

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku kecanduan *gadget* pada remaja di kelurahan Bangkinang Kota. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17-22 Juli 2020 dengan jumlah sampel sebanyak 70 responden. Dari hasil pengumpulan data dapat disajikan sebagai berikut :

#### A. Karakteristik Responden

Karakteristik responden terdiri dari usia. Distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel 4.1 berikut ini :

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Remaja Di Kelurahan Bangkinang Kota.**

No	Usia (Tahun)	Frekuensi	Presentase
1	16	8	11,1
2	17	13	18,6
<b>3</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>30,0</b>
<b>4</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>30,0</b>
5	20	7	10.0
<b>Jumlah</b>		<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber : kuesioner

Dari tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 70 remaja di kelurahan Bangkinang Kota terbanyak usia 18 dan 19 tahun sebanyak 21 orang (30,0%).

## B. Analisa Univariat

Analisa univariat menggambarkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kontrol diri dan perilaku kecanduan *gadget* Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.2 dan 4.3 berikut ini:

### 1. Kontrol Diri

**Tabel 4.2 : Distribusi Frekuensi Kontrol Diri.**

No	Kontrol diri	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	16	22,9
2	<b>Tinggi</b>	<b>54</b>	<b>77,1</b>
<b>Jumlah</b>		<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber: Kuesioner

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kontrol diri tinggi yaitu sebanyak 54 orang (77,1%).

### 2. Kecanduan *Gadget*

**Tabel 4.3 : Distribusi Frekuensi Kecanduan *Gadget* Pada Remaja di Bangkinang Kota.**

No	Kecanduan <i>gadget</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	<b>Tidak</b>	<b>58</b>	<b>82,9</b>
2	Ya	12	17,1
<b>Jumlah</b>		<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber: Kuesioner

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tidak memiliki kecanduan *gadget* yaitu sebanyak 58 orang (82,9%).

### C. Analisa Bivariat

Analisa bivariat ini menggambarkan hubungan kontrol diri dengan perilaku kecanduan *gadget* pada remaja di Bangkinang Kota. Hasil analisis disajikan pada tabel 4.4 berikut ini:

**Tabel 4.4 : Hubungan Kontrol Diri Dengan Prilaku Kecanduan *Gadget* Pada Remaja Di Bangkinang Kota.**

NO	Kontrol diri	Kecanduan <i>Gadget</i> Pada Remaja				Total		P value	OR
		Tidak		Iya		N	%		
		N	%	N	%				
1	Rendah	10	17,2	6	50,0	16	100	0,000	0.037
2	Tinggi	48	82,0	6	50,0	54	100		
<b>Total</b>		<b>58</b>	<b>77,1</b>	<b>12</b>	<b>22,9</b>	<b>70</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 54 responden yang kontrol diri tinggi, terdapat 6 responden (50,0%) yang kecanduan *gadget*, sedangkan dari 16 responden yang kontrol diri rendah, terdapat 10 (17,2%) tidak kecanduan *gadget*. Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai p value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), dengan derajat kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ). Ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku kecanduan *gadget* pada remaja di Bangkinang Kota. Dari hasil penelitian diketahui nilai OR = 0,037, hal ini berarti remaja yang memiliki kontrol diri rendah berpeluang 0,037 kali untuk memiliki kecanduan *gadget*.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku kecanduan *gadget* pada remaja di Bangkinang Kota. Setelah dilakukannya analisa univariat dan bivariat, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

#### **A. Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa ada hubungan kontrol diri dengan perilaku kecanduan *gadget* pada remaja di Bangkinang Kota ( $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$ ). Dari 54 responden yang kontrol diri tinggi, terdapat 6 responden (50,0%) yang kecanduan *gadget* kontrol dirinya rendah, sedangkan dari 16 responden yang kontrol diri rendah, terdapat 10 (50,0%) tidak kecanduan *gadget*.

Menurut asumsi peneliti dari 54 responden yang kontrol diri tinggi terdapat 6 responden yang kecanduan *gadget* karena 6 responden tidak memiliki kemampuan individu untuk mengendalikan, mengatur serta mengarahkan perilaku yang akan dilakukan, emosi maupun dorongan-dorongan dari dalam diri individu untuk melakukan sesuatu yang berguna baik untuk diri sendiri maupun orang lain di lingkungan sekitar. Dari 16 responden yang kontrol diri rendah terdapat 10 responden yang tidak kecanduan *gadget* karena 10 responden yang tidak kecanduan *gadget* tidak

merasa tertarik untuk menggunakan gadget terlalu lama karena responden memiliki responden mengalami sakit mata jika terlalu lama menatap layar, mengalami sakit kepala jika menggunakan gadget dalam waktu yang lama dan tidak dapat konsentrasi dalam proses belajar karena mengganggu konsentrasi dalam proses belajar.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Karnadi, dkk (2019) terhadap 115 remaja yang berusia 17 hingga 18 tahun (masih duduk di bangku SMA kelas IX) dan mengalami kecanduan kecanduan *gadget*. yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada siswa kelas XI SMA Negeri 16 Palembang. Sehingga hipotesis yang diajukan, bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada siswa kelas XI SMA Negeri 16 Palembang terbukti dan dapat diterima.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat dari Widiana (2004) pengguna *gadget* yang memiliki kontrol diri tinggi mampu untuk mengatur perilaku. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mempertimbangkan konsekuensi sehingga mampu memilih tindakan yang dilakukan. Selain itu individu mampu mengatur dalam menggunakan internet sehingga tidak larut dalam internet dan menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, mampu menyeimbangkan aktivitas online dengan aktivitas lain dalam kehidupan. Individu yang memiliki kontrol diri tidak menjadikan internet sebagai tempat untuk melarikan diri dari masalah. Individu dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu

mengendalikan dirinya, mengarahkan dan mengatur perilaku dalam penggunaan *gadget*.

Hal di atas diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Brian (2005) dalam Anggita Apriliyani (2020) anak yang kecanduan permainan *online* memiliki kondisi psikologis yang berpengaruh terhadap mental seperti banyaknya adegan pada *gadget* yang menampilkan tindakan kriminal dan kekerasan seperti perkelahian, pengerusakan, pemerkosaan, pembunuhan, dan lain sebagainya yang secara tidak langsung akan mempengaruhi alam bawah sadar seseorang bahwa kehidupan nyata sama seperti di dalam permainan tersebut. Ciri-ciri seseorang yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh *gadget* adalah emosional, mudah marah, mudah mengucapkan kata kotor, memaki, mencuri, dan menghambat proses pendewasaan diri.

Agar terciptanya kontrol diri yang baik maka penting untuk memberikan pemahaman yang benar tentang pemanfaatan teknologi khususnya *gadget* sebagai sarana hiburan. Meningkatkan dan meratanya kontrol diri akan memudahkan subjek dalam mengenali dan memahami dirinya sendiri dan orang lain, lebih berempati serta lebih pintar dalam membina hubungan dengan orang lain. Peningkatan kontrol diri dapat dilakukan dengan peningkatan rasa percaya diri, serius dalam menjalin komunikasi, mengembangkan minat juga mengembangkan aset fisik dan psikologis. Semakin baik pengetahuan kontrol diri yang diterima remaja maka akan baik pula dalam mengontrol dirinya (Ulfi Kholidiyah,2013).

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Hasil penelitian tentang hubungan kontrol diri dengan perilaku kecanduan gadget pada remaja di Bangkinang Kota diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden memiliki kontrol diri tinggi yaitu sebanyak 54 orang.
2. Sebagian besar responden kecanduan gadget yaitu sebanyak 58 orang.
3. Terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan gadget pada remaja di Bangkinang Kota.

#### **B. Saran**

1. Aspek Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya karena masih banyak lagi faktor lain yang menyebabkan terjadinya kecanduan *gadget* pada remaja. Dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang kontrol diri.

## 2. Aspek Praktis

### a. Bagi Responden

Diharapkan kepada responden untuk meningkatkan kontrol diri agar dapat mengatasi dan mencegah akan terjadinya kecanduan *gadget*.

### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian tentang kontrol diri, dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam penelitian selanjutnya dengan variabel yang berbeda karna di penelitian ini masih banyak yang bisa di kembangkan contohnya dengan menambahkan variable jenis kelamin, tingkat pendidikan, ataupun usia.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J.R., & Calhoun, J.F. (1991). *Psychology of adjustment human relationship* (3th ed). New York : MmcGraw-Hill.
- Al-Mighwar. (2006). *Psikologi Remaja : Petunjuk bagi Guru dan Orangtua*. Bandung : Pustaka Setia.
- Ameliola, S, Nugraha. 2013. *Perkembangan Media Informasi dan Teknologi Terhadap Anak dalam Era Globalisasi*. Malang : Universitas Brawijaya. <http://icssis.files.wordpress.com/2013/09/2013-0229.pdf>.
- Averill. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-303.
- Baumeister, R.F., Muraven, M., & Tice, D.M. (2000). Ego Depletion A resource model of volition, self regulation, and controlled processing, *Social Cognition*, 18(2), 130-148.
- Baumeister, R.F., & Vohs, K.D. (2004). Understanding self-regulation: Introduction. In R. Baumeister & K. Vohs (Eds), *Handbook of self-Regulation: research, theory, and Applications*. New York, NY : The Guilford Press
- Baumeister, R.F., & Vohs, K.D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and personality Psychology compass* 1(1), 115- 128 .
- Baumeister, R.F. (2012). Need-to\_belong Theory. In Van Lange P.M et al.(ed) 2012. *Handbook of the theories of social psychology* (pp121-140). London : sage.
- Bian, M., & Leung, L. (2014). Linking Loneliness, Shyness, Smartphone Addiction Symptoms, and Patterns of Smartphone Use to Social Capital. *Social Science Computer Review*, 33(1), 61–79. doi:10.1177/0894439314528779.
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). *Psychological Predictors of Problem Mobile Phone Use*. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39-51.
- Cahyo, D. (2017). Penggunaan smartphone di Indonesia tahun 2017. <http://dewina-journal.foutasp.com/> 18 April 2017.
- Chaplin, J.P. (2011). Kamus lengkap psikologi. *Dictionary of psychology*. Kartini Kartono. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Chaplin, J.P. (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Rajawali Press.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Devega, E. (2017). Teknologi masyarakat Indonesia: malas baca tapi cerewet di medsos. <https://kominfo.go.id/content/detail/> 10 Oktober 2017.
- Dewanti, T.C., Widada., & Triyono. (2016). Hubungan keterampilan sosial dan penggunaan gadget smartphone dengan prestasi belajar siswa Sma Negeri 9

- Malang. Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling. 1(3), 126-131, ISSN: 2503-3417.
- Fadilah, R.(2015).Perilaku Konsumtif Mahasiswa UGM dalam Penggunaan Gadget.Yogyakarta: UGM.
- Harfiyanto, Doni, dkk.(2015). Pola Interaksi Sosial Siswa Pengguna Gadget di SMA Negeri 1 Semarang. Semarang: Universitas Negeri Semarang. <http://journal.Unnes.ac.id/sju/index.php/jess>. Diakses 16 Desember 2016.
- Hidayat, A.A.. (2014). Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data. Jakarta : Salemba Medika.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Gramedia.
- Irawan,J.(2013).Pengaruh Kegunaan Gadget terhadap Kemampuan Bersosialisasi pada Remaja.Fakultas Psikologi.Universitas Islam Riau.Diakses tanggal 4 Januari 2017 dari [jurnal.uir.ac.id/index.php/JAN/article/download/422/359](http://jurnal.uir.ac.id/index.php/JAN/article/download/422/359).
- Isaacson, R. M. & Fujita, F. (2006). Metacognitive knowledge monitoring and self-regulated Learning : academic Success and Reflections on Learning. *Journal of the Scholarchip of teaching and learning*, 6(1), hlm. 39-55.
- Jahja, Yudrik. (2011. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Prenada Media.
- Jannah, Miftahul & Rahayu, Sri (2007). Perilaku menunda pemuasan ditinjau dari kontrol diri, intelegensi dan pada anak usia sekolah [Online] <http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/8107814.pdf> .
- Jati dan Herawati.(2014).Segmentasi Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi UAJY dalam Menggunakan Gadget.Diakses tanggal 1 Juni 2016 dari<http://e-journal.UAJY.ac.id>>jurnal.
- Kotler, Philip dan Keller, (2007), Manajemen Pemasaran, Jilid I, Edisi Kedua belas, PT. Indeks, Jakarta.
- Leung, L. (2007). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, addiction symptoms and patterns of mobile phone use. In E. Korini, S. Utz, M. Tanis, & S. Barnes (Eds.), *Mediated interpersonal communication*. New York: Routledge.
- Manumpil. M.Dkk. 2015. Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat Prestasi Siswa di SMA NEGERI 9 Manado. *Ejournal Keperawatan*, (Online), Vol. 3, No. 2, dalam <http://ejournal.unsrat.ac.id> diakses 20 Januari 2017).\
- Karadag, E., Tosuntas, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Babadağ,
- B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. doi:10.1556/2006.4.2015.005.

- KBBI, (2017). Kamus besar bahasa Indonesia (KBBI). [Online] Available at: <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kecanduan>.
- Kominfo. (2018). Kepemilikan telpon genggam oleh individu menurut umur dan jenis telpon genggam. <https://statistik.kominfo.go.id/>.
- Kurniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 1(1), 16-21.
- Kwon M, Lee J-Y, Won W-Y, Park J-W, Min J-A, et al. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *PLoS ONE* 8(2): e56936. doi:10.1371/journal.pone.0056936.
- Lee, J., & Cho, B. (2015). Effects of Self-Control and School Adjustment on Smartphone Addiction among Elementary School Students. *International Journal of Contents*, 11(3). doi.org/10.5392/IJoC.2015.11.3.001.
- Leung, L. (2007). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, addiction symptoms and patterns of mobile phone use. In E. Korini, S. Utz, M. Tanis, & S. Barnes (Eds.), *Mediated interpersonal communication*. New York: Routledge.
- 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 (SPAII). *PLoS ONE*, 9(6), e98312. doi:10.1371/journal.pone.0098312
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurjanah,dkk.(2012). *Manajemen Bencana*. Bandung: ALFABETA.
- Papalia, D., Olds, W. S., & Feldman, R. D. (2009). *human development*. jakarta: salemba humanika.
- Potter & Perry. (2009). *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika
- Santrock, J.W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup. Edisi Ke-13*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja (Edisi Keenam)*. Jakarta: Erlangga.
- Sihombing, R. A. (2018). Kecanduan Smartphone, 2 Pelajar di Bondowoso Alami Gangguan Jiwa *liputan6.com*. diakses tanggal 26 Oktober 2018 dari <https://www.liputan6.com/news/read/3230086>.
- Sumantri, Rita Fahdila. 2012. Kompetensi Pengelolaan Pembelajaran, Kecerdasan Interpersonal, Komitmen, dan Kepuasan Kerja Guru SMK. *Jurnal Ilmu Pendidikan*. 18(1): 30-35.
- Sugiyono. 2004. *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.

- Suprpto, Haddy. 2017. Metodologi Penelitian Untuk Karya Ilmiah. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A. L. (2004). High Self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal succes. *Journal of personality*, 72, 271 – doi: 10.1111/j. 0022-3506.2004.00263.x
- Widiana, H.S, Retnowati, S., & Hidayat, R. (2004). Kontrol diri dan kecenderungan kecanduan internet. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*. 1(1), 6-16.
- Widiawati, I, Sugiman, H & Edy. (2014). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Daya Kembang Anak. Jakarta: Universitas Budi Luhur. *E-journal Keperawatan*, 6, 1-6.
- Winoto, H.(2013).Dampak Penyalahgunaan Teknologi Komunikasi Gadget pada Anak dan Remaja.Diakses tanggal 26 Mei 2016 dari <http://komunikasi.us/index.php/course/1789-contoh-ri-set-teknologidankomunikasi>.
- Yusuf, S. (2011). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung : PT Remaja Rosda Karya.