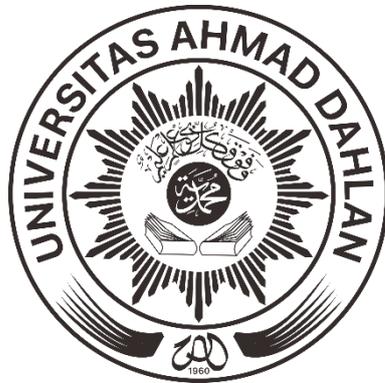


**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN *NOMOPHOBIA*
PADA SISWA SMA DI KOTA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana
Psikologi



Oleh:

Nida Nurmalia Mulyani
2000013290

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN NOMOPHOBIA PADA SISWA SMA DI KOTA YOGYAKARTA

Yang disusun oleh :

Nida Nurmalia Mulyani
2000013290

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan dan
Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

1 Maret 2024

Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan

Pada Tanggal

21 Maret 2024

Dekan,



Dra. Elli Nur Hayati, M.P.H., Ph.D., Psikolog

Pembimbing : Triantoro Safaria, S.Psi., M.Si., Ph.D.

Dewan Penguji :

1. Triantoro Safaria, S.Psi., M.Si., Ph.D.
2. Dr. Ahmad Muhammad Diponegoro
3. Alfi Purnamasari, S.Psi., M.Si., Psikolog

Tanda Tangan

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN *NOMOPHOBIA*
PADA SISWA SMA DI KOTA YOGYAKARTA**

Yang diajukan oleh:

Nida Nurmalia Mulyani
2000013290

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing,



Triantoro Safaria, S.Psi., M.Si., Ph. D., Psikolog
NIPM 197402232005081110954527

Tanggal 31 Januari 2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Bismillaahirrohmaanirrohiim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nida Nurmalia Mulyani

NIM : 2000013290

Fakultas : Psikologi

menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan *Nomophobia* pada Siswa SMA di Kota Yogyakarta” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali pada bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika di kemudian hari ternyata pernyataan saya tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Yogyakarta, 31 Januari 2024

Yang menyatakan



Nida Nurmalia Mulyani

NIM: 2000013290

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nida Nurmalia Mulyani
NIM : 2000013290
Email : nidanurmalia14@gmail.com
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara Kontrol Diri dengan
Nomophobia pada Siswa SMA di Yogyakarta

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di Institusi Pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 31 Januari 2024

Yang menyatakan



Nida Nurmalia Mulyani
NIM: 2000013290

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nida Nurmalia Mulyani
NIM : 2000013290
Email : nidanurmalia14@gmail.com
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Hubungan antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada Siswa SMA di Yogyakarta

Dengan ini saya menyatakan hak sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya **(mengijinkan/ tidak mengijinkan)*** karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 18 Maret 2024



Nida Nurmalia Mulyani
2000013290

Mengetahui,
Pembimbing



Triantoro Safaria, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ

الْعُرُورُ

“Wahai manusia! Sungguh, janji Allah itu benar, maka janganlah kehidupan dunia memperdayakan kamu dan janganlah (setan) yang pandai menipu, memperdayakan kamu tentang Allah” (Q.S Fatir ayat 5)

HALAMAN PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah aalamiin. Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan karuniaNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi hingga akhir, serta orang-orang yang berada disekitar yang senantiasa mendukung penulis dengan sepenuh hati.

Sebagai perwujudan rasa syukur, skripsi ini penulis persembahkan untuk Bapak Yono Mulyono, seseorang yang biasa saya sebut sebagai Bapak. Seorang laki-laki hebat yang sudah berjuang membesarkan serta menyayangi saya sampai saat ini. Terima kasih karena tidak pernah lelah menjadi garda terdepan untuk keluarga dan terima kasih untuk semua doa serta dukungan bapak selama ini. Kemudian kepada Ibu Nur Halimah, seseorang yang biasa saya sebut sebagai mamah. Seorang wanita hebat yang selalu kuat dan menjadi panutan bagi anak perempuannya. Terima kasih karena sudah melahirkan, menyayangi, merawat serta menjadi tempat keluh kesah saya tentang segala hal dalam kehidupan. Terima kasih juga untuk semua doa serta dukungan mamah selama ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan Rahmat serta karuniaNya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kontrol Diri dengan *Nomophobia*” ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad saw yang telah membawa manusia dari zaman kegelapan hingga zaman terang benderang seperti saat ini.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan bimbingan, bantuan serta dukungan selama penulis menyusun skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis sampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Lembaga ini.
2. Dekan Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Program Studi Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan motivasi dan dorongan selama perkuliahan.
4. Siti Muthia Dinni, S. Psi., M. Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing, memotivasi, serta memberikan

arahan kepada penulis selama proses perkuliahan dari awal hingga akhir.

5. Triantoro Safaria, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan serta dorongan dengan sabar dan Ikhlas kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
6. Dosen Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan ilmu dan motivasi selama proses perkuliahan dari awal hingga akhir, serta seluruh staf Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan dan bantuan dalam penulisan skripsi
7. Kepada siswa kelas 10 SMAN 4 Yogyakarta, siswa kelas 10 SMAN 6 Yogyakarta, siswa kelas 11 SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dan siswa kelas 11 SMAN 11 Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar
8. Kepada kedua orang tua saya, Bapak Yono Mulyono, Ibu Nur Halimah dan saudara saya Aulia Nurfadilah yang telah memberikan kasih sayang, cinta, doa, serta dukungan kepada penulis.
9. Kepada teman-teman dekat saya, Rizda, Ulfah, Hilmi, Melita, Rosmia, Mazia, teman-teman dekat semasa kuliah (Giska, Wilis, Syifa, Fatya dan Afifah) dan teman-teman kelompok *nomophobia* (Hanifa, Arin, Wilis, Sasa dan Mey) yang selalu menghibur, memberikan dukungan dan menemani penulis selama pengerjaan skripsi.

10. Kepada Salma dan Rony, terima kasih karena telah menjadi *public figure* yang menginspirasi dan melahirkan karya-karya indah yang menemani penulis selama pengerjaan skripsi.

Yogyakarta, 31 Januari 2024
Yang menyatakan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nida Nurmalia Mulyani', written in a cursive style with a horizontal line underneath.

Nida Nurmalia Mulyani
NIM: 2000013290

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN AKSES.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK.....	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Keaslian Penelitian.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Perilaku <i>Nomophobia</i>	11
1. Definisi <i>Nomophobia</i>	11
2. Aspek <i>Nomophobia</i>	11

3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Nomophobia</i>	13
B. Kontrol Diri	14
1. Definisi Kontrol Diri	14
2. Aspek Kontrol Diri	15
C. Hubungan Antara Kontrol Diri dan <i>Nomophobia</i>	16
D. Hipotesis	18
BAB III	19
METODE PENELITIAN	19
A. Identifikasi Variabel Penelitian	19
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	19
1. Definisi <i>Nomophobia</i>	19
2. Definisi Kontrol Diri	20
C. Populasi dan Sampel	20
D. Metode Pengumpulan Data	23
E. Validitas dan Reliabilitas	25
F. Analisis Data	26
BAB IV	27
A. Orientasi Kancah	26
B. Uji Coba Alat Ukur	29
1. Persiapan	29
2. Waktu Pelaksanaan	31
3. Jumlah Subjek Uji Coba	31
4. Prosedur Pelaksanaan Uji Coba	31
5. Hasil Analisis Uji Coba	32
C. Prosedur Pengumpulan Data	35
D. Hasil Analisis Data	36
1. Deskriptif Data Penelitian	36

2. Kategorisasi.....	38
3. Uji Asumsi.....	40
4. Uji Hipotesis.....	43
E. Pembahasan.....	45
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	52
Lampiran.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi siswa SMA di Kota Yogyakarta.....	19
Tabel 2. Sampel siswa SMA di Kota Yogyakarta.....	21
Tabel 3. <i>Blue Print No Mobile Phone Phobia Questionnaire (NMP-Q)</i>	23
Tabel 4. <i>Blue Print</i> Skala Kontrol Diri	24
Tabel 5. Sebaran aitem uji coba skala <i>No Mobile Phone Phobia Questionnaire (NMP-Q)</i>	30
Tabel 6 Sebaran aitem uji coba skala kontrol diri.....	31
Tabel 7 Hasil sebaran aitem skala nomophobia setelah uji coba.....	33
Tabel 8. Hasil sebaran aitem skala kontrol diri setelah uji coba.....	34
Tabel 9. Hasil penomoran ulang skala kontrol diri.	35
Tabel 10. Data ststistik deskriptif skala <i>nomophobia</i> dan kontrol diri.	37
Tabel 11. Rumus perhitungan jarak interval.....	38
Tabel 12. Kategorisasi nomophobia.....	38
Tabel 13. Kategorisasi kontrol diri.....	39
Tabel 14. Hasil uji normalitas.....	41
Tabel 15. Tabel uji linearitas.....	42
Tabel 16. Hasil analisis korelasi <i>Product Moment</i>	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba.....	52
Lampiran 2. Tabulasi Data Uji Coba.....	58
Lampiran 3. Hasil Analisis Data Uji Coba.....	64
Lampiran 4. Skala Penelitian.....	70
Lampiran 5. Tabulasi Data Penelitian.....	78
Lampiran 6. Hasil Analisis Data Penelitian.....	94
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	96

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA DI KOTA YOGYAKARTA

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara kontrol diri dan *nomophobia* pada siswa SMA di Kota Yogyakarta. Populasi dari penelitian ini adalah siswa SMA negeri dan siswa SMA swasta di Kota Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel yang diambil pada penelitian ini sebanyak 292 siswa SMA. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan alat ukur berupa skala kontrol diri dan skala *No Mobile Phone Phobia Questionnaire (NMP-Q)*. Analisis penelitian ini menggunakan analisis korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data antara kontrol diri dengan *nomophobia* mendapatkan hasil $r = -0.320$ dan taraf signifikansi p sebesar 0.000 ($p < 0.01$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada siswa SMA di Kota Yogyakarta. Kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 10.24% terhadap *nomophobia*. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah *nomophobia* pada siswa SMA di Kota Yogyakarta, begitupun sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi *nomophobia* pada siswa SMA di Kota Yogyakarta.

Kata Kunci: kontrol diri, *nomophobia*, siswa SMA