HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA REMAJA AKHIR

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND INTERNET ADDICTION IN LATE ADOLESCENTS***

**Salma Mustika Kamila1, Kamsih Astuti2** Universitas Mercu Buana Yogyakarta [200810648@student.mercubuana-yogya.ac.id](mailto:200810648@student.mercubuana-yogya.ac.id) 08112299400

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengertahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja akhir. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negtaif antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja akhir. Pada penelitian ini terdapat 214 subjek dengan rentang usia 16-18 tahun. Skala yang digunakan dala penelitian ini adalah *internet addiction test* (IAT) dan skala kontrol diri indonesia versi ringkas Dalam pengambilan data menggunakan teknik *sampling purposive*. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment* dengan aplikasi jamovi 2.2.5*.* Hasil korelasi *product moment* adalah r=-0,592 dengan p=<0.001 yang artinya terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja akhir. Dari uji *independent sample t-test* dari stundent.s t pada variabel kecanduan internet didapatkan hasil p=0,279 (p>0,05) dan pada variabel kontrol diri didapatkan hasil p=0,493 (p>0,05) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara variabel kecanduan internet dan kontrol diri dengan jenis kelamin. Dari hasil R2=0,350 yang artinya kontrol diri mempengaruhi kecanduan internet sebesar 35% dan 65% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata Kunci**: kecanduan internet, kontrol diri, remaja akhir.

***Abstract***

*This research aims to understand the relationship between self-control and internet addiction in late adolescents. The hypothesis in this research is that there is a negative relationship between self-control and internet addiction in late adolescents. In this study there were 214 subjects with an age range of 16-18 years. The scales used in this research were the internet addiction test (IAT) and the short version of the Indonesian self-control scale. Data were collected using a purposive sampling technique. The data analysis technique uses product moment correlation with the Jamovi*

*2.2.5 application. The product moment correlation result is r=-0.592 with p=<0.001, which means there is a significant negative relationship between self-control and internet addiction in late teens. From the independent sample t-test from stundent.s t on the internet addiction variable, the result was p=0.279 (p>0.05) and on the self-control variable, the result was p=0.493 (p>0.05), which means there is no significant difference. significant between the variables of internet addiction and self-control with gender. From the results, R2=0.350, which means that self-control influences internet addiction by 35% and the other 65% is influenced by other factors.*

***Keywords****: internet addiction, self-control, late adolescence.*

# PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu, teknologi terus berkembang menjadi lebih maju dengan membawa bermacam-macam dampak bagi masyarakat maupun negara sehingga semuanya tertarik memanfaatkan kemajuan teknologi ini (Danuri, 2019). Salah satu perkembangan

1

teknologi yang saat ini dapat kita nikmati adalah adanya internet (Latifah & Wardani, 2019). Menurut Gani (2018) internet memiliki berbagai fungsi, yaitu untuk komunikasi, sumber informasi, hingga untuk media promosi karena internet dapat menghubungkan antar pengguna dengan lokasi yang berbeda. Dengan internet, individu dapat memenuhi kebutuhan sehari- harinya (Latifah & Wardani, 2019).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (n.d) mengenai proposi penggunaan internet berdasarkan kelompok usia dari tahun 2017 hingga 2019, pengguna internet terbagi menjadi 4 kelompok umur, yaitu: <15 tahun, 15-24 tahun, 25-64 tahun, dan 65+ tahun. Berdasarkan data pengguna internet didominasi oleh masyarakat berusia 15-24 tahun dengan jumlah 83,58% pada tahun 2019. Menurut Harlock (dalam Daulay, Rohmawati, & Rola, 2017) fase remaja terbagi menjadi dua, remaja awal dan remaja akhir. Remaja awal dimulai dari usia 13 tahun, sedangkan remaja akhir dari usia 16 atau 17 tahun dan diakhiri pada usia 18 tahun. Sehingga remaja akhir adalah individu yang berusia 16 sampai dengan 18 tahun. Sehingga dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan internet pada usia remaja cukup tinggi.

hasil wawancara yang telah dilakukan oleh Pratama, Tolahna, Kurniasih, Septarena, dan Tejo (2023) pada remaja akhir didapatkan hasil bahwa subjek mengalami masalah terkait penggunaan internet dengan mengakses internet tanpa perencanaan sebelumnya. Dari mengakses internet ini subjek mengalami efek negatif seperti sering menunda pekerjaan, insomnia, dan cenderung mengabaikan lingkungan sosialnya. Selain itu, ketika kuota internetnya habis, maka subjek merasa cemas, bingung, bosan, panik, sedih, dan bersamaan dengan perasaan kesal. Selaras dengan pendapat Griffiths (2000), bahwa seorang yang kecanduan internet dapat ditandai dengan menganggap internet sebagai aktivitas terpenting bagi kehidupannya, sehingga individu tersebut akan terus memikirkannya dan memiliki perasaan yang tidak nyaman ketika sedang tidak menggunakannya.

Kecanduan internet menurut Young (1996) dapat dibandingkan dengan ketergantungan terhadap obat-obatan terlarang, alkohol, dan perjudian. Oleh karena itu, penggunaan internet yang bersifat adiktif adalah dengan membandingkan dengan kriteria kecanduan yang sudah ada. Sedangkan menurut Griffiths (2000) kecanduaun internet dianggap sebagai adiksi teknologi yang artinya perilaku ketergantungan yang melibatkan interaksi antara manusia dan mesin. Young (2004) mengungkapkan bahwa kecanduan internet terjadi apabila individu menganggap menggunakan internet adalah hal yang menyenangkan hingga merasa perlu waktu yang banyak agar dapat mencapai kepuasan dalam menggunakan internet, merasa gelisah, murung, deperesi, atau marah ketika berusaha menghentikan atau mengurangi penggunaan internet, menggunakan internet lebih lama dari yang direncanakan, kehilangan orang terdekat, kesempatan pendidikan, dan kehilangan karier, membohongi orang terdekatnya saat menggunakan internet secara

berlebihan, dan menggunakan internet untuk melarikan diri dari maslah atau untuk menghilangkan rasa bersalah, tidak berdaya, gelisah, atau deprepsi.

Menurut Ruby, Prihartanti, dan Partini (2022) kecanduan internet memiliki dampak negatif pada remaja, yaitu: menjadi malas, sering ditegur dikarenakan terlalu banyak menggunakan internet, menurunya prestasi belajar, gangguan fungsi penglihatan, prokrastinasi akademik, dan menunda waktu tidur. dari dampak tersebut dapat dikatakan bahwa kecanduan internet merupakan masalah yang sangat penting untuk diatasi karena dapat berdampak buruk bagi remaja. Cara mengatasi permasalahan ini adalah dengan mengetahui faktor dari kecanduan internet tersebut agar dapat dicegah maupun mengurangi. Salah satu faktor dari kecanduan internet adalah kontrol diri (Istri, 2017).

Menurut Ghufron (dalam Sari dan Astuti, 2020) kontrol diri merupakan faktor yang sangat berpengaruh untuk perilaku pengulangan yang sulit dihindari atau terkait pengendalian tingkah laku yang memerlukan pertimbangan sebelumnya. Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam berperilaku positif dan menghindari perilaku negatif (de Ridder, dkk, 2011). Adapun menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengubah respon, menghentikan perilaku, dan menahan diri dari hal yang negatif atau tidak diinginkan. Sedangkan menurut Calhoun dan Acocella (1983) kontrol diri adalah pengendalian dan pengaturan proses fisik, perilaku, dan psikologis seseorang. de Ridder, dkk (2011) mengungkapkan individu yang memliki kontrol diri mempunyai kemampuan dalam menahan godaan atau mengendalikan impuls dan mampu bertindak mementukan arah untuk jangka panjang.

Pada penelitian Astati, Hamid, dan Marhan (2020) menyebutkan bahwa remaja dengan kontrol diri tinggi dapat mengatur hal baik untuknya. Sehingga, kontrol diri yang tinggi akan membuat individu mampu dalam mengatur penggunaan internet dalam kesehariannya dan dengan kontrol diri yang tinggi, tidak akan menjadikan internet sebagai sebuah alasan sebagai pelarian ketika mendapatkan masalah. Adapun pendapat dari Istri (2017) bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat mengelola penggunaan internet sehingga tidak menggunakannya untuk hal yang tidak diperlukan dan tidak menggunakan internet sebagai pelariannya dari masalah. Selain itu, pada penelitian Irawan, Tania, dan Pratami (2020) mengatakan bahwa kontrol diri berhubungan secara signifikan dengan kecanduan internet pada remaja di SMAN 11 Bandung.

# METODE

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive* atau pengambilan sampel yang dilakukan dengan memperhatikan pertimbangan tertentu (Sugiyono,

2013). Metode penskalaan dalam penyusunan skala ini yaitu *Summated Rating* atau biasa disebut *Likert*. Skala *likert* dapat mengukur persepsi, sikap, dan pendapat individu terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Skala *likert* ini digunakan untuk kedua skala yaitu *Internet Adiction Test* (IAT) dan Skala Kontrol Diri ringkas versi Indonesia. Pada skala IAT terdiri dari dari 6 alternatif jawaban, yaitu Selalu, Sangat Sering, Sering, Kadang-Kadang, Jarang, dan Tidak Pernah. Sedangkan pada skala kontrol diri terdiri dari 7 alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai dengan Diri Saya, Sesuai dengan Diri Saya, Agak Sesuai dengan Diri Saya, Netral, Agak Tidak Sesuai dengan diri Saya, Tidak Seusai dengan Diri Saya, dan Sangat Tidak Sesuai dengan Diri Saya.

Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan aplikasi jamovi 2.2.5*.* sebelum itu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu dengan uji normalitas menggunakan metode uji *Shapiro-wilk* dan selanjutnya melakukan uji linearitas. Selain itu, peneliti melakukan uji *independent sample t-test* pada kedua variabel untuk mengetahui perbedaan tingkat kecanduan internet dan kontrol diri pada remaja akhir ditinjau dari jenis kelaminnya.

# HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang terkumpul pada penelitian ini, skala *Internet Addiction Test* (IAT) versi Indonesia dan skala kontrol diri ringkas versi Indonesia memperoleh perhitungan skor empirik dan skor hipotetik. Deskripsi skor data dari variabel kecanduan internet dan kontrol diri dapat dilihat pada tabel 1.

## Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data Hipotetik** | | | | |  |  | **Data Empirik** | |  |
| **Variabel** | **N** | **Skor** | | **Mean** | **SD** | **Skor** | | **Mean** | **SD** |
|  |  | **Min** | **Max** | **Min** | **Max** |
| **Kecanduaan**  **Internet** | 214 | 0 | 90 | 45 | 15 | 8 | 90 | 48,8 | 17,1 |
| **Kontrol Diri** | 214 | 10 | 70 | 40 | 6 | 10 | 66 | 35,5 | 12,1 |

**Keterangan**

N : Jumlah Subjek Min : Skor Minimal Max : Skor Maksimal Mean : Rata-Rata

SD : Standar Deviasi

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa variabel kecanduan internet memperoleh data hipotetik dengan skor minimum 0 x 18 = 0 dan skor maksimum 5 x 18 = 90, rata-rata

hipotetik (0 + 90): 2 = 45, jarak sebaran data (90 – 0) = 90 dan standar deviasi (90 – 0): 6 = 15. Kemudian variabel kecanduan internet memperoleh data empirik dengan skor minimum 8 dan skor maksimum 90 rata rata empirik 48,8 dan standar deviasi 17,1 Pada variabel kontrol diri memperoleh data hipotetik dengan skor minimum 1 x 10 = 10 dan skor maksimum 7 x 10 = 70,

rata-rata hipotetik (10 + 70): 2 = 40, jarak sebaran data (70 – 10) = 60, dan standar deviasi (70 – 10) : 6 = 6. Kemudian variabel kontrol diri memperoleh data empirik dengan skor minimum 10 dan skor maksimum 66 rata rata empirik 35,5 dan standar deviasi 12,1

Sehingga dapat disimpulkan rata-rata empirik variabel kecanduan internet lebih besar dibandingkan dengan rata-rata hipotetik kecanduan internet. Sedangkan rata-rata empirik variabel kontrol diri lebih kecil dibandingkan dengan rata-rata hipotetik.

Kategorisasi dalam penelitian ini menggunakan rumus dari Azwar (2015) dan tujuan dari melakukan kategorisasi adalah untuk memposisikan subjek ke dalam suatu kelompok tertentu. Adapun kategorisasi variabel kecanduan internet dan kontrol diri yang dihasilkan dari rumus kategorisasi Azwar (2015) terdapat pada tabel 2 dan 3.

## Tabel 2. Kategorisasi Kecanduan Internet

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategorisasi** | **Rumus** | **Skor** | **N** | **Presentase** |
| Tinggi | (μ + 0,75σ) ≤ X | 56 ≤ X | 84 | 39% |
| Sedang | (μ – 0,75σ) ≤ X < (μ + 0,75σ) | 34 ≤ X < 56 | 85 | 40% |
| Rendah | X < (μ – 0,75σ) | X < 34 | 45 | 21% |
|  |  | **Total** | 214 | 100% |

Berdasarkan tabel 5, kategorisasi kecanduan internet pada 84 (39%) subjek memiliki tingkat kecanduan internet yang tinggi, 85 (40%) subjek memiliki tingkat kecanduan internet yang sedang, dan 45 (21%) subjek memiliki tingkat kecanduan internet yang rendah.

## Tabel 3. Kategorisasi Kontrol Diri

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kategorisasi** | **Rumus** | **Skor** | **N** | **Presentase** |
| Tinggi | (μ + 0,75σ) ≤ X | 48 ≤ X | 37 | 17% |
| Sedang | (μ – 0,75σ) ≤ X < (μ + 0,75σ) | 33 ≤ X < 48 | 88 | 41% |
| Rendah | X < (μ – 0,75σ) | X < 33 | 89 | 42% |
|  |  | **Total** | 214 | 100% |

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, kategorisasi kontrol diri pada 37 (17%) subjek memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi, 88 (41%) subjek memiliki tingkat kontrol diri yang sedang, dan 89 (42%) subjek memiliki tingkat kontrol diri yang rendah.

## Uji Asumsi

* 1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan adalah *Shapiro-wilk* dengan hasil yang didapatkan pada skala kecanduan internet W=0,987 dengan p=0,051 (p>0,05) artinya sebaran data variabel kecanduan internet normal. sedangkan hasil yang didapatkan pada skala kontrol diri W=0,987 dengan p=0,052 (p>0,05) artinya sebaran data variabel kontrol diri normal. maka peneliti dapat melanjukan ketahap selanjutnya.

* 1. Uji Linearitas

Berdasarkan hasil uji linearitas antara kedua variabel, di dapatkan nilai F=114 dan p

<0,01 (p < 0,05) maka dapat di asumsikan bahwa hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet linear.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tabel 4. Uji Linearitas** | | | | | | |
| **Overall Model Test** | | | | | | |
| **Model** | **R** | **R²** | **F** | **df1** | **df2** | **p** |
| 1 | 0.592 | 0.350 | 114 | 1 | 212 | < .001 |

## Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis. Uji hipotesis yang digunakan adalah teknik korelasi *product moment*. Menurut Sugiyono (2019) teknik korelasi *product moment* digunakan untuk menentukan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Pedoman yang digunakan untuk uji korelasi yaitu apabila p < 0,050 berarti ada korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat. Namun apabila nilai p ≥ 0,050 maka artinya tidak ada korelasi antara kedua variabel.

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment*, diperoleh nilai r= -0,617 dengan p=

<0,001 yang artinya ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja akhir sehingga hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Irawan, Tania, dan Pratami (2020) mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif secara signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet. Kemudian, diperoleh juga nilai R2=0,350 yang artinya kontrol diri mempengaruhi kecanduan internet sebesar 35% dan 65% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

## Hasil Analisis Tambahan

Analisis tambahan dilakukan untuk melihat perbedaan kecanduan internet dan kontrol diri pada remaja akhir Perempuan dan laki-laki. Dalam hal ini, peneliti melakukan uji *independent sample t-test* pada kedua variabel untuk mengetahui perbedaan tingkat kecanduan internet dan kontrol diri pada remaja akhir. Sebelumnya peneliti melakukan uji prasyarat terlebih dahulu dengan melakukan uji normalitas dan uji homogenitas.

Dari hasil uji normalitas pada variabel kecanduan internet diperoleh hasil W=0,988 dengan p=0,075 (p>0,05). Sedangkan untuk varibael kontrol diri diperoleh hasil W=0,987 dengan p=0,051 (p>0,05). Artinya sebaran data kedua varibel normal. Selanjutnya peneliti melakukan uji homogenitas berdasarkan hasil *Levene's Test for Equality of Variances* pada variabel kecanduan internet diperoleh hasil F=0,045 dengan p=0,831 (p=>0,05) sedangkan pada variabel kontrol diri diperoleh hasil F=3,386 dengan p=0,051 (p=>0,05). Hal ini dapat diartikan bahwa data kedua variabel pada remaja akhir merupakan data yang homogen.

Selanjutnya, peneliti melakukan uji komparasi menggunakan *independent sample t-test* dari student’s t pada variabel kecanduan internet menghasilkan nilai p=0,279 (p>0,05) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara variabel kecanduan internet dengan jenis kelamin. Hasil penelitian ini berbanding kebalik dengan teori yang dikatakan oleh Ha dan Hwang (2014) yang mengatakan bahwa jenis kelamin mempengaruhi tingkat kecanduan internet dengan hasil laki-laki kecenderungan memiliki tingkat kecanduan internet lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal ini terjadi karena hasil analisis regresi logistik berganda menunjukkan tiga indikator kesehatan psikologis termasuk penilaian kesehatan diri yang buruk, ketidakbahagiaan subjektif, dan gejala depresi berhubungan secara signifikan dengan kecanduan internet pada remaja laki-laki.

Pada variabel kontrol diri menghasilkan nilai p=0,493 (p>0,05) yang artinya tidak ada perbedaan yang signifikan antara variabel kontrol diri dengan jenis kelamin. Hal ini selaras dengan pendapat Shekarkhar & Gibson (2011) bahwa tingkat kontrol diri tidak ditentukan oleh jenis kelamin melainkan dipengaruhi juga dengan faktor luar dan dari indivdiu itu sendiri, seperti ketika individu merasa memiliki akses yang besar dalam melakukan hal negatif maka individu tersebut akan cenderung melakkukan tindakan yang negatif. Namun, berbeda dengan pendapat Gottfredson & Hirschi (dalam Andaryani, 2013) yang mengatakan bahwa jenik kelamin mempengaruhi kontrol diri dengan hasil laki-laki cenderung memiliki kontrol diri yang kurang dibandingkan dengan Perempuan. Hal ini terjadi karena laki-laki cenderung banyak melakukan tindakan negatif dan menyimpang seperti tindakan kriminal dan kenalakan.

# KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja akhir. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat kontrol diri maka semakin tinggi tingkat kecanduan internet pada remaja akhir. Sebaliknya semakin tinggi tingkat kontrol diri maka semakin rendah tingkat kecanduan internet pada remaja akhir. Kontrol diri yang rendah ditandai dengan kurang mampunya individu dalam menahan godaan dan kurang mampu mempertimbangkan dengan baik pilihan yang akan menjadi tujuannya sehingga kemampuan menggunakan internet sulit untuk dibatasi. Sedangkan individu dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu menahan godaan dan mempertimbangkan dengan baik pilihan yang akan menjadi tujuannya sehingga individu akan mampu membatasi diri dalam menggunakan internet.

# DAFTAR PUSTAKA

Andaryani, D. (2013). Perbedaan tingkat self control pada remaja laki-laki dan remaja perempuan yang kecanduan internet. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, *2*(3), 206-214.

<https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp3607e55f13full.pdf>

Astati, A., Hamid, R., & Marhan, C. (2020). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal Sublimapsi*, *1*(3), 80-89. [10.36709](https://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i3.12766).

Azwar, S. (2015). *Metode Penelitian*. Yogyakarta : Pustaka Belajar

Badan Pusat Stastistik. (n.d). Proporsi Individu Yang Menggunakan Internet Menurut Kelompok Umur (Persen), 2017-2019. Diakses tanggal 20 Oktober 2023 dari [https://www.bps.go.id/indicator/27/1228/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-](https://www.bps.go.id/indicator/27/1228/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-internet-menurut-kelompok-umur.html) [internet-menurut-kelompok-umur.html](https://www.bps.go.id/indicator/27/1228/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-internet-menurut-kelompok-umur.html)

Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships.*

New York: Random House.

Danuri, M. (2019). Perkembangan dan transformasi teknologi digital. *Jurnal Ilmiah Infokam*, *15*(2). [10.53845](https://doi.org/10.53845/infokam.v15i2.178)

Daulay, D. A., Rahmawati, A., & Rola, F. (2017). Self-Concept Differences between Obese and Non-Obese Adolescents: A Comparative Study of Senior High School Students in Medan City. *In 2nd International Conference on Social and Political Development, 136*, 266-

270. [10.2991.](https://doi.org/10.2991/icosop-17.2018.41)

de Ridder, D. T., de Boer, B. J., Lugtig, P., Bakker, A. B., & van Hooft, E. A. (2011). Not doing bad things is not equivalent to doing the right thing: Distinguishing between inhibitory and initiatory self-control. *Personality and Individual Differences*, *50*(7), 1006-1011.

Gani, A. G. (2018). Pengenalan teknologi internet serta dampaknya. *JSI (Jurnal Sistem Informasi) Universitas Suryadarma*, *2*(2). [10.35968](https://doi.org/10.35968/jsi.v2i2.49)

Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer" addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, *3*(2), 211-218. [10.1089.](https://www.liebertpub.com/doi/abs/10.1089/109493100316067)

Ha, Y. M., & Hwang, W. J. (2014). Gender differences in internet addiction associated with psychological health indicators among adolescents using a national web-based survey. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *12*, 660-669. [10.1007](https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-014-9500-7)

Irawan, E., Tania, M., & Pratami, A. S. R. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Sman 11 Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *8*(2), 215-223. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/420>

Istri, D. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa SMK.

<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/9266>

Latifah, N., & Wardani, S. I. (2019). Pengaruh Promosi Terhadap Minat Belanja Online Melalui Kemajuan Teknologi Internet Di Kota Blitar. *Jurnal Ilmiah Ar-Risalah: Media Ke- Islaman, Pendidikan dan Hukum Islam*, *17*(1), 106-117.

https://ejournal.iaiibr ahimy.ac.id/index.ph p/arrisalah/article/vi ew/1002

Pratama, A., Tolahna, M. Z., Kurniasih, P. N., Septarena, Y., & Tejo, L. (2023). Dampak Kecanduan Internet Pada Remaja Akhir. In *Proceeding Conference On Psychology and Behavioral Sciences*, *2*(1), 46-52. <http://proceedings.dokicti.org/index.php/CPBS/article/view/40>

Ruby, A. C., Prihartanti, N., & Partini, P. (2022). Hubungan antara keberfungsian keluarga dan Fear of Missing Out (FoMO) dengan kecanduan internet pada remaja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *10*(3), 596-607. [10.30872](http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v10i3.8500)

Shekarkhar, Z., & Gibson, C. L. (2011). Gender, self-control, and offending behaviors among Latino youth. *Journal of Contemporary Criminal Justice*, *27*(1), 63-80. [10.1177](https://doi.org/10.1177/1043986211402224)

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predicts Good

Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success. *Journal of Personality, 72*(2), 271–322. [10.1111](https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x)

Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological reports*, *79*(3), 899-902. [10.2466](https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899).

Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American behavioral scientist*, *48*(4), 402-415. [10.1177](https://doi.org/10.1177/0002764204270278)