.3 menjelaskan presentase indikator kontrol psikologi orang tua. Menyalahkan remaja sebagian besar dalam kategori rendah yaitu 61,2%. Tingkat penarikan kasih sayang sebgaaian besar dalam kategori sedang yaitu 49,7%. Sedangkan tingkat tuntutan orang tua sebagian besar adalah rendah sebesar 51,8%.

5.2.4 Pemikiran remaja

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Pemikiran Siswa SMP Kota Surabaya

Pemikiran		Jumlah					Σ	%
		\bar{X}	SD	Min	Max			
Goal setting	Buruk	2,43	1,09	1	5	220	55	
	baik					180	45	
Total						400	100	
Planning strategy	Buruk	3,07	1,06	1	5	119	29,8	
	baik					281	70,2	
Total						400	100	
Self efficacy	Buruk	3,12	1,42	1	5	151	37,7	
	Baik					249	62,3	
total						400	100	
Ekspektasi	Buruk	3,53	1,36	1	5	114	28,5	
	Baik					286	71,5	
Total						400	100	
Minat	Buruk	2,76	0,92	1	5	138	34,5	
	Baik					262	65,5	
Total						400	100	
Orientasi Tujuan	Buruk	2,69	0,95	1	5	46	11,5	
	Baik					354	88,5	
Total						400	100	

Berdasarkan tabel 5.4 menjelaskan gambaran variabel pemikiran yang terdiri dari 6 indikator. Secara umum sebagian besar indikator dalam kategori baik yaitu *planning strategy* sebesar 70.2%, *self efficacy* sebesar 62.3%, ekspektasi sebesar 71.5%, minat sebesar 65.5% dan orientasi tujuan 88.5%. Namun indikator *goal setting* menunjukkan sebagian besar dalam kategori buruk sebesar 55%.

5.2.5 *Self control*Tabel 5.5 Distribusi frekuensi *self control* siswa SMP Kota Surabaya

<i>Self control</i>		Jumlah					%
		\bar{X}	SD	min	max	Σ	
Kontrol perilaku	Kurang	11,60	2,81	4	19	189	47,3
	Cukup					176	44
	Baik					35	8,7
Total						400	100
Kontrol kognitif	Kurang	9,47	2,38	3	15	146	36,5
	Cukup					180	45
	Baik					74	18,5
Total						400	100
Kontrol pengambilan keputusan	Kurang	11,98	2,84	5	20	183	45,8
	Cukup					166	41,5
	Baik					51	12,7
Total						400	100

Tabel 5.5 Menjelaskan gambaran *self control* siswa SMP di Surabaya.

Kontrol perilaku dan kontrol pengambilan keputusan siswa SMP di Surabaya sebagian besar dalam kategori kurang yaitu masing-masing sebesar 47.3% dan 45.8%. Sedangkan Gambaran kontrol kognitif sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebesar 45%.

5.2.6 Distribusi frekuensi variabel independen terhadap *self control*Tabel 5.6 distribusi frekuensi kontrol perilaku orang tua terhadap aspek *self control* *Self control* remaja

	Kontrol perilaku orang tua (X1)					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Kontrol perilaku						
a. kurang	34	87	33	49,3	122	41,5
b. Cukup	5	13	34	50,7	137	46,6
c. Baik	0	0	0	0	35	11,9
Total	39	100	67	100	294	100
Kontrol kognitif						
a. kurang	33	84,6	33	49,3	80	27,2
b. Cukup	6	15,4	24	35,8	150	51
c. Baik	0	0	10	14,9	64	21,8
Total	39	100	67	100	294	100
Kontrol pengambilan keputusan						
a. kurang	35	87	32	47,8	116	39,5
b. Cukup	4	13	30	44,8	132	44,9
c. Baik	0	0	5	7,4	46	15,6
Total	39	100	67	100	294	100

Tabel 5.6 menjelaskan bahwa sebagian besar kontrol perilaku orang tua dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 73.5%. Adapun siswa dengan kontrol perilaku orang tua yang tinggi menunjukkan sebagian besar siswa mempunyai kontrol perilaku cukup sebanyak 46%, kontrol pengambilan keputusan sedang dalam kategori cukup sebanyak 51% dan kontrol pengambilan keputusan dalam kategori cukup sebanyak 44,9% . Hasil ini juga menunjukkan bahwa siswa dengan kontrol orang tua yang rendah berdampak tidak adanya kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan yang baik pada remaja.

Tabel 5.7 distribusi frekuensi kontrol psikologi orang tua terhadap *self control*

<i>Self control</i> remaja	Kontrol psikologi orang tua (X2)					
	Rendah		Sedang		Tinggi	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Kontrol perilaku						
a. kurang	98	57,6	79	41,4	12	30,8
b. Cukup	64	37,8	90	47,1	22	56,4
c. Baik	8	4,7	22	11,5	5	12,8
Total	170	100	191	100	39	100
Kontrol kognitif						
a. kurang	80	47	55	28,8	11	28,2
b. Cukup	63	37	97	50,8	20	51,3
c. Baik	27	16	39	20,4	8	20,5
Total	170	100	191	100	39	100
Kontrol pengambilan keputusan						
a. kurang	104	61,2	66	34,6	13	33,3
b. Cukup	59	34,7	88	46,1	19	48,7
c. Baik	7	4,1	37	19,3	7	18
Total	170	100	191	100	39	100

Berdasarkan tabel 5.7 menyatakan bahwa sebagian besar kontrol psikologi orang tua dalam kategori sedang yaitu sebanyak 47,7%. Siswa dengan kontrol psikologi orang tua dalam kategori sedang menunjukkan sebagian besar kontrol perilaku cukup yaitu sebanyak 47,1% dan kontrol kognitif dalam kategori cukup yaitu sebanyak 50,8%. Adapun siswa dengan kontrol psikologi orang tua yang

rendah sebagian besar menunjukkan kontrol pengambilan keputusan yang kurang baik yaitu sebesar 61,2%. Hasil ini juga menunjukkan bahwa siswa dengan kontrol psikologi orang tua yang rendah mempunyai anak dengan mayoritas kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan yang buruk pula.

Tabel 5.8 distribusi frekuensi pemikiran remaja terhadap *self control*

<i>Self control</i> remaja	Pemikiran remaja (X ₂)			
	Buruk		Baik	
	Σ	%	Σ	%
Kontrol perilaku				
a. kurang	60	79	129	39,8
b. Cukup	15	19,7	161	49,7
c. Baik	1	1,3	34	10,5
Total	76	100	324	100
Kontrol kognitif				
a. kurang	39	51,3	107	33
b. Cukup	36	47,4	144	44,4
c. Baik	1	1,3	73	22,6
Total	76	100	324	100
Kontrol pengambilan keputusan				
a. kurang	62	81,6	121	37,4
b. Cukup	14	18,4	152	46,9
c. Baik	0	0	51	15,7
	76	100	324	100

Berdasarkan 5.8 menyatakan bahwa sebagian besar siswa SMP di Kota Surabaya mempunyai pemikiran yang baik yaitu sebanyak 81%. Adapun siswa dengan pemikiran yang baik menunjukkan mayoritas mempunyai control perilaku cukup baik yaitu sebanyak 49,7%, control kognitif cukup baik sebanyak 44% dan control pengambilan keputusan cukup baik yaitu sebanyak 46,9%. Hasil ini juga menunjukkan bahwa siswa yang mempunyai pikiran yang buruk sebagian besar mempunyai kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan yang kurang baik.

5.2.7 Kecanduan *smartphone*Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Kecanduan *Smartphone* Siswa SMP Kota Surabaya

Kecanduan <i>smartphone</i>		Jumlah					
		\bar{x}	<i>SD</i>	min	max	Σ	%
Orientasi cyberspace	Ringan	5.15	1.33	2	8	107	26.7
	Sedang					250	63.5
	Berat					43	10.8
Total						400	100
Gangguan aktivitas	Ringan	5.63	1.37	2	8	98	24.5
	Sedang					210	52.5
	Berat					92	23
Total						400	100
Antisipasi positif	Ringan	2.63	0.72	1	4	162	40.5
	Sedang					203	50.8
	Berat					35	8.7
Total						400	100
withdrawal	Ringan	3.09	0.81	1	4	94	23.5
	Sedang					232	58
	Berat					74	18.5
Total						400	100
Penggunaan berlebihan	Ringan	4.76	1.56	2	8	182	45.5
	Sedang					171	42.8
	Berat					47	11.7
Total						400	100
toleransi	Ringan	4.67	1.44	2	8	204	51
	Sedang					153	38.2
	Berat					43	10.8
Total						400	100

Berdasarkan tabel 5.9 menjelaskan bahwa gambaran withdrawal, gangguan aktivitas, antisipasi positif dan orientasi cyberspace sebagian besar menunjukkan kategori sedang, dimana presentasi masing-masing secara berurutan yaitu 63.5%, 52.5%, 50.8% dan 58%. Sedangkan gambaran penggunaan berlebihan dan toleransi pada *smartphone* sebagian besar dalam kategori ringan. Selain itu semua indikator dengan kategori berat menunjukkan presentase paling sedikit.

5.2.8 Distribusi frekuensi *self control* terhadap kecanduan *smartphone*Tabel 5.10 Distribusi frekuensi *self control* terhadap kecanduan *smartphone*

Kecanduan <i>smartphone</i>	<i>Self control</i> (Y1)					
	Kurang		Cukup		Baik	
	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Orientasi cyberspace						
a. Ringan	18	12,5	67	30,3	22	62,9
b. Sedang	102	70,8	136	61,6	12	34,2
c. Berat	24	16,7	18	8,1	1	2,9
Total	144	100	221	100	35	100
Gangguan aktivitas						
a. Ringan	19	13,1	63	28,5	16	45,7
b. Sedang	80	55,6	117	52,9	13	37,2
c. Berat	45	31,3	41	18,6	6	17,1
Total	144	100	221	100	35	100
Antisipasi positif						
a. Ringan	39	27,1	104	47,1	19	54,2
b. Sedang	87	60,4	101	45,7	15	42,9
c. Berat	18	12,5	16	7,2	1	2,9
Total	144	100	221	100	35	100
Withdrawal						
a. Ringan	14	9,7	60	27,1	20	57,1
b. Sedang	85	59	132	59,8	15	42,9
c. Berat	45	31,3	29	13,1	0	0
Total	144	100	221	100	35	100
Penggunaan berlebihan						
a. Ringan	37	25,7	113	51,2	32	91,4
b. Sedang	73	50,7	96	43,4	2	5,7
c. Berat	34	23,6	12	5,4	1	2,9
Total	144	100	221	100	35	100
Toleransi						
a. Ringan	35	24,3	135	61,1	34	97,1
b. Sedang	85	59	68	30,8	0	0
c. Berat	24	16,7	18	8,1	1	2,9
Total	144	100	221	100	35	100

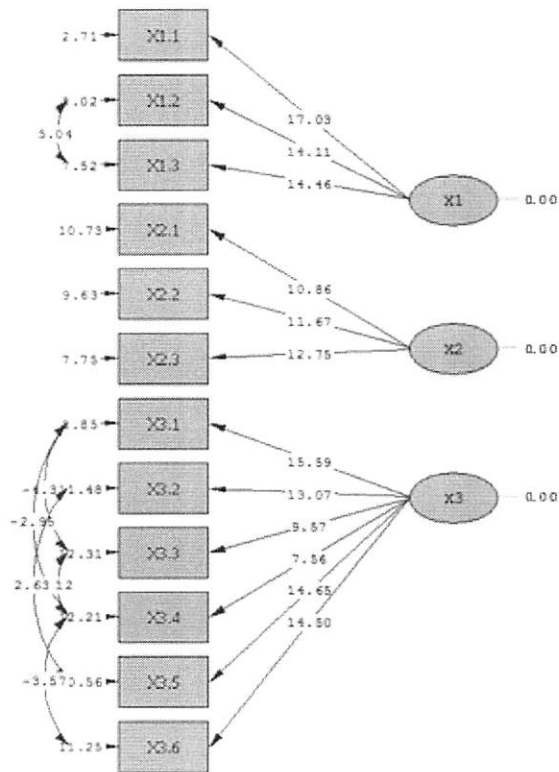
Tabel 5.10 menjelaskan bahwa sebagian besar *self control* remaja dalam kategori cukup baik. Adapun *self control* remaja dalam kategori cukup baik sebagian besar mempunyai membunyai orientasi cyberspase, gangguan aktivitas, withdrawal dalam kategori sedang dan antisipasi positif, penggunaan berlebihan, toleransi dalam kategori ringan. Hasil ini juga menunjukkan bahwa siswa yang mempunyai *self control* yang tinggi hanya sedikit yang menunjukkan indikator kecanduan *smartphone* dalam kategori berat.

5.3 Analisis Model Pengukuran

5.3.1 Laten variabel eksogen

a. Analisis validitas model pengukuran

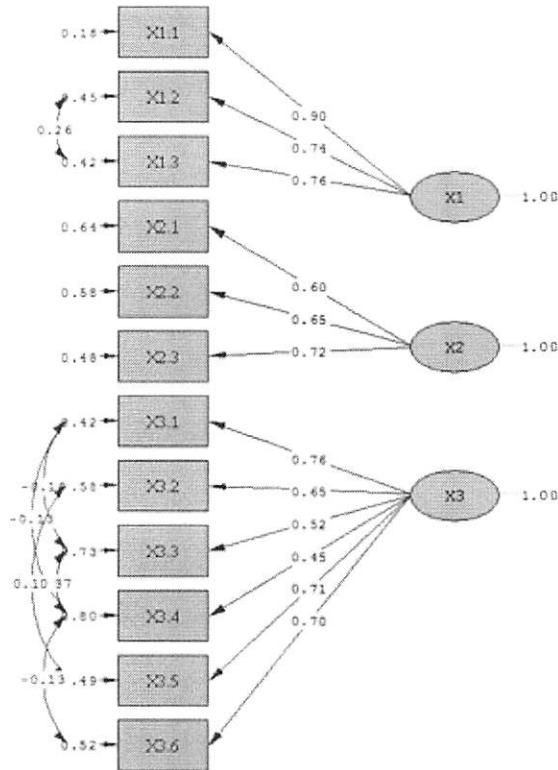
1) Memeriksa *t-value* dari *standardized loading factor* (λ)



Chi-Square=119.55, df=45, P-value=0.00000, RMSEA=0.064

Gambar 5.1 Path variabel eksogen (*t-value*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Berdasarkan hasil *output* LISREL 8.80 di atas dapat dilihat bahwa persamaan pengukuran untuk koefisien Eksogen masing-masing indikator memiliki *t-value* ≥ 1.96 yang berarti bahwa indikator-indikator Eksogen semuanya valid dan signifikan secara statistik dengan tingkat signifikansi sebesar 5%. dan tidak perlu ada pembuangan indikator.

2) Memeriksa nilai *standardized loading factor* (λ)

Chi-Square=119.55, df=45, P-value=0.00000, RMSEA=0.064

Gambar 5.2 Path variabel eksogen (*standardized Solution*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Berdasarkan Gambar 5.2 di atas dapat dilihat bahwa *standardized loading factor* (λ) variabel indikator yang paling dominan terdapat pada variabel Eksogen kontrol perilaku orang tua yaitu pada X1.1 (perhatian) dengan nilai *standardized loading factor* sebesar 0.90. Indikator yang paling dominan terdapat pada variabel eksogen kontrol psikologi orang tua yaitu pada X2.3 (tuntutan orang tua) yaitu sebesar 0.72. Indikator yang paling dominan terdapat pada variabel eksogen pemikiran yaitu pada X3.1 atau pada indikator *goal setting*, hal ini terlihat dari

standardized loading factor yang lebih besar dari lainnya yaitu sebesar 0.76.

b. Analisis reliabilitas model

Tabel 5.11 reliabilitas variabel laten eksogen

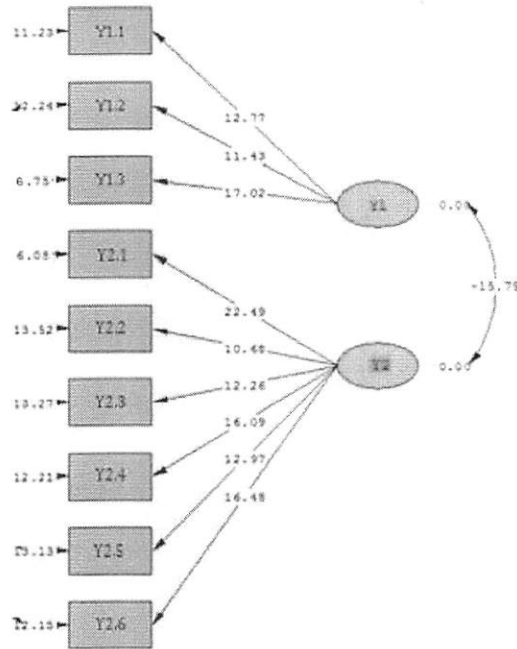
Indikator	SLF	Error	Construct Reliability					
			$\sum SLF$	$(\sum SLF)^2$	$\sum SLF^2$	$\sum error$	Nilai CR	Nilai VE
Kontrol Perilaku Orang Tua								
X1.1	0.9	0.190						
X1.2	0.74	0.452	2.400	5.760	1.935	1.065	0.844	0.645
X1.3	0.76	0.422						
Kontrol Psikologi Orang Tua								
X2.1	0.6	0.640						
X2.2	0.65	0.578	1.970	3.881	1.301	1.699	0.696	0.434
X2.3	0.72	0.482						
Pemikiran								
X3.1	0.76	0.422						
X3.2	0.65	0.578						
X3.3	0.52	0.730	3.790	14.364	2.467	3.533	0.803	0.411
X3.4	0.45	0.798						
X3.5	0.71	0.496						
X3.6	0.7	0.510						

Berdasarkan tabel 5.10 bahwa nilai dari *construct reliability* secara keseluruhan pada eksogen adalah diatas 0.70. Syarat reliabilitas yang baik adalah jika memiliki nilai *Construct Reliability* ≥ 0.60 . Sedangkan *varians extracted* merupakan opsional dalam menentukan tingkat reliabilitas laten variable masing-masing melebihi 40% pada variabel Eksogen. Hal ini menunjukkan bahwa reliabilitas model pengukuran ini konstruk eksogen (kontrol perilaku dan kontrol psikologi orang tua) didukung oleh data yang diperoleh.

5.3.2 Laten variabel endogen

a. Analisis validitas model pengukuran

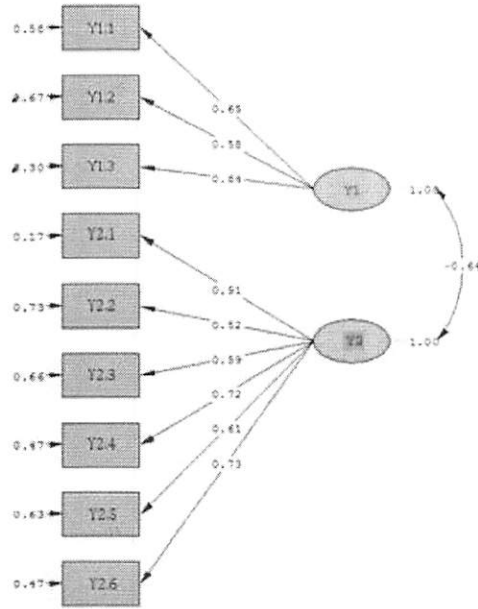
1) Memeriksa t-value dari standardized loading factor (λ)



Chi-Square=94.25, df=24, P-value=0.00000, RMSEA=0.079

Gambar 5.3 Path variabel endogen (*t-value*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Berdasarkan gambar 5.3 dapat dilihat bahwa persamaan pengukuran untuk koefisien Endogen masing-masing indikator memiliki *t-value* ≥ 1.96 yang berarti bahwa indikator-indikator Endogen semuanya valid dan signifikan secara statistik dengan tingkat signifikansi sebesar 5%. dan tidak perlu ada pembuangan indikator.

2) Memeriksa nilai *standardized loading factor* (λ)

Chi-Square=84.25, df=24, P-value=0.00000, RMSEA=0.079

Gambar 5.4 Path Variabel Endogen (*Standardized Solution*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Berdasarkan Gambar 5.4 di atas dapat dilihat bahwa *standardized loading factor* (λ) variabel indikator yang paling dominan terdapat pada variabel endogen *Self control* yaitu pada Y1.3 yaitu pada kontrol perilaku hal ini terlihat dari *standardized loading factor* yang lebih besar dari lainnya yaitu sebesar 0.84. Indikator yang paling dominan pada variabel endogen kecanduan *smartphone* yaitu pada Y3.1 atau pada Orientasi Cyberspace. Hal ini terlihat dari *standardized loading factor* yang lebih besar dari lainnya yaitu sebesar 0.91.

b. Analisis reliabilitas model

Tabel 5.12 reliabilitas variabel endogen

Indikator	SLF	Error	Construct Reliability					
			$\sum SLF$	$(\sum SLF)^2$	$\sum SLF^2$	$\sum error$	Nilai CR	Nilai VE
<i>Self control</i>								
Y1.1	0.65	0.578						
Y1.2	0.58	0.664	2.070	4.285	1.465	1.536	0.736	0.488
Y1.3	0.84	0.294						
<i>Kecanduan Smartphone</i>								
Y2.1	0.91	0.172						
Y2.2	0.52	0.730						
Y2.3	0.59	0.652	4.080	16.646	2.870	3.130	0.842	0.478
Y2.4	0.72	0.482						
Y2.5	0.61	0.628						
Y2.6	0.73	0.467						

Berdasarkan tabel 5.11 bahwa nilai dari *construct reliability* secara keseluruhan pada Endogen adalah lebih dari 0,70. Syarat reliabilitas yang baik adalah jika memiliki nilai *Construct Reliability* ≥ 0.60 . Sedangkan *varians extracted* merupakan opsional dalam menentukan tingkat reliabilitas laten variable masing-masing lebih dari 40% pada variable Endogen. Hal ini menunjukkan bahwa reliabilitas model pengukuran ini konstruk Endogen didukung oleh data yang diperoleh.

5.4 Analisis Model Struktural

Setelah melakukan perhitungan dan analisis terhadap *Confirmatory Factor Analysis* (CFA), maka dapat diukur *latent score variabel* (LVS) untuk masing-masing dimensi guna direduksi menjadi indikator pada setiap variabel. Analisis terhadap model struktural mencakup uji kecocokan keseluruhan model.

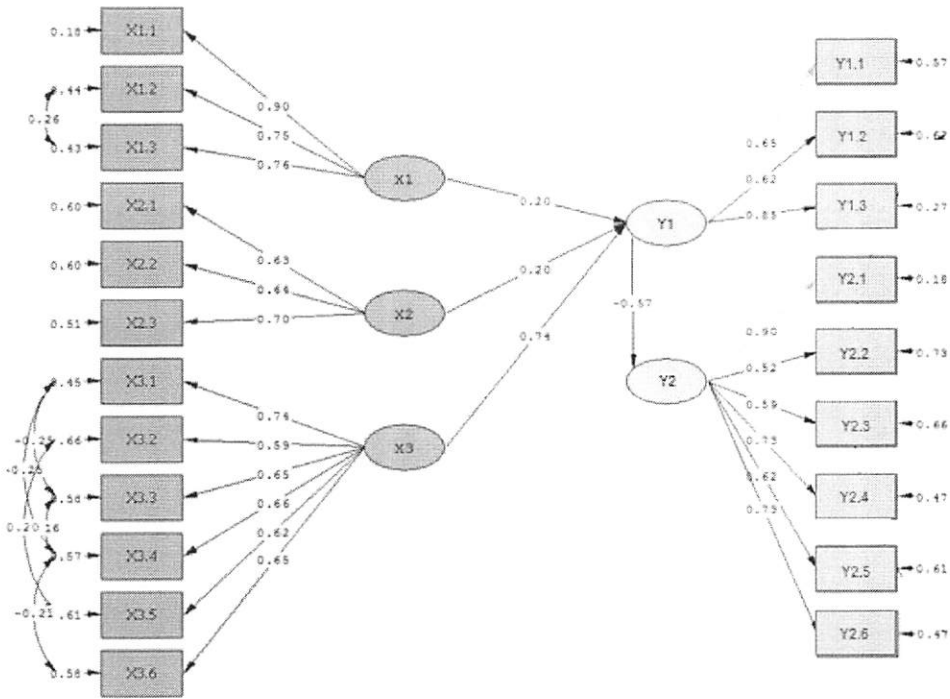
Tabel 5.13 *Goodness of Fit Structural Equation Model (SEM)*

Ukuran GoF	Nilai	Tingkat Kecocokan
χ^2/df	3.05	GoodFit
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)	0.072	Good Fit
Non-Normed Fit Index (NNFI)	0,95	Good Fit
Normed Fit Index (NFI)	0.96	Good Fit
Relative Fit Index (RFI)	0.92	Good Fit
Incremental Fit Index (IFI)	0,94	Good Fit
Comparative Fit Index (CFI)	0,94	Good Fit

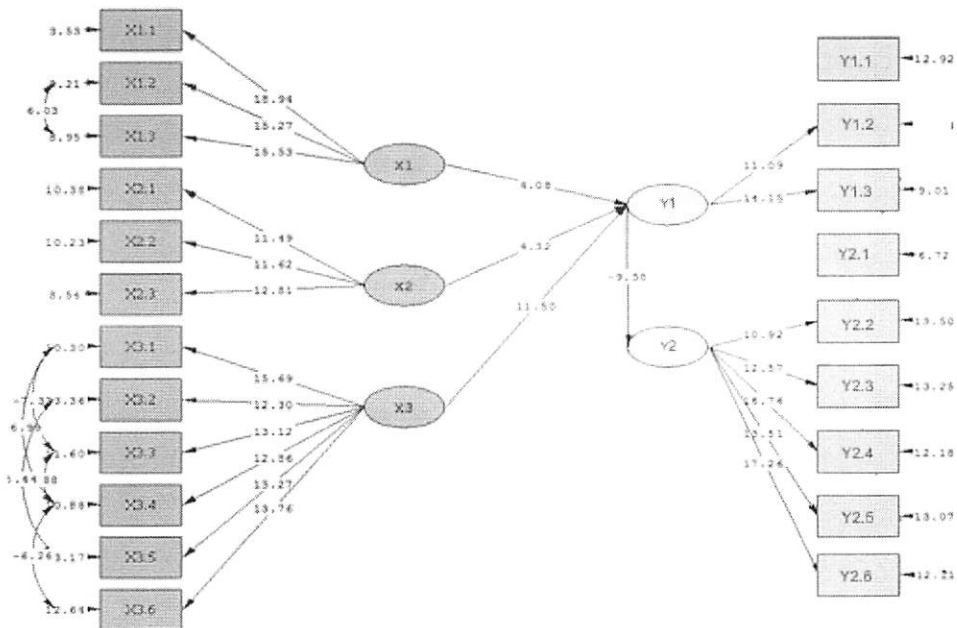
Tabel 5.13 menyatakan bahwa nilai χ^2/df sebesar 3,05 yang masuk ke dalam kategori *good fit* karena masih dibawah 5. Nilai RMSEA, NFI, dan RFI NNFI, IFI, dan CFI semuanya masuk ke dalam kategori *good fit*. Jadi dapat disimpulkan bahwa kecocokan keseluruhan model sudah sangat baik.

5.5 Analisis Hubungan Kausal

Setelah menganalisis hasil dari *goodness of fit* model penelitian, selanjutnya dilakukan analisis hubungan kausal pada model. Pengujian statistik untuk hubungan kausal model struktural ini dilakukan dengan tingkat signifikansi 5% sehingga nilai kritis dari *t-value* adalah ± 1.96 . Hasil estimasi semua hubungan kausal penelitian bisa dilihat pada hasil *output* LISREL 8.80 pada gambar di bawah ini:



Gambar 5.5 Model Struktural (*standardized solution*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* siswa SMP di Surabaya



Gambar 5.6 Model struktural (*t-value*) pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Tabel 5.5 dan 5.6 menjelaskan model persamaan kausal, dimana variabel X1,X2,dan X3 berpengaruh positif terhadap *self control*. Variabel X3 yaitu pemikiran merupakan variabel paling dominan yang menjelaskan variabel *self control*. Nilai t hitung menunjukkan semua variabel $> 1,96$ yang berarti bahwa terdapat 5 koefisien lintasan yang signifikan dan tidak ada koefisien lintasan yang tidak signifikan. *Self control* menghubungkan variabel kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran terhadap kecanduan *smartphone*. Semua variabel berpengaruh negatif terhadap kecanduan *smartphone*.

5.6 Pengujian Hipotesis

5.6.1 Pengaruh langsung

Seperti sudah dijelaskan pada bab sebelumnya, dalam penelitian ini terdapat 4 (empat) hipotesis pada pengaruh langsung. Analisis pengujian hipotesis dilakukan dengan tingkat signifikansi 5%, sehingga menghasilkan *critical t-value* sebesar ± 1.96 . Hipotesis diterima apabila *t-value* yang didapat ≥ 1.96 , sedangkan hipotesis tidak didukung apabila *t-value* yang didapat < 1.96 . berikut ini adalah tabel dari pengujian hipotesis untuk menjawab keseluruhan pertanyaan penelitian:

Tabel 5.14 Pengujian Hipotesis pengembangan model *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Hipotesis	Pernyataan	R ²	Y	T-Hitung	T-Tabel	Keterangan
H ₁	Kontrol Perilaku Orang Tua berpengaruh terhadap <i>Self control</i>		0,20	4.08	1,96	Significant
H ₂	Kontrol Psikologi Orang Tua berpengaruh terhadap <i>Self control</i>	0,89	0.20	4.32		Significant

H ₃	Pemikiran terhadap <i>Self control</i>	berpengaruh	0,74	11,50	Significant
H ₄	<i>Self control</i> terhadap <i>Smartphone</i>	berpengaruh Kecanduan	0,33	-0,57	Significant

Berdasarkan tabel 5.13 di atas yang berisi kesimpulan hasil hipotesis model penelitian dimana semua hipotesis dinyatakan signifikan, adapun hasil hipotesis dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

a. H₁: Kontrol Perilaku Orang Tua memiliki pengaruh positif terhadap *Self control*

Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* berupa *t-value* sebesar 4.08. Hasil *t-value* yang ditunjukkan oleh hipotesis 1 adalah lebih besar dari 1.96, maka dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol perilaku orang tua berpengaruh positif terhadap *self control* secara signifikan. Dengan demikian, hipotesis 1 dapat diterima dan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol perilaku orang tua yang dirasakan responden, maka *self control* akan semakin baik pula.

b. H₂: Kontrol Psikologi Orang Tua memiliki pengaruh positif terhadap *Self control*

Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* berupa *t-value* sebesar 4.32. Hasil *t-value* yang ditunjukkan oleh hipotesis 2 adalah lebih besar dari 1.96, maka dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol psikologi orang tua berpengaruh positif terhadap *self control* secara signifikan. Dengan demikian, hipotesis 2 dapat diterima

dan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol psikologi orang tua yang dirasakan responden, maka *self control* akan semakin baik pula.

c. H₃: Pemikiran memiliki pengaruh positif terhadap *Self control*

Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* berupa *t-value* sebesar 11.50. Hasil *t-value* yang ditunjukkan oleh hipotesis 1 adalah lebih besar dari 1.96, maka dapat disimpulkan bahwa variabel pemikiran berpengaruh positif terhadap *self control* secara signifikan. Dengan demikian, hipotesis 3 dapat diterima dan dapat disimpulkan bahwa semakin baik pemikiran yang dirasakan Responden, maka *self control* akan semakin baik pula.

d. H₄: *Self control* memiliki pengaruh positif terhadap *Kecanduan Smartphone*

Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* berupa *t-value* sebesar -9,58. Hasil *t-value* yang ditunjukkan oleh hipotesis 4 adalah lebih besar dari 1.96, maka dapat disimpulkan bahwa variabel *self control* berpengaruh negative terhadap kecanduan *smartphone* secara signifikan. Dengan demikian, hipotesis 4 dapat diterima dan dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self control* yang dirasakan responden, maka kecanduan *smartphone* akan semakin berkurang pula.

5.6.2 Pengaruh tidak langsung

Dalam penelitian ini terdapat 3 hipotesis untuk pengaruh tidak langsung. Analisis pengujian hipotesis dilakukan dengan tingkat signifikansi 5%, sehingga

menghasilkan *critical t-value* sebesar ± 1.96 . Hipotesis diterima apabila *t-value* yang didapat ≥ 1.96 , sedangkan hipotesis tidak didukung apabila *t-value* yang didapat < 1.96 . berikut ini adalah tabel dari pengujian hipotesis untuk menjawab pengaruh tidak langsung.

Tabel 5.15 Pengujian hipotesis model penelitian pengaruh tidak langsung (t-hitung)

Hipotesis	Intervening
Pengaruh Variabel Tidak Langsung (thitung)	T total
Kontrol Perilaku orang tua \rightarrow <i>self control</i> \rightarrow kecanduan <i>smartphone</i>	-3.97
Kontrol Psikologi Orang Tua \rightarrow <i>self control</i> \rightarrow kecanduan <i>smartphone</i>	-4.19
Pemikiran remaja \rightarrow <i>self control</i> \rightarrow kecanduan <i>smartphone</i>	-9.59

Berdasarkan table 5.15 di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 3 (tiga) pengaruh tidak langsung yang signifikan berdasarkan nilai t-hitung yang lebih besar dari tabel $\alpha=5\%$ (1.96) yaitu. Pengaruh kontrol perilaku orang tua berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana merujuk pada tabel dan output nilai t-hitungnya sebesar -3.97 yang lebih besar dari 1.96, dan bobot pengaruhnya sebesar -0,12 yang artinya *self control* dapat memediasi secara negative pengaruh kontrol perilaku orang tua terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.12.

Pengaruh kontrol psikologi orang tua berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana merujuk pada tabel dan output nilai t-hitungnya sebesar -4,19 yang lebih besar dari 1.96, dan bobot pengaruhnya sebesar -0,11 yang artinya *self control* dapat memediasi secara negative pengaruh kontrol psikologi orang tua terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.11.

Pengaruh pemikiran berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana merujuk pada tabel dan output nilai t-hitungnya sebesar -9.59 yang lebih besar dari 1.96, dan bobot pengaruhnya sebesar -0,43 yang berarti *self control* dapat memediasi secara negative pengaruh pemikiran terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.43.

BAB 6

PEMBAHASAN

BAB 6

PEMBAHASAN

6.1 Kontrol Perilaku Orang Tua Terhadap *Self control*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol perilaku orang tua berpengaruh positif terhadap *self control*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Li (2013) pada remaja di Cina yang didapatkan bahwa kontrol perilaku orang tua berpengaruh positif terhadap *self control* remaja. Wang (2016) berpendapat bahwa kontrol perilaku orang tua yang tinggi mampu meningkatkan perkembangan pada masa remaja terutama dalam hal kemandirian. Upaya kontrol orang tua secara langsung akan berdampak terhadap adaptasi remaja khususnya pada remaja awal (Finkenauer, & Baumeister, 2005). Kontrol perilaku orang tua diberikan dalam tiga bentuk seperti dukungan atau perhatian (dorongan menghadapi kegagalan), pembatasan seperti menerapkan kedisiplinan dan pemantauan atau pengawasan seperti mengawasi apa yang remaja lakukan (Wang et al., 2016). Bentuk kontrol perilaku orang tua akan menumbuhkan rasa tanggung jawab. Remaja akan menilai terlebih dahulu baik buruknya tindakan yang akan dilakukan. Selain itu kontrol perilaku juga dapat mencegah perilaku menyimpang melalui pembatasan dan pengawasan terhadap remaja. Keberhasilan kontrol perilaku orang tua akan terlihat dari perilaku remaja yang ditandai dengan peningkatan *self control* terhadap perilaku menyimpang.

Secara umum sebagian besar kontrol perilaku orang tua dalam kategori tinggi. Hal ini terlihat dari tabel 5.3 yang menjelaskan sebaran kontrol perilaku orang tua terhadap aspek-aspek *self control* remaja. Siswa dengan kontrol perilaku

orang tua yang tinggi sebagian besar mempunyai kontrol perilaku sedang sebanyak 137 siswa, kontrol kognitif sebanyak 150 siswa dan kontrol pengambilan keputusan dalam kategori sedang yaitu sebanyak 132 siswa. Namun masih banyak siswa dengan kontrol perilaku orang tua yang tinggi menunjukkan aspek *self control* yang rendah yaitu pada aspek kontrol perilaku dan kontrol pengambilan keputusan. Hasil penelitian Haug (2015) menunjukkan bahwa kurangnya *self control* terhadap kecanduan *smartphone* lebih banyak terjadi pada remaja yang tinggal jauh dari orang tua. Selain itu, kecanduan *smartphone* juga terjadi pada remaja dengan orang tua yang mengalami kecanduan *smartphone* (Kim, Min, Min, Lee, & Yoo, 2018). Hal ini mungkin berkaitan dengan pemahaman orang tua terkait *smartphone*. Penilaian positif orang tua terhadap *smartphone* berdampak pada tidak ada pembatasan orang tua khususnya dalam penggunaan *smartphone* pada remaja. Hal inilah yang menyebabkan masih banyaknya kontrol perilaku dan pengambilan keputusan siswa SMP yang rendah meskipun kontrol perilaku orang tua dalam kategori tinggi.

Kontrol perilaku orang tua digambarkan dengan perhatian, pembatasan dan pengawasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perhatian orang tua terhadap remaja sebagian besar dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 66.2%. Tingginya perhatian orang tua menggambarkan bentuk dukungan orang tua dalam hal mengajarkan perilaku yang sesuai sudah sangat baik. Aspek perhatian merupakan salah satu aspek kontrol perilaku orang tua dalam bentuk dukungan seperti nasehat, usulan, saran, petunjuk, dan pemberian informasi (Friedman & Jones, 2010). Perhatian orang tua terhadap siswa SMP di Surabaya dilakukan dalam bentuk

mengajarkan pemanfaatan waktu luang, menanyakan dan mendiskusikan kegiatan remaja yang disenangi, dan memberi contoh kegiatan positif yang dapat dilakukan siswa. Bentuk perhatian yang diberikan orang tua khususnya pada anak yang baru memasuki fase remaja awal ini sangat diperlukan, hal ini karena pada remaja awal masih mengalami kebingungan dan membutuhkan petunjuk sebagai jalan pemecahan masalah. Remaja akan mampu menilai mana yang lebih penting menyelesaikan tugas atau bermain *smartphone*. Keberhasilan perhatian kontrol perilaku orang tua terhadap pemakaian *smartphone* akan terlihat saat remaja memilih mengerjakan tugas sekolah dari pada bermain *smartphone* terlebih dahulu.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar aspek pembatasan dan pengawasan pada siswa SMP di Surabaya masing-masing sebanyak 74% dalam kategori tinggi. Pola asuh orang tua seperti kontrol perilaku pada remaja berbanding lurus dengan fungsi perkembangan anak yang memasuki fase remaja (Wang et al., 2016). Pembatasan dan pengawasan orang tua dilakukan untuk mengidentifikasi apabila ada perilaku remaja yang tidak sesuai (Xia et al., 2015). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Chun (2018) pada remaja di Korea Selatan menunjukkan bahwa pembatasan penggunaan *smartphone* merupakan salah satu intervensi yang dapat menekan terjadinya resiko kecanduan *smartphone* pada remaja. Remaja awal cenderung melakukan tindakan yang mereka anggap menyenangkan sehingga remaja seringkali mengalami *lost control* (Haug et al., 2015). Pembatasan orang tua dalam penelitian ini adalah larangan pulang terlalu larut malam atau ijin saat pulang terlambat. Pengawasan orang tua dilakukan dalam bentuk mengobservasi teman bergaul dan tindakan apa yang sedang dilakukan oleh

remaja. Kontrol yang dilakukan orang tua dalam bentuk pembatasan dan pengawasan bertujuan untuk mencegah remaja dalam melakukan tindakan yang menyimpang. Hal ini tidak terlepas dari proses tumbuh kembang remaja, dimana pada usia remaja akan muncul dorongan-dorongan untuk melakukan sesuatu hal baru. Kecenderungan perilaku remaja didasari oleh kesenangan saja atau mengikuti trend serta agar mendapat pengakuan dari lingkungannya. Begitupun dorongan dalam menggunakan *smartphone* untuk mendapatkan kesenangan saja. Pembatasan penggunaan *smartphone* akan menekan frekuensi remaja untuk berinteraksi dengan *smartphone*, sehingga penggunaan *smartphone* dapat terkontrol.

6.2 Kontrol Psikologi Orang Tua Terhadap *Self control*

Kontrol psikologi orang tua merupakan pengendalian psikologi yang dilakukan orang tua terhadap remaja. Kontrol psikologi orang tua digambarkan oleh tiga aspek yaitu menyalahkan, penarikan kasih sayang dan tuntutan orang tua. Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* berupa *t-value* sebesar 4.32, maka dapat disimpulkan bahwa variabel kontrol psikologi orang tua berpengaruh positif terhadap *self control* secara signifikan.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Li (2013) pada remaja di Cina yang menyatakan bahwa kontrol psikologi orang tua berdampak negatif pada *self control* remaja. Wang (2016) melakukan penelitian yang membandingkan kontrol perilaku dan kontrol psikologi pada remaja awal di Cina dan Amerika dan menunjukkan hasil bahwa kontrol psikologi orang tua akan memperlambat kematangan emosional remaja. Namun pada perkembangan

selanjutnya remaja dengan kontrol psikologi yang rendah di Amerika menunjukkan kematangan emosi, tujuan, dan strategi belajar yang lebih baik dibandingkan di Cina. Hal ini disebabkan perbedaan budaya dimana kebebasan di Amerika cenderung akan meningkatkan kemampuan remaja, dan di Cina tidak (Q. Wang et al., 2016). Santrock (2011) mengungkapkan bahwa pola asuh otoriter dan kontrol psikologi orang tua berdampak positif pada anak di budaya timur karena menanamkan sikap tanggung jawab. Indonesia mempunyai budaya bahwa patuh kepada orang tua merupakan kewajiban setiap anak (Dharma, & Surakarta, 2016).

Perbedaan pengaruh kontrol psikologi orang tua pada *self control* remaja disebabkan karena perbedaan budaya di setiap negara. Kontrol psikologi orang tua dianggap sebagai salah satu pola asuh yang efektif untuk mencegah perilaku menyimpang pada anak. Selain itu, anggapan patuh terhadap orang tua merupakan salah satu bakti seorang anak kepada orang tua menjadi pertimbangan tersendiri bagi remaja. Mayoritas siswa SMP di Surabaya beragama Islam, dimana menuruti perintah orang tua adalah kewajiban di dalam Islam yang harus dipatuhi supaya tidak dianggap sebagai anak durhaka. Hal inilah yang menjelaskan pengaruh kontrol psikologi orang tua berdampak positif terhadap *self control* remaja.

Menyalahkan dan penarikan kasih sayang pada remaja merupakan bentuk kontrol psikologi orang tua yang saling berkaitan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar menyalahkan dan penarikan kasih sayang orang tua dalam kategori rendah. Menyalahkan semua perilaku dan penarikan kasih sayang kepada remaja akan menghambat perkembangan dan menurunkan kepercayaan diri remaja (Li et al., 2013). Salah satu ciri dari remaja awal yaitu ketidakstabilan dan

mengalami kebingungan sehingga orang tua berperan dalam pembentukan kepribadian (Sarwono, 2012). Orang tua mempunyai peranan dalam perkembangan remaja melalui dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional (Friedman & Jones, 2010). Menyalahkan yang dilakukan orang tua seperti menumbuhkan rasa bersalah saat gagal, mengungkit-ngungkit kesalahan remaja dan membandingkan dengan orang lain sudah jarang dilakukan oleh orang tua pada siswa SMP di Surabaya. Begitu pula dengan penarikan kasih sayang seperti memarahi remaja saat tidak menuruti perintah atau melakukan kesalahan dan menghukum remaja saat melakukan kesalahan sudah jarang dilakukan. Hilangnya menyalahkan dan penarikan kasih sayang pada remaja awal justru menurunkan *self control* remaja. Menyalahkan dan penarikan kasih sayang yang rendah membuat remaja tidak ada tekanan atau batasan dalam hal berperilaku yang dianggap menyenangkan. Proses kontrol psikologi orang tua dalam hal menyalahkan dan penarikan kasih sayang ini sebenarnya dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab dan penilaian terhadap kontrol psikologi yang dilakukan orang tua merupakan efek dari kesalahan yang dilakukan. Sehingga apabila menyalahkan dan penarikan kasih sayang rendah maka akan menurunkan *self control* remaja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tuntutan orang tua masuk dalam kategori rendah yaitu sebanyak 51.8%. Tuntutan orang tua merupakan salah satu bentuk kontrol psikologi orang tua terhadap remaja (Li et al., 2013). Berdasarkan penelitian Wang (2016) bahwa tuntutan orang tua di negara Amerika dan Cina pada remaja dari waktu-kewaktu menunjukkan perbedaan terhadap perkembangan remaja. Tuntutan orang tua di Cina menunjukkan efek yang lebih

lemah terhadap perkembangan remaja dimana salah satunya yaitu *self control* dibandingkan tuntutan orang tua pada remaja di Amerika (Q. Wang et al., 2016). Kontrol dan tuntutan orang tua hanya efektif dilakukan pada remaja awal dan remaja perempuan (Lee et al., 2016). Bentuk tuntutan orang tua terhadap remaja pada penelitian ini yaitu mewajibkan remaja untuk menuruti semua perintah orang tua dan remaja tidak mempunyai kebebasan dalam memilih kegiatan yang disenangi. Hasil penelitian ini menunjukkan efek yang berkebalikan dengan penelitian sebelumnya. Hal ini disebabkan karena perbedaan budaya antar negara. Tuntutan orang tua yang rendah justru menurunkan *self control* remaja. Patuh terhadap orang tua merupakan kewajiban setiap anak. Sehingga semua perintah orang tua cenderung akan dipatuhi oleh remaja. Selain itu sebagian besar siswa SMP di Surabaya berjenis kelamin perempuan dan tergolong remaja muda yang cenderung patuh terhadap perintah orang tua. Tidak adanya tuntutan orang tua pada remaja akan membuat remaja kebingungan dan tidak ada kendali dalam berperilaku sehingga akan mudah untuk berperilaku menyimpang seperti kecanduan *smartphone*.

Secara umum kontrol psikologi orang tua membatasi perkembangan remaja untuk mencapai keadaan yang mandiri (Finkenauer, & Baumeister, 2005). Namun kontrol psikologi orang tua dapat diartikan berbeda-beda secara subjektif oleh setiap remaja (Khoirunnisa, Fitria, & Rofi, 2015). Remaja awal baru memasuki fase peralihan dan cenderung masih belum mempunyai tingkat kematangan yang cukup dan stabilitas emosi yang masih kurang (Haug et al., 2015). Kontrol psikologi orang tua yang tinggi akan meningkatkan *self control* remaja awal karena pada fase ini

remaja belum mampu mengendalikan diri. Peningkatan *self control* ini akan mencegah perilaku-perilaku menyimpang seperti kecanduan *smartphone*. Namun apabila kontrol psikologi orang tua yang tinggi terus dilakukan akan berdampak pada perkembangan remaja khususnya akan berdampak pada perkembangan emosional dan kehilangan *self control* pada remaja.

6.3 Pengaruh Pemikiran Remaja Terhadap *Self control*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemikiran remaja berpengaruh positif terhadap *self control* remaja dimana konstanta pengaruh pemikiran sebesar 0.74. Pemikiran remaja berpengaruh paling dominan terhadap *self control* dibandingkan kontrol perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua. Pemikiran remaja merupakan tahap awal dalam pengaturan diri (Zimmerman, 2000). Penelitian yang dilakukan oleh Chun (2018) pada remaja di Korea Selatan menunjukkan bahwa kesadaran diri dan pengaturan diri merupakan faktor paling dominan dalam mengatasi kecanduan *smartphone* pada remaja. Tahap ini remaja akan menentukan tujuan dan upaya untuk mengatur kognitif, motivasi dan perilaku yang disesuaikan dengan kondisi lingkungan sekitar (Daniela, 2015). Pemikiran menjadi motivasi diri dalam mencapai hasil yang diinginkan tanpa ada paksaan (Daniela, 2015). Anggapan sebagai pemenuhan kebutuhan merupakan penyebab terjadinya kejadian kecanduan *smartphone* pada remaja (C. Lee & Lee, 2017). Tahap pemikiran pada remaja akan dimulai dengan penentuan tujuan yang ingin dicapai seperti menjalin hubungan dengan teman sebaya dan meningkatkan prestasi akademik. Peningkatan kecanduan *smartphone* pada remaja terjadi sebagai upaya yang dilakukan remaja untuk memenuhi kebutuhan. Siswa di Surabaya menggunakan *smartphone* sebagai

cara untuk memperoleh kesenangan yaitu melalui media social dan bermain game. Meningkatkan frekuensi dan durasi pemakaian *smartphone* menjadi cara yang dianggap mampu memenuhi kebutuhan pemakaian *smartphone* untuk mendapatkan kesenangan dan kepuasan.

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMP di Surabaya mempunyai pemikiran dalam kategori baik yaitu sebesar 81%. Adapun siswa dengan pemikiran dalam kategori baik ditandai dengan mempunyai tujuan seperti mendahulukan kewajiban belajar dan menjalin hubungan dengan teman sebaya. Siswa dengan pemikiran yang baik sebagian besar mempunyai kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan dalam kategori cukup. Namun masih banyak siswa SMP dengan pemikiran baik, tetapi mempunyai aspek-aspek *self control* yang kurang baik cukup banyak yaitu aspek kontrol perilaku sebanyak 39,8%, kontrol kognitif sebanyak 33% dan kontrol pengambilan keputusan 37,4%. Perilaku remaja dapat terbentuk karena adanya interaksi lingkungan dan individu (West, 2013). Pemikiran menjadi motivasi awal remaja dalam melakukan tindakan untuk mencapai tujuan. Kemampuan seperti adanya fasilitas dan anggapan kebutuhan dalam menggunakan *smartphone* berhubungan dengan pemikiran remaja dalam memotivasi penggunaan *smartphone* (P. Wang et al., 2017). Selain itu, peluang (opportunity) seperti tersedianya waktu untuk bermain *smartphone* turut berhubungan dengan pemikiran yang berpengaruh terhadap kontrol penggunaan *smartphone* pada remaja (Haug et al., 2015). Adanya siswa dengan pemikiran baik, tetapi mempunyai aspek *self control* yang rendah diduga karena ada factor lingkungan yang ikut mempengaruhi. Meskipun remaja

mempunyai pemikiran bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan itu tidak baik, tetapi anggapan kebutuhan akan penggunaan *smartphone* dan tersedianya waktu luang akan berpengaruh terhadap *self control* remaja. Kemampuan dan adanya peluang menggunakan *smartphone* inilah yang dapat menurunkan pemikiran motivasi remaja yang akan menurunkan *self control* remaja terhadap penggunaan *smartphone*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara pemikiran remaja dengan kontrol perilaku orang tua dan psikologi orang tua. Hal ini disebabkan karena remaja mulai mengembangkan pikiran-pikiran baru (Sarwono, 2012). Perkembangan pemikiran remaja digambarkan dengan kemampuan remaja untuk berfikir logis dan berfokus pada keberadaannya dan kelompoknya (Thalib, 2010). Perkembangan remaja juga dipengaruhi oleh peranan orang tua seperti penyediaan fasilitas (Friedman & Jones, 2010). Namun pengaruh peranan orang tua lebih kepada perilaku atau *self control* remaja melalui pembatasan dan penyediaan fasilitas (Chun, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Long (2016) pada remaja di Cina bahwa kecanduan *smartphone* banyak terjadi pada remaja yang memiliki pendapatan orang tua yang tinggi. Penyebab tidak adanya hubungan antara kontrol perilaku orang tua dan kontrol psikologi orang tua terhadap pemikiran remaja diduga karena perkembangan social-kognitif remaja. Remaja lebih dekat dengan teman sebaya dibandingkan orang tua dan mulai bersikap objektif dalam menafsirkan sesuatu. Adanya *self control* yang rendah terhadap kecanduan *smartphone* pada siswa dengan pemikiran yang baik diduga karena

fasilitas yang disediakan orang tua seperti fasilitas *smartphone* dan akses internet. Fasilitas ini meningkatkan kesempatan remaja untuk menggunakan *smartphone*.

Secara umum, pemikiran remaja terdiri dari 6 aspek, diantaranya yaitu *goal setting*, *planning strategy*, *self efficacy*, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar *goal setting* siswa SMP di Kota Surabaya dalam kategori buruk yaitu sebesar 55%. *Goal setting* mengacu pada hasil yang diinginkan. Secara hirarki, proses tujuan merupakan regulator proksimal dari tujuan hasil yang telah ditetapkan (Zimmerman, 2000). Tujuan utama remaja menggunakan *smartphone* lebih banyak didasari untuk memperoleh kesenangan, menghilangkan stress dan berkomunikasi dengan orang lain (Cha & Seo, 2018). Bentuk *goal setting* siswa SMP di Surabaya sebagian besar dalam kategori buruk yaitu menentukan keinginan berdasarkan kesenangan saja dan lebih mementingkan bermain dari pada mengerjakan tugas. Bermain *smartphone* menjadi kebutuhan sehari-hari yang harus dicapai. *Smartphone* dianggap remaja menjadi sesuatu yang penting yang dapat menghilangkan masalah dan stress yang dialami, Sehingga pemikiran remaja yang bertujuan menggunakan *smartphone* sebagai kebutuhan menurunkan *self control* remaja.

Goal setting menjadi factor paling dominan yang menggambarkan pemikiran remaja. Penentuan tujuan merupakan tahap awal dari remaja untuk melangkah selanjutnya (Zimmerman, 2000). Remaja juga mengembangkan kemampuan yang lebih baik untuk memikirkan masa depan, mengantisipasi kebutuhan, dan mengembangkan tujuan pribadi (Caskey & Jr, 2013). Hasil temuan Cha (2018) menyatakan tujuan remaja menggunakan *smartphone* untuk bermain

game, sedangkan menurut Nahas (2018) tujuan remaja menggunakan *smartphone* untuk chatting dan media sosial. Penjelasan baik-buruknya tujuan penggunaan *smartphone* dapat mengurangi pengaruh buruk dari *smartphone* (Kaur, Singh, & Samah, 2018). Penggunaan *smartphone* yang berlandaskan tujuan dalam mencapai tugas-tugas perkembangan remaja seperti membina hubungan dengan orang disekitar dan mencapai nilai akademik yang baik akan meningkatkan penggunaan *smartphone* secara tepat sehingga resiko kecanduan *smartphone* menjadi berkurang. Untuk itu perlu kesadaran remaja dalam menentukan tujuan yang ingin dicapai.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa *planning strategy* remaja sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebesar 70.2%. *Planning strategy* dapat membantu siswa mengatur diri dengan cara-cara yang telah dipilih sebelumnya (M Nur Gufron & Riswanita, 2010). *Planing strategy* yang tepat akan meningkatkan kognitif, mengontrol afektif dan pengambilan keputusan pada remaja (Zimmerman, 2000). *Strategy planning* pada remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* berhubungan dengan penggunaan dan lama penggunaan *smartphone* (Cocorada et al., 2018). Bentuk *planning strategy* yang dilakukan pada penelitian ini yaitu seperti berusaha menyelesaikan tugas tepat waktu, mengisi waktu luang, menghadapi masalah yang sulit, dan tidak menyerah terhadap pekerjaan yang sulit. Strategi yang digunakan remaja seperti dengan penggunaan *smartphone* dan lama penggunaan *smartphone* menjadi pilihan utama cara yang dilakukan untuk mengisi waktu luang dan mengurangi masalah yang dihadapi remaja justru meningkatkan ketergantungan remaja pada *smartphone*. Strategi penggunaan *smartphone* menjadi pilihan utama karena mudah untuk dilakukan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar *self efficacy* dan ekspektasi dalam kategori baik yaitu sebesar *self efficacy* 62,3% dan ekspektasi 71,5%. Gambar 5.1 juga menjelaskan adanya hubungan antara aspek *self efficacy* dengan *goal setting* dan ekspektasi serta orientasi tujuan yang dihubungkan melalui ekspektasi. *Self efficacy* mengacu pada keyakinan diri tentang kemampuan yang dimiliki, sedangkan ekspektasi hasil mengacu pada keyakinan tentang tujuan akhir dari kinerja (Bandura, 2002). Menurut Bandura (2002) bahwa semakin percaya diri seseorang, semakin besar tujuan yang ditetapkan pada diri sendiri dan komitmen yang lebih kuat terhadap tujuan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Daniela (2015) bahwa tingkat keyakinan motivasi yang tinggi akan meningkatkan kemampuan *self control* untuk mencapai tujuan. Bentuk *self efficacy* remaja pada penelitian ini digambarkan dengan keyakinan untuk menyelesaikan masalah yang sulit, kemampuan menyelesaikan masalah, dan keyakinan tetap fokus pada tujuan. Ekspektasi disini digambarkan dengan kemampuan dalam menyelesaikan masalah, keinginan mendapatkan nilai yang baik dan lulus tepat waktu serta dapat diterima dengan baik oleh lingkungan. Begitupun dengan keyakinan remaja dalam penggunaan *smartphone*. Remaja yang mempunyai kepercayaan diri akan kemampuannya dalam menggunakan *smartphone* akan mengharapkan ekspektasi yang lebih besar seperti mendapatkan kesenangan atau dapat diterima dengan lingkungan. Keyakinan akan kemampuan diri yang tinggi akan meningkatkan harapan yang lebih untuk dicapai sehingga tujuanpun ikut meningkat.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa minat siswa SMP di Kota Surabaya dalam kategori baik yaitu sebesar 65,5%. Hasil penelitian ini juga

menunjukkan ada hubungan antara minat remaja dengan *strategy planning*. Minat atau penilaian muncul seiring proses berjalannya waktu tentang suatu hal yang lebih besar dari tujuan yang ingin dicapai (Zimmerman, 2000). Penelitian yang dilakukan oleh Cocorada (2018) pada remaja di Rumania menunjukkan bahwa kecanduan *smartphone* pada remaja dapat disebabkan karena sikap penilaian positif terhadap *smartphone* yang menghubungkan kepribadian remaja dengan kecanduan *smartphone*. Penentuan *strategy planning* pada remaja dipengaruhi oleh penilaian remaja terhadap lingkungan sekitar. Penilaian positif terhadap *smartphone* ini akan menjadi bahan pertimbangan yang dipilih remaja dalam mencapai tujuan. Minat terhadap penggunaan *smartphone* ini akan mempengaruhi *strategy* remaja dengan menggunakan *smartphone* untuk mencapai tujuan. Namun apabila minat remaja dalam keadaan baik maka, penggunaan *smartphone* hanya dibatasi saat benar-benar dibutuhkan sehingga *self control* terhadap kecanduan *smartphone* meningkat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekspektasi sebagian besar dalam kategori baik yaitu sebesar 71,5%. Ekspektasi juga merupakan salah satu indikator dominan selain *goal setting* dan orientasi tujuan. Penelitian yang dilakukan oleh Cocorada (2018) sebagian besar kecanduan *smartphone* lebih didominasi oleh penggunaan media sosial. Wang (2017) mengungkapkan bahwa semakin tinggi kebutuhan penggunaan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan social akan meningkatkan kecanduan *smartphone*, namun rendahnya kebutuhan terhadap *smartphone* tidak berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone*. Penelitian lain mengungkapkan bahwa hubungan yang baik antara teman sebaya dapat mengurangi resiko kecanduan *smartphone* (C. Lee & Lee, 2017). Bentuk ekspektasi pada

penelitian ini adalah kemampuan menyelesaikan tugas secara mandiri, dan mendapat mempunyai teman yang baik. Tingginya ekspektasi terhadap *smartphone* sebagai bentuk upaya mencari lingkungan lain yang dapat memenuhi kehidupan social. Ekspektasi terhadap *smartphone* seharusnya dibatasi dan hanya digunakan untuk sesuatu hal yang positif sehingga kecanduan *smartphone* dapat ditekan. Penggunaan *smartphone* yang tepat seperti untuk menambah pengetahuan dan memudahkan mengakses berbagai informasi untuk mengembangkan diri sangat dianjurkan (Kaur et al., 2018).

Sebagian besar orientasi tujuan remaja adalah baik yaitu sebesar 88,5%. Orientasi tujuan merupakan indikator paling dominan setelah goal setting yang menggambarkan pemikiran remaja. Penggunaan *smartphone* digunakan untuk mendapatkan kesenangan (C. Lee & Lee, 2017). Adapun bentuk penggunaan *smartphone* yang lebih sering seperti media sosial, *game*, *chatting* (S.-J. Lee et al., 2016). Hussain (2017) mengungkapkan bahwa kecanduan *smartphone* dipengaruhi oleh masalah kepribadian seperti kecemasan, keterbukaan dan stabilitas emosi. Penelitian lain mengungkapkan bahwa motivasi remaja berhubungan dengan pola penggunaan *smartphone* (C. Lee & Lee, 2017). Bentuk orientasi pada penelitian ini adalah mempunyai prinsip-prinsip yang kuat dan menyelesaikan kewajiban seperti tugas rumah dan sekolah terlebih dahulu sebelum melakukan aktivitas lainnya. Orientasi tujuan yang berdasarkan hanya untuk mendapatkan kesenangan saja melalui *smartphone* akan meningkatkan resiko kecanduan *smartphone*. Perubahan motivasi orientasi tujuan seperti menggunakan *smartphone* seperlunya saja dapat mengurangi angka resiko kecanduan *smartphone* pada remaja.

6.4 *Self control Terhadap Kecanduan Smartphone*

Self control pada penelitian ini terdiri dari 3 indikator yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan. Berdasarkan hasil pengolahan data dari model struktural, diperoleh hasil *output* pengaruh *self control* terhadap kecanduan *smartphone* berupa *t-value* sebesar -9,58. Hasil ini menunjukkan bahwa *self control* berpengaruh negatif terhadap kecanduan *smartphone* secara signifikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sok (2019) pada siswa di Korea Selatan yang menyatakan bahwa remaja dengan resiko kecanduan *smartphone* mempunyai *self control* yang lebih buruk dibanding remaja yang tidak mengalami kecanduan *smartphone*. *Self control* menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Gufron & Riswanita, 2010). Kontrol dilakukan dengan cara menghindar, penjenuhan stimulus yang tidak disukai, dan memperkuat diri (Alwisol, 2009). *Smartphone* disini menjadi stimulus yang dapat menurunkan *self control* pada remaja. Rendahnya *self control* remaja terlihat saat remaja cenderung lebih sering menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari. Hampir seluruh siswa SMP di Kota Surabaya membawa *smartphone* ke sekolah meskipun semua sekolah melarang siswa membawa *smartphone*. Rendahnya *self control* ini menggambarkan rendahnya kesadaran remaja dalam penggunaan *smartphone*, sehingga resiko kecanduan *smartphone* meningkat.

Berdasarkan tabel 5.8 menyatakan bahwa sebagian besar kontrol perilaku remaja dalam kategori kurang yaitu sebesar 47,3%. Kontrol perilaku merupakan

aspek dari *self control* yang digambarkan dengan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan (Zimmerman, 2000). Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki di hadapi. (M Nur Gufron & Riswanita, 2010). Perilaku penggunaan *smartphone* yang terlalu lama menjadi salah satu faktor penyebab remaja mengalami kecanduan *smartphone* (Haug et al., 2015). Kebiasaan remaja di Indonesia yang tertarik akan dunia maya seperti media social dan game online menjadi salah satu fenomena yang terjadi akhir-akhir ini. Apalagi hampir semua remaja memiliki fasilitas *smartphone* yang mendukung tersebut. Rendahnya control perilaku penggunaan *smartphone* inilah yang menyebabkan remaja mengalami kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan tabel 5.8 bahwa sebagian besar kontrol kognitif remaja dalam kategori cukup yaitu sebesar 45%. Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif (Gufron & Riswanita, 2010). Banyak remaja memberikan penilaian positif terhadap *smartphone* (Cocorada et al., 2018). Penilaian positif ini diberikan karena remaja mendapatkan kepuasan setelah menggunakan *smartphone* (C. Lee & Lee, 2017). Pemakaian *smartphone* pada remaja biasanya untuk social media, game,

mencari berita. Kegunaan ini dianggap penting memberikan dampak positif bagi remaja sehingga membuat rentan remaja untuk mengalami kecanduan *smartphone*.

Kontrol pengambilan keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya (M Nur Gufron & Riswanita, 2010). Keberhasilan kontrol pengambilan keputusan terlihat dengan pemilihan tindakan yang lebih substansial dan penting untuk dikerjakan terlebih dahulu (Zimmerman, 2000). Kegagalan kontrol pengambilan keputusan pada remaja yaitu ketika remaja lebih memilih untuk bermain *smartphone* terlebih dahulu dari pada mengerjakan tugas yang lainnya. Remaja menduga bahwa mengerjakan tugas yang lain seperti tugas sekolah atau mengisi waktu luang dapat ditunda dan dikerjakan setelah bermain *smartphone*. Memilih untuk bermain *smartphone* dari pada mengerjakan tugas yang lain akan meningkatkan resiko kecanduan *smartphone* pada remaja.

Berdasarkan hasil uji statistik bahwa pengaruh *self control* terhadap kecanduan *smartphone* mempunyai koefisien determinasi R^2 sebesar 0.33, yang berarti *self control* dapat menjelaskan sebesar 33% varian dari kecanduan *smartphone* dan sisanya dijelaskan oleh factor lain. Chun (2018) mengungkapkan bahwa selain *self control* yang dapat mengurangi kecanduan *smartphone* yaitu pembatasan (sakit, kuota data), pembatasan di sekolah, dukungan teman sebaya dan pelayanan seperti konseling atau pendidikan. *Self control* hanya menjelaskan faktor internal penyebab kecanduan *smartphone* dan perlu adanya data tambahan yang menjelaskan faktor eskternal yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada remaja.

6.5 Model *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone*

Berdasarkan table 5.11 bahwa kontrol perilaku orang tua berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana merujuk pada tabel dan output nilai t-hitungnya sebesar -3.97, yang berarti *self control* dapat memediasi secara negative pengaruh kontrol perilaku orang tua terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.12. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Li (2013) pada remaja di China yang menyatakan bahwa bahwa *self control* memediasi pengaruh control perilaku orang tua terhadap penggunaan internet. Peranan kontrol perilaku orang tua yaitu berupa bentuk dukungan penilaian dan bimbingan yang bersifat umpan balik, membimbing dan menengahi dalam proses pemecahan masalah, sebagai sumber dan validator identitas anggota orang tua yang diantaranya memberikan support (dukungan), perhatian, dan penghargaan (Friedman & Jones, 2010). Kehilangan peran orang tua dalam fase perkembangan remaja dapat menyebabkan perilaku menyimpang seperti masalah penggunaan *smartphone* (Li et al., 2013). Berdasarkan pernyataan tersebut di atas dapat diasumsikan bahwa kontrol perilaku orang tua yang baik akan memberikan pengaruh terhadap perkembangan remaja melalui *self control* pada remaja untuk mencegah perilaku menyimpang seperti kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan table 5.11 bahwa pengaruh kontrol psikologi orang tua berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana merujuk pada tabel dan output nilai t-hitungnya sebesar -4,19. *Self control* dapat memediasi secara negative pengaruh kontrol psikologi orang tua terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.11. Hasil penelitian ini berkebalikan

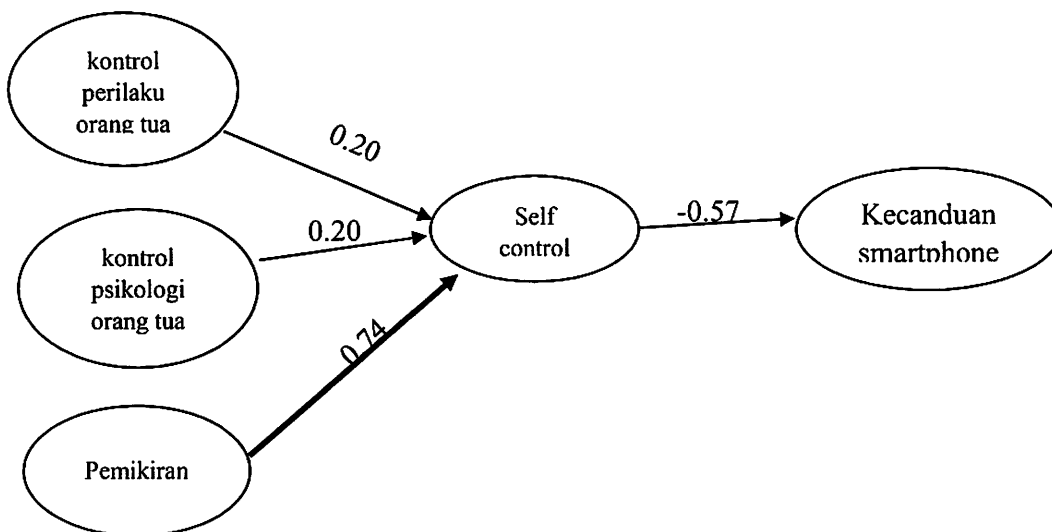
dengan penelitian yang dilakukan oleh Li (2013) dimana kontrol psikologi orang tua berpengaruh tidak langsung secara negatif melalui peningkatan *self control*. Kontrol psikologi orang tua akan menekan perasaan otonomi dan kompetensi remaja yang mengarah pada disfungsi psikososial (Li et al., 2013). Remaja awal baru memasuki fase peralihan dan belum mempunyai stabilitas emosi yang kurang dan belum mempunyai tingkat kematangan yang cukup (Haug et al., 2015). Bentuk kontrol psikologi orang tua membuat remaja mengikuti perintah orang tua. Kontrol ini mencegah remaja untuk berperilaku menyimpang seperti kecanduan *smartphone* untuk sementara waktu saja. Namun apabila orang tua terus melakukan kontrol psikologi yang tinggi, perkembangan remaja khususnya kematangan emosional dan kemandirian remaja akan terhambat. Remaja cenderung takut melakukan sesuatu dan mencari sesuatu yang dapat membuat dirinya senang seperti bermain *smartphone*.

Berdasarkan tabel 5.11 bahwa pemikiran berpengaruh terhadap kecanduan *smartphone* melalui variabel *self control*, dimana *self control* dapat memediasi secara negatif pengaruh pemikiran terhadap kecanduan *smartphone* dengan bobot sebesar 0.43 dan menjadi faktor paling dominan. Pemikiran merupakan fase awal dari proses regulasi diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Van Deursen (2015) bahwa kegagalan regulasi diri meningkatkan resiko kecanduan *smartphone* pada remaja. Regulasi diri membantu mengidentifikasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi dan menentukan tindakan yang tepat sebagai upaya mengatasi masalah (Bandura, 2002). Remaja dengan kecanduan *smartphone* memiliki pemikiran bahwa penggunaan *smartphone* membawa dampak yang positif dan dapat

meningkatkan perasaan senang. Minat terhadap *smartphone* yang dianggap mampu memenuhi kebutuhan yang diinginkan meningkatkan frekuensi dan lama penggunaan *smartphone*. Penilaian positif ini yang bersumber dari dalam diri remaja akan mendorong remaja lebih kuat untuk melakukannya. Hal ini menyebabkan remaja kehilangan *self control* dalam penggunaan *smartphone*.

6.6 Temuan Penelitian

Berdasarkan keseluruhan hasil pengujian hipotesis penelitian maka dapat diketahui jalur signifikansinya pada gambar 6.1.



Gambar 6.1 Model *self control* kecanduan *smartphone* pada siswa SMP di Surabaya

Gambar 6.1 menunjukkan hasil penelitian berupa rekomendasi pengembangan model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja. Rekomendasi model tersusun oleh kontrol perilaku orang tua (perhatian, pembatasan, pengawasan), kontrol psikologi orang tua (menyalahkan, penarikan kasih sayang, tuntutan orang tua), dan pemikiran (*goal setting*, *planning strategy*, *self efficacy*, ekspektasi, minat dan orientasi tujuan) yang mempengaruhi *self*

control. *Self control* menghubungkan pengaruh antara kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran remaja terhadap kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa pemikiran remaja menjadi factor paling dominan yang mempengaruhi *self control*. Melalui peningkatan pemikiran remaja diharapkan dapat menjadikan *self control* remaja lebih baik. Peningkatan pemikiran remaja dapat dilakukan dengan memperbaiki goal setting, ekspektasi, dan orientasi tujuan sebagai factor paling dominan pada remaja. Goal setting dapat ditingkatkan dengan berfokus pada penentuan tujuan dengan cara memenuhi kewajiban seperti menyelesaikan tugas tepat waktu dan menjalin hubungan yang baik dengan teman sebaya. Ekspektasi dapat ditingkatkan dengan berfokus untuk mencapai tujuan seperti kemandirian dalam menyelesaikan tugas. Bentuk ekspektasi terhadap *smartphone* perlu dibatasi terhadap hal-hal positif saja, seperti digunakan untuk akses informasi. Orientasi tujuan ditingkatkan dengan mematuhi prinsip-prinsip yang telah ditentukan untuk mencapai tujuan dan tidak berfokus terhadap penggunaan *smartphone* yang berdasarkan memenuhi kesenangan saja.

6.7 Keterbatasan penelitian

- 1) Tidak semua sekolah yang menjadi tempat penelitian terwakili oleh semua kelas 7, 8 dan 9 sehingga tidak dapat menggambarkan secara keseluruhan siswa SMP di Surabaya.
- 2) Pengumpulan data kecanduan *smartphone* hanya menggunakan kuisioner sehingga perlu melakukan observasi terkait kecanduan *smartphone*.

- 3) Penilaian control perilaku orang tua dan control perilaku orang tua hanya diukur berdasarkan penilaian remaja sehingga perlu melakukan pemukuran terhadap orang tua
- 4) Hasil uji validitas menunjukkan bahwa *self control* hanya mampu menjelaskan 33% faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* sehingga perlu diidentifikasi lagi faktor lain penyebab kecanduan *smartphone*.

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Peningkatan kontrol perilaku orang tua dapat meningkatkan *self control* remaja. Namun fasilitas *smartphone* yang diberikan orang tua juga dapat menurunkan *self control* remaja terhadap kecanduan *smartphone*. Hal ini dibuktikan dengan adanya *self control* siswa yang rendah namun kontrol perilaku orang tua menuntukkan dalam kategori tinggi.
2. Peningkatan kontrol psikologi orang tua dapat meningkatkan *self control* remaja. Hal ini dibuktikan dengan adanya semakin rendah kontrol psikologi orang tua maka semakin berkurang *self control* remaja .
3. Peningkatan pemikiran remaja dapat meningkatkan *self contro* remajal. Pemikiran menjadi factor paling dominan yang berpengaruh terhadap *self control*. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan self control pada remaja dengan pemikiran yang baik serta hampir tidak ada self control yang baik pada remaja yang mempunyai pemikiran yang buruk.
4. Peningkatan *self control* dapat menurunkan kecanduan *smartphone*. *Self control* mencegah stimulus-stimulus remaja untuk menggunakan *smartphone* secara berlebihan sehingga kejadian kecanduan *smartphone* menjadin menurun.
5. Kontrol perilaku orang tua, kontrol psikologi orang tua dan pemikiran berpengaruh negatif secara tidak langsung terhadap kecanduan *smartphone* melalui *self control*

7.2 Saran

1. Remaja

Meningkatkan pemikiran remaja dengan menentukan goal setting yang berfokus pada tugas perkembangan, meningkatkan ekspektasi terhadap tugas perkembangan dan membatasi ekspektasi terhadap *smartphone* serta orientasi tujuan berfokus pada pencapaian tujuan dan tidak berfokus mencari kesenangan saja.

2. Orang tua

Peningkatan *self control* pada remaja dapat dilakukan orang tua dengan pola asuh yang baik serta pembatasan penggunaan *smartphone*

3. Peneliti selanjutnya

Menambahkan pengukuran langsung terhadap kontrol perilaku dan psikologi orang tua. Menilai kembali factor selain *self control* yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* seperti factor internal yaitu kecerdasan emosi, system koping, kepribadian dan factor eksternal seperti paparan terhadap *smartphone*, hubungan dengan teman sebaya.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Pustaka

- Ali, M., & Asrori, M. (2014). *Psikologi Remaja (Perkembangan Peserta Didik)*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian (Edisi Revisi)*. Malang: UMM press.
- Ariati, J. (2015). Antisipasi Kecanduan Game Online Bagi Siswa SMK dengan Gaming Addiction Awareness Programme (GAME), (1), 29–44.
- Bandura, A. (2002). *Self efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman & Company.
- Barkley, J. E., & Lepp, A. (2016). Mobile phone use among college students is a sedentary leisure behavior which may interfere with exercise. *Computers in Human Behavior*, 56, 29–33. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.001>
- Borland, R., Young, D., Coghill, K., & Zhang, Z. Y. (2010). The tobacco use management system: analyzing tobacco control from a systems perspective. *American Journal of Public Health* 100, pp. 1229–1.
- Caskey, M. M., & Jr, V. A. A. (2013). Research Summary : Young Adolescents ' Developmental Characteristics, (2007).
- Cha, S. S., & Seo, B. K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 5(1). <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Cha, S., & Seo, B. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea : Prevalence , social networking service , and game use. *Health Psychology*. <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Cho, H. Y., Kim, D. J., & Park, J. W. (2017). Stress and adult smartphone addiction: Mediation by self-control, neuroticism, and extraversion. *Stress and Health*, 33(5), 624–630. <https://doi.org/10.1002/smi.2749>
- Chun, J. S. (2018). Conceptualizing effective interventions for smartphone addiction among Korean female adolescents. *Children and Youth Services Review*, 84(November 2017), 35–39. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.11.013>
- Cocorada, E., Maican, C. I., Cazan, A. M., & Maican, M. . (2018). Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents. *Children and Youth Services Review* 93, 345–354.
- Daniela, P. (2015). The Relationship Between Self-Regulation , Motivation And Performance At Secondary School Students. *Procedia - Social and Behavioral*

- Sciences*, 191, 2549–2553. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.410>
- Dekovic, M., Noom, M. J., & Meeus, W. (1997). Expectations regarding development during adolescence: Parental and adolescent perceptions. *Journal of Youth and Adolescence*, 26(3), 253–272. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-0001-7>
- Elhai, J. D., Hall, B. J., & Erwin, M. C. (2018). Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss. *Psychiatry Research*, 261, 28–34. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.12.045>
- Endedijk, M. D., Brekelmans, M., Slegers, P., & Vermunt, J. D. (2016). Measuring students' self-regulated learning in professional education: bridging the gap between event and aptitude measurements. *Quality and Quantity*, 50(5), 2141–2164. <https://doi.org/10.1007/s11135-015-0255-4>
- Friedman, B., & Jones. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori dan Praktik* (5th ed.). Jakarta: EGC.
- Ghozali, & Fuad, I. (2014). *Structural Equation Modeling: Teori, Konsep dan Aplikasi dengan Program Lisrel 9.10 4th ed.* Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gökçearsan, Ş., Mumcu, F. K., Haşlaman, T., & Çevik, Y. D. (2016). Modelling smartphone addiction: The role of smartphone usage, self-regulation, general self-efficacy and cyberloafing in university students. *Computers in Human Behavior*, 63, 639–649. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.091>
- Gordon, R. (2011). 'The impact of alcohol marketing on youth drinking behaviour: a two-stage cohort study. *Alcohol and Alcoholism* 45, pp. 470–48.
- Gufron, M. N., & Rini, R. S. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gufron, M. N., & Riswanita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299–307. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>
- Hebb, J. R., Gmel, G., & Zurbrugg, G. (2003). Changes in alcohol consumption following a reduction in the price of spirits: a natural experiment in Switzerland. *Addiction* 98, pp. 1433–1.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang*

Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.

- Hussain, Z., Griffiths, M. D., & Sheffield, D. (2017). An investigation into problematic smartphone use: The role of narcissism, anxiety, and personality factors. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3), 1–9. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.052>
- Journal, I., Finkenauer, C., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting behavior and adolescent behavioral and emotional problems : The Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems : The role of self-control, (January), 58–69. <https://doi.org/10.1080/01650250444000333>
- Kaur, M., Singh, K., & Samah, N. A. (2018). Impact of Smartphone : A Review on Positive and Negative Effects on Students, 14(11), 83–89. <https://doi.org/10.5539/ass.v14n11p83>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2018). *Data Pokok Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta.
- Khoirunnisa, S., Fitria, N., Rofi, H., & Padjadjaran, U. (2015). Gambaran pola asuh orang tua yang dipersepsikan remaja sma negeri jatinangor kabupaten sumedang, III(2), 51–63.
- Khoury, J. M., De Freitas, A. A. C., Roque, M. A. V., Albuquerque, M. R., Das Neves, M. D. C. L., & Garcia, F. D. (2017). Assessment of the accuracy of a new tool for the screening of smartphone addiction. *PLoS ONE*, 12(5), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0176924>
- Kim, H. J., Min, J. Y., Min, K. B., Lee, T. J., & Yoo, S. (2018). Relationship among family environment, self-control, friendship quality, and adolescents' smartphone addiction in South Korea: Findings from nationwide data. *PLoS ONE*, 13(2), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0190896>
- Kominfo. (2016). *Infografis Indikator TIK 2016*. Jakarta.
- Kumcagiz, H. (2018). Quality of Life as a Predictor of Smartphone Addiction Risk Among Adolescents. *Technology, Knowledge and Learning*, 1–11. <https://doi.org/10.1007/s10758-017-9348-6>
- Kuss, D. J., Kanjo, E., Crook-Rumsey, M., Kibowski, F., Wang, G. Y., & Sumich, A. (2018). Problematic Mobile Phone Use and Addiction Across Generations: the Roles of Psychopathological Symptoms and Smartphone Use. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 141–149. <https://doi.org/10.1007/s41347-017-0041-3>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>

- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... Kim, D. J. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>
- Lansia, P., Dharma, W., & Surakarta, B. (2016). Pergeseran Nilai Orang Tua di Kalangan Masyarakat Jawa (Studi Pada Lansia yang Tinggal di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta), 5(2).
- Lee, C., & Lee, S. J. (2017). Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 77(April), 10–17. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2017.04.002>
- Lee, H., Kim, J. W., & Choi, T. Y. (2017). Risk Factors for Smartphone Addiction in Korean Adolescents: Smartphone Use Patterns. *J Korean Med Sci*, 32(10), 1674–1679. <https://doi.org/10.3346/jkms.2017.32.10.1674>
- Lee, J., Sung, M.-J., Song, S.-H., Lee, Y.-M., Lee, J.-J., Cho, S.-M., ... Shin, Y.-M. (2018). Psychological Factors Associated With Smartphone Addiction in South Korean Adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 38(3), 288–302. <https://doi.org/10.1177/0272431616670751>
- Lee, S.-J., Lee, C., & Lee, C. (2016). Smartphone Addiction and Application Usage In Korean Adolescents: Effects of Mediation Strategies. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 44(9), 1525–1534. <https://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.9.1525>
- Li, X., Li, D., & Newman, J. (2013). Parental Behavioral and Psychological Control and Problematic Internet Use Among Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Control. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(6), 442–447. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0293>
- Lian, L., You, X., & Huang, J. (2016). Who overuses smartphones? Roles of virtues and parenting style in smartphone addiction among Chinese college students. *Computers in Human Behavior*, 65, 92–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.08.027>
- Lin, Y.-H., Chang, L.-R., Lee, Y.-H., Tseng, H.-W., Kuo, T. B. J., & Chen, S.-H. (2014). Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PloS One*, 9(6), e98312. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0098312>
- Loghum, B. S. (2012). Smartphone, (1), 2012. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s12654-012-0002-6>
- Long, J., Liu, T.-Q., Liao, Y.-H., Qi, C., He, H.-Y., Chen, S.-B., & Billieux, J. (2016). Prevalence and correlates of problematic smartphone use in a large random sample of Chinese undergraduates. *BMC Psychiatry*, 16(1), 408.

<https://doi.org/10.1186/s12888-016-1083-3>

- Lönnfjord, V., & Hagquist, C. (2018). The Psychometric Properties of the Swedish Version of the General Self-Efficacy Scale: A Rasch Analysis Based on Adolescent Data. *Current Psychology*, 37(4), 703–715. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9551-y>
- Michie, S., van Stralen, M., & West, R. (2011). The behaviour change wheel: a new method for characterising and designing behaviour change interventions'. *Implementation Science* 6, p. 42.
- Nahas, M., Hlais, S., Saberian, C., & Antoun, J. (2018). Problematic smartphone use among Lebanese adults aged 18–65 years using MPPUS-10. *Computers in Human Behavior*, 87(February), 348–353. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.009>
- Ormrod, J. E. (2009). Psikologi Pendidikan: Membantu Siswa Tumbuh dan Berkembang Jilid 2 (enam). Jakarta: Erlangga.
- Pichardo, M. C., Cano, F., Garzón-Umerenkova, A., de la Fuente, J., Peralta-Sánchez, F. J., & Amate-Romera, J. (2018). Self-Regulation Questionnaire (SRQ) in Spanish adolescents: Factor structure and rasch analysis. *Frontiers in Psychology*, 9(AUG), 1–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01370>
- Putri, A. Y. (2018). Hubungan antara kecanduan smartphone dengan kualitas tidur pada remaja. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Putro, Z. khamim. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Rosenquist, J. N., Murabito, J., Fowler, J. ., & Christakis, N. A. (2010). The spread of alcohol consumption behavior in a large social network. *Annals of Internal Medicine* 152, pp. 426–43.
- Samaha, M., & Hawi, N. S. (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior*, 57, 321–325. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.045>
- Santrock, J. W. (2011). *Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2* (2nd ed.). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W. (2012). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sok, S. R. (2019). Differences of Self-Control , Daily Life Stress , and Communication Skills between Smartphone Addiction Risk Group and General Group in Korean Nursing Students, 1–9.
- Sun, J., Liu, Q., & Yu, S. (2018). Child neglect, psychological abuse and

- smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*, 90(September 2017), 74–83. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2018.08.032>
- Sun, J., Liu, Q., & Yu, S. (2019). Child neglect, psychological abuse and smartphone addiction among Chinese adolescents: The roles of emotional intelligence and coping style. *Computers in Human Behavior*, 90, 74–83. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.032>
- Thalib, S. . (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Media Group.
- Van Deursen, A. J. A. M., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. M. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: The role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Computers in Human Behavior*, 45, 411–420. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.039>
- Wang, P., Zhao, M., Wang, X., Xie, X., Wang, Y., & Lei, L. (2017). Peer relationship and adolescent smartphone addiction: The mediating role of self-esteem and the moderating role of the need to belong. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 708–717. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.079>
- Wang, Q., Pomerantz, E. M., & Chen, H. (2016). The Role of Parents' Control in Early Adolescents' Psychological Functioning: A Longitudinal Investigation in the United States and China, 78(5), 1592–1610.
- West, R. (2013). *Models of addiction. Review Literature And Arts Of The Americas*. Luxembourg: European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction. <https://doi.org/10.2810/99994>
- Who. (2017). Adolescent health and development. Retrieved October 16, 2018, from http://www.searo.who.int/entity/child_adolescent/topics/adolescent_health/en/
- Xia, Y. R., Wang, C., Li, W., Wilson, S., Bush, K. R., & Peterson, G. (2015). Chinese Parenting Behaviors, Adolescent School Adjustment, and Problem Behavior. *Marriage and Family Review*, 51(6), 489–515. <https://doi.org/10.1080/01494929.2015.1038408>
- Yudrik, J. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Zimmerman, B. (2000). *Attaining Self-Regulation. Handbook of Self-Regulation*. New York. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>

LAMPIRAN

Lampiran 1

Penjelasan penelitian

PENJELASAN PENELITIAN BAGI RESPONDEN PENELITIAN

Judul Penelitian: Pengembangan Model peningkatan *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada di Surabaya

Tujuan Penelitian: menganalisis Pengembangan Model *self control* terhadap kecanduan *smartphone* pada di Surabaya

Perlakuan yang diterapkan pada subyek: pada penelitian ini responden diminta untuk mengisi kuisioner

Manfaat penelitian: penelitian ini dapat menambah informasi dan ilmu pengetahuan mengenai konsep kontrol diri terhadap kecanduan *smartphone*.

Bahaya potensial: Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oeh keterlibatan subyek dalam penelitian ini, oleh karena dalam penelitian ini hanya memberikan kuesiner.

Hak untuk undur diri: keikutsertaan siswa dalam penelitian ini bersifat sukarela dan responden berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan responden dan apabila dalam penelitian ini siswa tidak bersedia menjadi responden maka peneliti akan mencari responden lainnya untuk dijadikan subyek penelitian.

Jaminan kerahasiaan data: Dalam penelitian ini, semua data dan informasi identitas subyek penelitian dijaga kerahasiaannya yaitu dengan tidak mencantumkan identitas subyek penelitian secara jelas dan pada laporan penelitian nama subyek penelitian dibuat kode misalnya A01.

Lampiran 2
Informed consent

INFORM CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin :
Alamat :

Telah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai :

Penelitian yang berjudul “ **Pengembangan Model Peningkatan *Self control* Terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Di Kota Surabaya**”.

1. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek.
2. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian.
3. Bahaya yang akan timbul.
4. Prosedur penelitian dan mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut.

Oleh karena itu saya bersedia/tidak bersedia *) menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran seta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Peneliti,

(Abdul Fauzi)

Surabaya, 05 Desember 2018

Peneliti,

(.....)

Saksi,

(.....)

*) coret yang tidak perlu

Kode responden:

Lampiran 3

Kuisisioner penelitian**KUISISIONER PENELITIAN****Petunjuk Pengisian**

1. Bacalah dengan cermat dan teliti setiap bagian pernyataan dalam kuesioner ini.
2. Isilah titik-titik yang tersedia dengan jawaban yang benar.
3. Pilihlah salah satu jawaban yang menurut Saudara dengan cara memberikan tanda silang (X) pada pilihan jawaban yang dipilih

Karakteristik Demografi

Nama (initial) :

Umur :

Jenis Kelamin :

Kelas :

Alamat :

- Di rumah tinggal bersama:
- ayah
 - Ibu
 - Adik/Kakak
 - Kakek/Nenek
 - Lain-lain,

Kode responden:

Kuisisioner Kontrol Perilaku Orang Tua

Petunjuk pengisian

- Berilah tanda *check list* (✓) atau silang (X) pada kolom yang telah disediakan sesuai kondisi Saudara
- Semua jawaban dianggap benar

No	Pertanyaan	Jawaban					Keterangan
		Selalu	Sering	Jarang	Pernah	Tidak Pernah	
1	Orang tua mengajarkan saya untuk memanfaatkan waktu sebaik mungkin						
2	Orang tua mengajak saya ngobrol tentang kegiatan apa yang saya lakukan						
3	Orang tua saya sibuk dan tidak menyempatkan waktu untuk ngobrol dengan saya						
4	Orang tua menanyakan hobi atau kegiatan yang saya senangi						
5	Orang tua memberi contoh kegiatan positif yang bisa saya lakukan						
6	Orang tua saya melarang saya keluar rumah sampai larut malam						
7	Orang tua memantau dengan siapa saya bergaul						
8	Saya harus memberi tahu orang tua saat pulang terlambat						
9	Orang tua menanyakan dengan siapa saya pergi dan apa yang saya lakukan						
10	Orang tua memberikan kebebasan kepada saya untuk keluar rumah tanpa harus pamin sebelumnya						

Kode responden:

Kuisisioner Psikologis rang Tua

Petunjuk Pengisian

- Berilah tanda *check list* (√) atau silang (X) pada kolom yang telah disediakan sesuai kondisi Saudara untuk pilihan jawaban meliputi SS: sangat setuju, S: setuju, R: Ragu-ragu, TS: tidak setuju STS: sangat tidak setuju
- Semua jawaban dianggap benar

Pertanyaan Menyalahkan

No	Pertanyaan	Jawaban					Ket
		Selalu	Sering	Jarang	pernah	Tidak pernah	
1	Orang tua mengajarkan harus merasa bersalah apabila mengalami kegagalan						
2	Orang tua memuji saya atas prestasi yang saya dapatkan						
3	Orang tua mengungkit-ungkit kesalahan yang pernah saya lakukan						
4	Orang tua membandingkan saya dengan orang lain						
5	Orang tua mengatakan saya tidak mempunyai prestasi atau kemampuan yang baik						
6	Orang tua memarahi saya apabila saya tidak menuruti perintahnya						
7	Orang tua tidak mengajak saya bicara jika saya dianggap berbuat salah						
8	Orang tua melarang saya melakukan apa yang saya sukai, apabila saya dianggap salah						
9	Orang tua tidak menyalahkan saya apabila saya mengalami kegagalan						
10	Orang tua menasehati secara baik-baik apabila saya dianggap berbuat salah						
11	Orang tua mewajibkan saya menuruti semua perintahnya						

12	Saya tidak boleh menentukan apa yang akan saya lakukan sendiri						
13	Orang tua melarang saya bertanya alasannya setiap orang tua memberi perintah kepada saya						
14	Orang tua memberi saya kebebasan untuk memilih apa yang saya inginkan						
15	Semua yang saya lakukan harus berdasarkan pilihan orang tua						

Kode responden:

Kuisisioner Pemikiran

Petunjuk pengisian

- Berilah tanda *check list* (√) atau silang (X) pada kolom yang telah disediakan sesuai kondisi Saudara
- Semua jawaban dianggap benar

Pertanyaan Goal setting

No	Pertanyaan	Jawaban		Ket
		Ya	Tidak	
1	Saya ingin hubungan saya dengan teman dan orang tua tetap baik			
2	Saya menentukan keinginan saya berdasarkan kebutuhan dan manfaat yang saya dapatkan			
3	Saya menentukan keinginan untuk mendapatkan kesenangan saja			
4	Saya lebih suka sendiri dari pada berkumpul dengan teman saya			
5	Saya lebih suka menyelesaikan tugas terlebih dahulu kemudian bermain			
6	Saya selalu berusaha menyelesaikan tugas tepat waktu			
7	Mengisi waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat seperti belajar atau melakukan hobi			
8	Saya memilih menghindari apabila saya menghadapi masalah yang tidak bisa saya selesaikan			
9	Saya selalu mimikirkan baik buruknya tindakan yang saya akan lakukan			
10	Saya akan menyerah apabila tugas yang saya kerjakan terlalu sulit			
11	Saya mampu menyelesaikan masalah yang sulit			
12	Saya mampu menyampaikan apa yang saya rasakan terhadap orang lain tanpa menyakiti perasaannya			
13	Mudah bagi saya untuk tetap focus pada tujuan yang saya harapkan			
14	Saya yakin saya mampu menyelesaikan secara cepat masalah yang tidak terduga kepada saya			
15	Berkat kemampuan saya, saya dapat menyelesaikan semua masalah saya			
16	Jika saya dalam kesulitan, saya tetap dapat mencari solusi bagi masalah yang saya hadapi			
17	Saya menyelesaikan tugas saya secara mandiri			
18	Saya dapat diterima baik oleh orang disekitar saya			
19	Saya memiliki teman-teman yang baik			
20	Saya lebih suka sendiri			
21	Saya mendapatkan nilai yang baik			
22	Saya akan lulus tepat waktu			

23	Saya menyukai tantangan yang dapat meningkatkan kemampuan saya			
24	Saya lebih suka mengisi waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat			
25	Saya menghabiskan waktu dengan bermain <i>smartphone</i> atau game			
26	Saya menghabiskan waktu dengan bermain bersama teman secara terus-menerus			
27	Saya lebih suka menyelesaikan masalah dari pada menghindarinya			
28	Saya memegang teguh rencana saya ketika saya melakukan sesuatu			
29	Saya bertindak dengan cara tertentu untuk mencapai tujuan saya			
30	Saya tahu orang seperti apa yang saya inginkan			
31	Saya mempunyai prinsip-prinsip yang kuat			
32	Saya mempunyai prinsip untuk menyelesaikan tugas tepat waktu			

Kode responden:

Kuisisioner *Self control*

Petunjuk Pengisian

- Berilah tanda *check list* (√) atau silang (X) pada kolom yang telah disediakan sesuai kondisi Saudara
- Semua jawaban dianggap benar

Kontrol perilaku

No	Pertanyaan						Ket
		Selalu	Sering	Jarang	Pernah	Tidak pernah	
1	Tidak menggunakan <i>smartphone</i> saat pelajaran dikelas						
2	Menggunakan <i>smartphone</i> saat dibutuhkan saja						
3	Menyelesaikan tugas sekolah tepat waktu						
4	Bermain <i>smartphone</i> untuk menghilangkan kebosanan						
5	Mengikuti tantangan untuk bermain game atau aplikasi di <i>smartphone</i>						
6	Bermain <i>smartphone</i> terlalu lama akan mengganggu aktivitas yang lain						
7	Melihat media social di <i>smartphone</i> sangat penting bagi saya						
8	Bermain <i>smartphone</i> terus-menerus akan membuat saya lebih nyaman						
9	Saya mudah mengikuti untuk menggunakan aplikasi atau game baru yang sedang populer						
10	Menggunakan <i>smartphone</i> saat butuh						
11	Saya mengisi waktu luang dengan bermain <i>smartphone</i>						
12	saya mengerjakan tugas sekolah terlebih dahulu sebelum bermain						
13	Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler atau bimbel setelah pulang sekolah						
14	Bermain <i>smartphone</i> terlebih dahulu sebelum mengerjakan tugas atau kewajiban lainnya						
15	Saya hanya menggunakan <i>smartphone</i> untuk keperluan saja						

Kode responden:

Kuisisioner Kecanduan *smartphone*

Petunjuk Pengisian

- Berilah tanda *check list* (√) atau silang (X) pada salah satu kolom yang telah disediakan sesuai kondisi Saudara, untuk pilihan jawaban meliputi SS: sangat setuju, S: setuju, TS: tidak setuju STS: sangat tidak setuju
- Semua jawaban dianggap benar

No	Pertanyaan	Jawaban				keterangan
		SS	S	TS	STS	
1	Tugas dan pekerjaan saya sering tertunda akibat saya bermain <i>smartphone</i>					
2	sulit focus pada tugas saya karena penggunaan <i>smartphone</i>					
3	Merasa sakit pada pergelangan tangan dan belakang leher karena lama bermain <i>smartphone</i>					
4	Saya merasa tidak dapat hidup tanpa <i>smartphone</i>					
5	Saya bingung dan kesal jika tidak memegang <i>smartphone</i>					
6	Pikiran saya tertuju pada <i>smartphone</i> meskipun sedang tidak menggunkannya					
7	Saya tidak akan berhenti menggunakan <i>smartphone</i> bahkan <i>smartphone</i> merupakan bagian dari aktivitas saya sehari-hari					
8	Selalu memeriksa <i>smartphone</i> agar tidak ketinggalan percapan di media social					
9	bermain <i>smartphone</i> lebih lama dari pada yang saya perkirakan					
10	Orang-orang disekitar saya sering memberitahu saya bahwa saya terlalu sering bermain <i>smartphone</i>					

Sumber: *Smartphone Addiction Scale for Adolescents (SAS-SV)* (Haug et al., 2015)



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
FACULTY OF NURSING UNIVERSITAS AIRLANGGA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL

“ETHICAL APPROVAL”
No : 1388-KEPK

Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :


The Committee of Ethical Approval in the Faculty of Nursing Universitas Airlangga, with regards of the protection of Human Rights and welfare in health research, carefully reviewed the research protocol entitled :

“PENGEMBANGAN MODEL SELF CONTROL TERHADAP KECANDUAN
SMARTPHONE PADA SISWA MENENGAH PERTAMA (SMP) DI KOTA
SURABAYA”

Peneliti utama : Abdul Fauzi
Principal Investigator
Nama Institusi : Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga
Name of the Institution
Unit/Lembaga/Tempat Penelitian : Sekolah Menengah Pertama Kota Surabaya
Setting of research

Dan telah menyetujui protokol tersebut di atas melalui Dipercepat.
And approved the above-mentioned protocol with Expedited

Surabaya, 7 Mei 2019
Ketua (CHAIRMAN)

Haryanto, S.Kp., M.Si.
NIP. 1963 0608 1991 03 1002


****Masa berlaku 1 tahun***
1 year validity period



IR PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

PEMERINTAH KOTA SURABAYA DINAS PENDIDIKAN

Jalan Jagir Wonokromo No. 354-356 Surabaya 60272
Telp. (031) 8418904, 8499515 Fax (031) 8418904

SURAT IJIN

Nomor : 070/3707/436.7.1/2019

sar : Surat dari Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat (Bakesbangpol & Linmas) Tanggal 20 Maret 2019, Nomor : 070/3458/436.8.5/2018 maka dengan ini Kepala Dinas Pendidikan Kota Surabaya memberikan ijin Kepada :

Nama : Abdul Fauzi

Alamat : Dusun Krajan Kulon RT. 03 RW. 16 Desa Paleran
Kec. Umbulsari Kab. Jember

Pekerjaan : Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya

Tema : Pengembangan Model Self Control Terhadap Kecanduan Smartphone pada siswa SMP di Kota Surabaya

Pengikut : --

- uk :
1. Melakukan Survey dan Permintaan data sesuai dengan Tema tersebut diatas di lingkungan Dinas Pendidikan Kota Surabaya.
 2. Lamanya Survey 3 (bulan) bulan, terhitung mulai tanggal Surat dikeluarkan
 3. Mentaati segala peraturan yang berlaku & tidak mengganggu Kegiatan belajar mengajar
 4. Membuat laporan setelah kegiatan penelitian selesai

Dikeluarkan : di Surabaya
Pada Tanggal : 27 Maret 2019

an. KEPALA DINAS PENDIDIKAN
KOTA SURABAYA
Sekretaris



DISASTION TAMBUNAN, MSi

TESIS

**PENGARUH PELATIHAN KOMUNIKASI TERAPEUTIK
BERBASIS SPIRITUAL PADA PERAWAT TERHADAP
SUBJECTIVE WELL-BEING (SWB) PASIEN DENGAN
TUBERCULOSIS PARU DI RUANG RAWAT INAP
RSUD BANGIL KABUPATEN PASURUAN**



**MASMUHUL KHOIR
NIM. 131714153094**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019**

Lampiran 33

**UJI HOMOGENITAS *SELF EFFICACY*
PRE PERLAKUAN DAN PRE KONTROL**

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Self Efficacy Pre	Based on Mean	.056	1	19	.815
	Based on Median	.124	1	19	.728
	Based on Median and with adjusted df	.124	1	18.137	.728
	Based on trimmed mean	.068	1	19	.797