

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS
PENGUNAAN FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Derajat Sarjana (S-1) Psikologi



Oleh:

Fajar Novita Mahardika Dewi

F 100 140 148

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2021

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS
PENGUNAAN FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA REMAJA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana (S-1) Psikologi

Diajukan oleh:

Fajar Novita Mahardika Dewi

F 100 140 148

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS PENGGUNAAN
FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA**

Diajukan oleh :

Fajar Novita Mahardika Dewi

F 100 140 148

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh :

Pembimbing



Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psikolog

NIK. 540

Surakarta, 14 juli 2021

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS PENGGUNAAN
FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA**

Diajukan oleh :

Fajar Novita Mahardika Dewi
F 100 140 148

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal

16 JULI 2021
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Ketua Sidang

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si, Psikolog



Penguji I

Dra. Partini M.Si



Penguji II

Permata Ashfi Raihana S.Psi M.A



Surakarta, 16 Juli 2021
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi



Dekan,
Prof. Taufik S.Psi, M.Si, Ph.D
NIK.NIDN: 799/0629037401

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrohmanirrohim

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Fajar Novita Mahardika Dewi
NIM : F 100 140 148
Fakultas : Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Judul : Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Intensitas Penggunaan
Facebook Dengan Kecenderungan *Nomophobia* Pada Remaja

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini, dan disebutkan dalam daftar pustaka. Saya juga menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan. Apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya.

Yang Menyatakan

Surakarta, 14 juli 2021



Fajar Novita Mahardika Dewi

VISI, MISI, DAN TUJUAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

VISI

Menjadi pusat pendidikan psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan Budaya Indonesia di tingkat Nasional dan Asia

MISI

1. Menyelenggarakan pendidikan psikologi di tingkat sarjana dan magister psikologi profesi.
2. Mengembangkan penelitian psikologi yang mendasarkan pada risalah Islam dan Budaya Indonesia.
3. Mengembangkan pengabdian kepada masyarakat atas dasar tanggung jawab sosial.
4. Menjalin kerjasama dengan lembaga pendidikan, lembaga penelitian, pemerintah, dunia usaha dan masyarakat.

TUJUAN

1. Mengelola prodi sarjana dan magister psikologi profesi yang memberikan arah pada perubahan.
2. Menggatkan pusat studi psikologi Islam dan Indigenous (CIIP)
3. Meningkatkan pelayanan kepada masyarakat secara langsung maupun melalui media.
4. Merintis kerjasama dengan lembaga mitra dan universitas baik dari dalam maupun luar negeri.
5. Meningkatkan kerjasama dengan lembaga pemerintah dan swasta dalam negeri.

MOTTO

“Saat kita memperbaiki hubungan dengan Allah, Niscaya Allah Akan memperbaiki
segala sesuatunya untuk kita”

Dr.Bilal Phillips

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahiim

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah kepada Allah SWT, akhirnya penulis mampu menyelesaikan skripsi yang dipersembahkan untuk :

1. Kedua orang tua penulis, Ibu Puji astuti dan Bapak suharjito yang selalu memberikan do'a terbaik, tidak pernah lelah mendidik dan memberikan kasih sayang yang tulus dan selalu memberikan dukungan baik dalam bentuk moral maupun materil.
2. Saudara penulis yaitu Pradita Angga Kusuma dan indri serta Arleta sashi putri kadhita yang selalu menjadi pengingat dalam berbagai hal dan memberikan semangat kepada penulis baik secara langsung maupun tidak langsung.
3. Para informan penelitian yang telah berpartisipasi dalam penelitian skripsi ini.
4. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, semoga skripsi ini mampu menambah wawasan dalam ilmu psikologi.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr.wb

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS PENGGUNAAN FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA”**. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan dikarenakan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Meskipun demikian, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan inspirasi untuk penelitian selanjutnya.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof.Taufik,S.Psi,M,si Ph.D selaku dekan fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta beserta dosen dan staff tata usaha.
2. Ibu Dr. Nanik Prihartanti M.Si selaku dosen Pembimbing skripsi, terimakasih atas bimbingan, ilmu yang telah diberikan serta kesabaran dalam membimbing penulis selama ini.
3. Ibu Dra. Partini M.Si selaku pembimbing akademik, terimakasih atas segala ilmu serta arahan yang telah diberikan selama ini.
4. Seluruh Bapak dan Ibu dosen serta Staff Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

5. Penguji I yang telah meluangkan waktunya guna memberikan masukan dan saran yang sangat membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
6. Penguji II yang telah meluangkan waktunya guna memberikan masukan dan saran yang sangat membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi.
7. Orang tua penulis, Ibu Puji Astuti dan Bapak Suharjito yang selalu memberikan doa dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan salah satu tanggung jawab yang diberikan.
8. Saudara penulis, Pradita Angga Kusuma yang telah memberikan semangat dan doa baik secara langsung maupun tidak langsung..
9. Sahabat – sahabat penulis, yaitu Husnun Nadidah Wanodya, Widha Putri Azizah, Irvana Florinda N, Taris, Nurangelina, Erin Dwi Ismayati, Riyanto, Juniarto, Renata, Shadow, Sansan, Haris, yang telah memotivasi penulis untuk segera menyelesaikan penelitian ini. Dan Tim Hore yaitu, Candra, Mario, Annisa, Gita, Rifa, telah memberikan bantuan sekecil apapun.
10. Para informan dari berbagai Fakultas di area kampus 2 Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah bersedia berpartisipasi dalam proses penelitian ini.

Semoga bantuan, motivasi dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis mendapat balasan dan berkah dari Allah SWT.

Wassalamualaikum wr.wb

Surakarta, 16 Juli 2021

Fajar Novita Mahardika Dewi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
VISI, MISI, DAN TUJUAN FAKULTAS PSIKOLOGI	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	1
ABSTRACT	2
PENDAHULUAN.....	3
METODE	8
Identifikasi dan Definisi Operasional variable.....	8
Populasi, Sampel dan teknik Sampling.....	9
Metode dan Alat Pengumpulan Data	9
Validitas dan Reliabilitas Instrument	13
Metode Analisis Data	14
HASIL DAN ANALISIS DATA	14
PEMBAHASAN	19
KESIMPULAN	22
SARAN	23
DAFTAR PUSTAKA	24
LAMPIRAN	27

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skoring	9
Tabel 2. Blue print skala Nomophobia	10
Tabel 3. Blue print Intensitas penggunaan Facebook	11
Tabel 4. Blueprint Kontrol Diri	12
Tabel 5. Kategorisasi Kontrol Diri	17
Tabel 6. Kategorisasi Intensitas Penggunaan Facebook	17
Tabel 7. Kategorisasi Nomophobia	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Blueprint sebelum gugur	28
Lampiran 2.Validitas.....	29
Lampiran 3. Blue print siap sebar	32
Lampiran 4.Skala Siap Sebar	33
Lampiran 5.RELIABILITAS	39
Lampiran 6.NORMALITAS	46
Lampiran 7.LINEARITAS.....	47
Lampiran 8.REGRESI BERGANDA	48
Lampiran.9 Kategorisasi	50

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DAN INTENSITAS PENGUNAAN FACEBOOK DENGAN KECENDERUNGAN NOMOPHOBIA PADA REMAJA

Fajar Novita Mahardika Dewi¹, Nanik prihartanti²
Fajarnovitamd@gmail.com¹ nprihartanti@gmail.com²
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAK

Sudah menjadi fenomena umum bahwa setiap orang selalu membawa *Smartphone* kemana-mana untuk mengetahui kabar maupun sekedar membuka sosial media. ketika *smartphone* tertinggal seseorang akan mengalami kecemasan berlebih, kecemasan inilah yang disebut *nomophobia*. *Nomophobia* merupakan kondisi seseorang yang mengalami takut atau cemas ketika berada jauh dari *smartphone* yang memberikan efek merugikan sehingga mempengaruhi konsentrasi seseorang. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan kontrol diri dan intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja. Metode yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif korelasi. Alat pengumpulan data menggunakan skala *nomophobia*, skala Kontrol diri, dan skala intensitas penggunaan facebook. Sampel penelitian sebanyak 60 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. Analisis data menggunakan Regresi Berganda. Hasil analisis menunjukkan $p=0.078$ ($p > 0.05$) yang berarti hipotesis peneliti ditolak, tidak ada hubungan antara Kontrol diri dan intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja. Dari hasil kategorisasi dapat dilihat bahwa subjek memiliki Kontrol diri yang tinggi, intensitas penggunaan facebook rendah dan *nomophobia* dalam kategorisasi sedang.

Kata kunci: Intensitas penggunaan Facebook, Kontrol Diri, *Nomophobia*

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL AND FACEBOOK USE INTENSITY AND NOMOPHOBIC TENDENCY IN ADOLESCENTS

Fajar Novita Mahardika Dewi¹, Nanik prihartanti²

Fajarnovitamd@gmail.com¹ nprihartanti@gmail.com²

Faculty of Psychology, University of Muhammadiyah Surakarta

ABSTRACT

It has become a common phenomenon that everyone always carries a smartphone everywhere to find out the news or just open social media. when a smartphone is left behind someone will experience excessive anxiety, this anxiety is called nomophobia. Nomophobia is a condition of a person experiencing fear or anxiety when away from a smartphone which has a detrimental effect that affects one's concentration. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and the intensity of Facebook use with nomophobia tendencies in adolescents. The method used is a quantitative correlation approach. The data collection tool uses the nomophobia scale, the self-control scale, and the facebook usage intensity scale. The research sample was 60 students of Muhammadiyah University of Surakarta. Data analysis using Multiple Regression. The results of the analysis show $p = 0.078$ ($p = > 0.05$) which means the researcher's hypothesis is rejected, there is no relationship between self-control and the intensity of facebook use with nomophobia tendencies in adolescents. From the results of categorization, it can be seen that the subject has high self-control, low intensity of use of facebook and nomophobia in moderate categorization.

Keywords: *Intensity of Facebook use, Self-control, Nomophobia*