



**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *SELF-CONTROL*
DENGAN *SMARTPHONE ADDICTION* PADA REMAJA
PENGGUNA TIK TOK**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

DIANA VERNANDA

NIM: 2019 60 076

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MURIA KUDUS

2023



**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *SELF-CONTROL*
DENGAN *SMARTPHONE ADDICTION* PADA REMAJA
PENGGUNA TIK TOK**

Skripsi

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Disusun Oleh:

DIANA VERNANDA

NIM: 2019 60 076

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus Dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagain Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh

Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal:

13 SEP 2023

Mengesahkan Fakultas Psikologi

Universitas Muria Kudus

Dekan



(Iranita Heru Mardayani, S.Psi., M.Psi)

Dewan Penguji

1. Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A

2. Ridwan Budi Pramono, S.Psi., M.A

3. Fajar Kawuryan, S.Psi., M.Si

Tanda Tangan

A handwritten signature in black ink, positioned above a dotted line.

A handwritten signature in black ink, positioned above a dotted line.

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *SELF-CONTROL* DENGAN
SMARTPHONE ADDICTION PADA REMAJA PENGGUNA TIK TOK**

Yang diajukan oleh:

DIANA VERNANDA

NIM: 2019 60 076

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Latifah Nur Ahyani, S.Psi., M.A

Tanggal: 13 SEP 2023

PERSEMBAHAN

Dengan segenap cinta, kasih sayang serta do'a, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Tuhan yang selalu melimpahkan segala nikmat-Nya dalam kehidupan saya selama ini.

Keluarga tercinta, Bapak, Ibu, Mba Erna, Mas Rizki, dan Adek Ghaisan, yang selalu memberikan do'a, motivasi, dorongan kasih sayang yang tiada henti dan dukungan baik secara moral maupun finansial..

Almamaterku Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus beserta dosen-dosen dan jajarannya yang sudah memberikan ilmunya.

Tulus, yang telah menjadi sumber semangat dan inspirasiku dalam menyelesaikan skripsi.

Terima kasih untuk semuanya.

MOTTO

حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ نِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

“Cukuplah bagi kami Allah, sebaik-baiknya pelindung dan sebaik-baiknya penolong kami.”

“Yesterday I was clever, so I wanted to change the world. Today I am wise, so I am changing myself.”

-Rumi

“Selama Tuhan masih memberikan nafas kepada hamba-Nya, di saat itulah Tuhan masih memberikan rezeki-Nya.”

-Diana Vernanda

PRAKATA

Alhamdu Lillahi Robbil `alamin, puji dan syukur penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT dan segala Rahmat dan Hidayah-Nya. Shalawat beriring salam tercurah kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarganya, sahabat, dan para pengikutnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Loneliness* dan *Self-Control* dengan *Smartphone Adicction* pada Remaja Pengguna Tik Tok” dengan tepat waktu. Skripsi yang telah dikerjakan oleh penulis guna memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi).

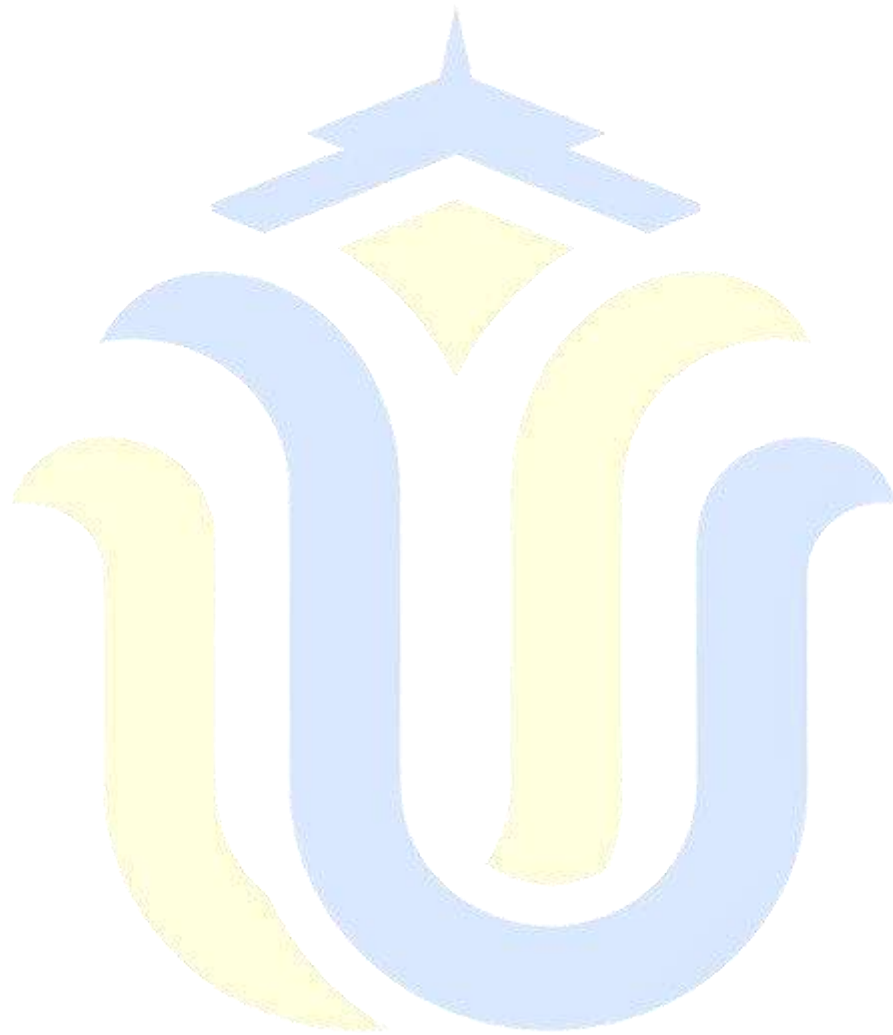
Dalam menyelesaikan skripsi ini, berbagai pihak memberikan bantuan baik secara finansial maupun support, motivasi, do'a-do'a serta bimbingan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa syukur dan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah mendukung penulis, yakni kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S. Psi., M. Psi. selaku Dekan Fakultas Psikologi Univeristas Muria Kudus.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S. Psi., MA., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah berkenan untuk meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan dukungan penulis dari awal hingga akhir penyusunan skripsi dapat diselesaikan dengan baik.
3. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang tak ternilai, motivasi, dan dukungan

selama penulis mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.

4. Seluruh staff Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus yang telah membantu penulis dalam menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
5. Kedua orang tua, Ibu dan Bapak tercinta yang selalu memberikan cinta, kasih sayang, do'a, dukungan, semangat, nasehat, dan kesabaran yang luar biasa kepada penulis sehingga dapat mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus dengan baik. Penulis berharap dapat menjadi anak yang sholehah, berbakti, dan dapat dibanggakan.
6. Mas Rizki, Mba Erna, dan Adek terima kasih atas segala do'a, dukungan, motivasi, dan nasehatnya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya skripsi.
7. Kepada kucing penulis, Chiko dan Sapi yang telah menemani dan menjadi *mood booster* saat masa sulit penulis dalam menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus. Penulis sayang dan cinta sama Chiko dan Sapi, semoga Chiko dan Sapi selalu bahagia di sana.
8. Teman-Teman Psikologi Angkatan 2019. Terima kasih atas do'a, semangat, saran, dukungan, dan kenangan manis selama empat tahun terakhir.
9. Seluruh pihak yang telah membantu penulis untuk menjawab skala penelitian dan yang membagikan link kuesioner skala penelitian.

Terima kasih banyak atas bantuan dari berbagai pihak yang telah diberikan kepada penulis. Semoga Tuhan membalas kebaikan bapak ibu dosen, orangtua,



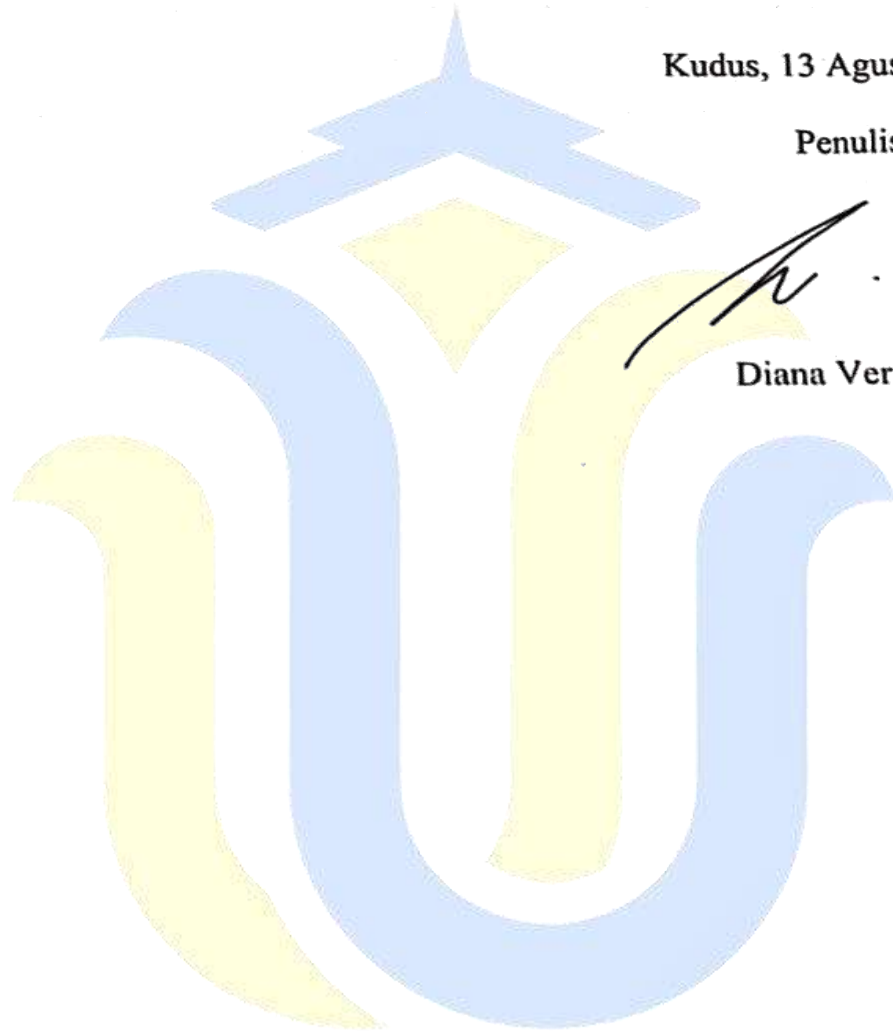
keluarga, teman-teman, dan seluruh pihak yang sudah membantu penulis dalam menyelesaikan karya skripsi ini. Penulis sepenuhnya menyadari bahwasanya karya tulis ini jauh dari kata sempurna, saran dan kritik yang membangun akan selalu penulis harapkan. Semoga karya skripsi ini memberikan manfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya khususnya fakultas psikologi.

Kudus, 13 Agustus 2023

Penulis



Diana Vernanda



DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
PRAKATA	vii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT	xv
ABSTRAK	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	11
C. Manfaat Penelitian	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Smartphone Addicction</i>	14
1. Pengertian <i>Smartphone Addiction</i>	14
2. Aspek-aspek <i>Smartphone Addiction</i>	15
3. Faktor-faktor <i>Smartphone Addiction</i>	18
B. <i>Loneliness</i>	20
1. Pengertian <i>Loneliness</i>	20
2. Aspek-aspek <i>Loneliness</i>	21
C. <i>Self-Control</i>	24
1. Pengertian <i>Self-control</i>	24
2. Aspek-aspek <i>Self-control</i>	25
D. Hubungan antara <i>Loneliness</i> dan <i>Self-Control</i> terhadap <i>Smartphone Addiction</i> pada Remaja Pengguna Tik Tok	29
E. Hipotesis Penelitian.....	32

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel.....	34
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
D. Metode Pengumpulan Data	38
E. Validitas dan Reliabilitas	44
F. Metode Analisis Data.....	45

BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancuh Penelitian.....	47
B. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	47
C. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	52
D. Analisis Data	57
E. Pembahasan.....	62

BAB V SIMPULAN

A. Simpulan	72
B. Saran.....	72

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel Blueprint Skala <i>Smartphone Addiction</i>	40
Tabel 3.2 Tabel Blueprint Skala <i>Loneliness</i>	41
Tabel 3.3 Tabel Blueprint Skala <i>Self-Control</i>	42
Tabel 4.1 Sebaran item Skala <i>Smartphone Addiction</i> Sebelum Uji Coba	49
Tabel 4.2 Sebaran Item Skala <i>Loneliness</i> Sebelum Uji Coba.....	50
Tabel 4.3 Sebaran Item Skala <i>Self-Control</i> Sebelum Uji Coba	51
Tabel 4.4 Sebaran Item Skala <i>Smartphone Addiction</i>	53
Tabel 4.5 Sebaran Item Skala <i>Loneliness</i>	54
Tabel 4.6 Sebaran Pernyataan Skala <i>Self-Control</i>	55
Tabel 4.7 Sebaran Item Baru Skala <i>Smartphone Addiction</i>	56
Tabel 4.8 Sebaran Pernyataan Baru Skala <i>Loneliness</i>	56
Tabel 4.9 Sebaran Pernyataan Baru Skala <i>Self-Control</i>	57
Tabel 4.10 Hasil uji normalitas	58
Tabel 4.11 Hasil Uji Linieritas <i>Loneliness</i> dengan <i>Smartphone Addiction</i>	58
Tabel 4.12 Hasil Uji Linieritas <i>Self-Control</i> dengan <i>Smartphone Addiction</i>	59
Tabel 4.13 Uji Hipotesis Mayor.....	59
Tabel 4.14 Hasil Analisis Korelasi <i>Loneliness</i> dengan <i>Smartphone Addiction</i>	60
Tabel 4.15 Hasil Analisis Korelasi <i>Self-Control</i> dengan <i>Smartphone Addiction</i> .	61
Tabel 4.16 Hasil Kategorisasi Standard Deviation	57

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A DATA KASAR PENELITIAN.....	83
A.1 Data Kasar <i>Loneliness</i> Try Out	84
A.2 Data Kasar <i>Self-Control</i> Try Out	91
A.3 Data Kasar <i>Smartphone Addiction</i> Try Out	98
LAMPIRAN B VALIDITAS DAN RELIABILITAS	111
B.1 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas <i>Loneliness</i>	112
B.2 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas <i>Self-Control</i>	116
B.3 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas <i>Smartphone Addiction</i>	120
LAMPIRAN C DATA PENELITIAN FIX.....	125
C.1 Data Penelitian Fix <i>Loneliness</i>	126
C.2 Data Penelitian Fix <i>Self-Control</i>	133
C.3 Data Penelitian Fix <i>Smartphone Addiction</i>	140
C.4 Data Total	147
LAMPIRAN D UJI ASUMSI.....	151
D.1 Uji Normalitas	152
D.2 Uji Linieritas	154
LAMPIRAN E UJI ANALISIS REGRESI.....	156
LAMPIRAN F SKALA PENELITIAN.....	159
F.1 Skala Penelitian Awal	160
F.2 Skala Penelitian Fix	171
LAMPIRAN G KATEGORISASI.....	179
G.1 Kategorisasi Standar Deviasi <i>Loneliness</i>	180
G.2 Kategorisasi Standar Deviasi <i>Self-Control</i>	185
G.3 Kategorisasi Standar Deviasi <i>Smartphone Addiction</i>	190
LAMPIRAN H SCREENING JUDUL, FORM A, FORM B, TURNITIN..	195

**THE RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND SELF-CONTROL
WITH SMARTPHONE ADDICTION IN ADOLESCENT USERS OF THE
TIK TOK APPLICATION**

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the relationship between loneliness and self-control with smartphone addiction in adolescent users of the Tik Tok application. The population in this study are adolescent age 12-21 years who are domiciled in Kudus, using their smartphone and user of the Tik Tok application. The sampling technique in this study used a quota sampling were 100. The measuring instrument used to obtain the data was the smartphone addiction scale, loneliness scale, and self-control scale. The correlation coefficient of the third variable r_{x_2y} is 0.410 with a significance of $p < 0.000$ ($p < 0.01$), which meant that there was very significant relationship between loneliness and self-control with smartphone addiction. Thus, the mayor's hypothesis proposed in this study was accepted, with an effective contributing 16,8%. The result of the analysis of the loneliness variable with smartphone addiction showed that correlation coefficient r_{x_1y} was 0,356 with a p value of 0.000 ($p < 0,01$), with an effective contribution of 12,7%. These results indicated that there is a very significant positive relationship between loneliness with smartphone addiction thus the minor hypothesis is proposed in this study is accepted. The results of the analysis of self-control variables with smartphone addiction showed the correlation coefficient r_{x_2y} of -0,355 with a p -value of 0.000 ($p < 0.01$), with an effective contribution 12,6%. These results indicate that there is a very significant negative relationship between self-control with smartphone addiction thus the minor hypothesis proposed in this study is accepted.

Keyword: loneliness, self-control, smartphone addiction

HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *SELF-CONTROL* DENGAN *SMARTPHONE ADDICTION* PADA REMAJA PENGGUNA TIK TOK

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik mengenai hubungan antara *loneliness* dan *self-control* dengan *smartphone addiction* pada remaja pengguna Tik Tok. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja usia 12-21 tahun berdomisili di Kudus, menggunakan *smartphone* dan aplikasi Tik Tok. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *quota sampling* dengan 100 partisipan. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala *smartphone addiction*, skala *loneliness*, dan skala *self-control*. Hasil koefisien korelasi dari ketiga variabel r_{x1y} sebesar 0,410 dengan $p < 0,000$ ($p < 0,01$), hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis mayor yang diajukan terbukti, dimana *loneliness* dan *self-control* mempunyai hubungan yang sangat signifikan dengan *smartphone addiction* dengan sumbangan efektif 16,8%. Hasil analisis variabel *loneliness* dengan *smartphone addiction* diperoleh koefisien korelasi r_{x1y} 0,356 dengan $p < 0,000$ ($p < 0,01$), sumbangan efektif sebesar 12,7%. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *loneliness* dengan *smartphone addiction*, dengan demikian hipotesis minor terbukti. Hasil analisis *self-control* dengan *smartphone addiction* diperoleh koefisien korelasi r_{x2y} sebesar -0,355 dengan $p < 0,000$ ($p < 0,01$), sumbangan efektif sebesar 12,6%. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *self-control* dengan *smartphone addiction*, dengan demikian hipotesis minor dinyatakan terbukti.

Keyword: *loneliness, self-control, smartphone addiction*