

Hubungan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* pada Mahasiswa

Ria Okfrima¹, Tari Mulfika Utama^{2*}, Frihapma Semita Ade³

^{1,2,3} Universitas Putra Indonesia YPTK Padang, Indonesia

Journal of Economics and Management Sciences is licensed under a Creative Commons 4.0 International License.



ARTICLE HISTORY

Received: 12 March 24

Final Revision: 01 April 24

Accepted: 12 April 24

Online Publication: 30 June 24

KEYWORDS

Self Control, Smartphone, Addiction, Students, Accounting

KATA KUNCI

Pengendalian Diri, Smartphone, Kecanduan, Pelajar, Akuntansi

CORRESPONDING AUTHOR

tarimulfika999@gmail.com

DOI

10.37034/jems.v6i3.55

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between Self Control and Smartphone Addiction in students majoring in Accounting Class 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. The independent variable in this study is Self Control and the dependent variable is Smartphone Addiction. The measuring instrument used in this research is the Self Control scale and the Smartphone Addiction scale. The sampling technique in this study used the Simple Random Sampling technique. The sample in this study was 147 students majoring in Accounting, class 18, Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. The validity and reliability test in this study used the Cronbach Alpha technique. The item discriminatory index on the Self Control scale moves from $\alpha = 0.341$ to $\alpha = 0.599$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.908$. While on the Smartphone Addiction scale, it moves from $\alpha = 0.329$ to $\alpha = 0.613$ with a reliability coefficient of $\alpha = 0.909$. Based on the results of data analysis, it can be concluded that there is a significant relationship between Self Control and Smartphone Addiction, with a correlation value (r) of -0.394 with a significant level of 0.000 which means the hypothesis is accepted. This shows that there is a significant negative relationship between Self Control and Smartphone Addiction in accounting students class 18, Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa jurusan Akuntansi Angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Self Control* dan variabel terikat adalah *Smartphone Addiction*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *Self Control* dan skala *Smartphone Addiction*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah 147 orang mahasiswa jurusan Akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. Uji Validitas dan Reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik Alpha Cronbach. Indeks daya beda item pada skala *Self Control* bergerak dari $\alpha = 0,341$ sampai dengan $\alpha = 0,599$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,908$. Sedangkan pada skala *Smartphone Addiction* bergerak dari $\alpha = 0,329$ sampai dengan $\alpha = 0,613$ dengan koefisien reliabilitas sebesar $\alpha = 0,909$. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction*, dengan nilai korelasi (r) sebesar $-0,394$ dengan taraf signifikan $0,000$ yang berarti hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa Akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

1. Pendahuluan

Smartphone merupakan salah satu media komunikasi yang sangat diperhitungkan keberadaannya [1]. *Smartphone* memiliki keunggulan dalam berbagai aspek karena kecanggihannya yang tidak perlu untuk diragukan lagi. Hampir semua kalangan memiliki *smartphone* yang merupakan sebuah kebutuhan yang sangat diperlukan oleh manusia tanpa memandang batasan usia baik itu anak-anak, remaja, dewasa maupun lansia [2]. *Smartphone* memiliki banyak keunggulan dibandingkan dengan ponsel biasanya

karena dilengkapi varian dan keunggulan dalam *system* operasional [3].

Telepon seluler yang memiliki beberapa layanan seperti adanya memori, adanya layar, serta modem bawaan itu disebut dengan *smartphone* [4]. Spesifikasi kelengkapannya *smartphone* memiliki banyak keunggulan dibandingkan dengan telepon seluler biasanya. Telepon seluler biasa hanya dapat digunakan untuk berkomunikasi dalam bentuk layanan telepon saja.

Rata-rata penduduk Indonesia menghabiskan waktu sekitar 2 jam 30 menit dalam setiap hari nya untuk penggunaan *smartphone* [5]. Berdasarkan dari data

tersebut bahwa Indonesia merupakan negara yang intensitas penggunaan *smartphone* cukup tinggi bahkan kalangan mahasiswa. Mahasiswa dalam kegiatan sehari-hari sangat sering menggunakan *smartphone* untuk berbagai macam kegiatannya sehingga sulit melepaskan diri dari *smartphone*. Mereka merasa bahwa *smartphone* telah menjadi suatu kebutuhan yang wajib untuk dipenuhi [6]. Perilaku ketergantungan ini disebut dengan *Smartphone Addiction* [7].

Smartphone Addiction adalah sebagai perilaku keterikatan terhadap *Smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktifitas sehari-hari atau gangguan *control impuls* terhadap diri seseorang [8]. *Smartphone Addiction* dapat mengakibatkan kehidupan seseorang akan mengalami gangguan [9]. Segala sesuatu yang berlebihan akan memberikan dampak yang tidak baik bagi kehidupan mahasiswa [10], [11]. Sifat kecenderungan ketergantungan akan mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Dampak negatif dari penggunaan *Smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan perasaan stress hingga gejala adiksi. Fenomena di Indonesia menunjukkan penggunaan *Smartphone* pada remaja yang melebihi dengan frekuensi 3 jam sehari yang umumnya seputar akses media sosial, bermain games yang justru dilakukan di waktu-waktu istirahat. *Smartphone* yang digunakan lebih dari 4 jam akan memperparah adiksi serta kualitas istirahatpun berkurang sehingga mengakibatkan kurangnya interaksi dengan orang tua. *Smartphone Addiction* merupakan perilaku kehilangan control yang berlebihan serta kecanduan dan keinginan yang berlebihan dalam penggunaan *smartphone*. Ketidak mampuan mahasiswa untuk melepaskan diri akan mengakibatkan terjadinya beberapa dampak negatif.

Mahasiswa yang menjalankan rutinitas perkuliahan sangat bergantung pada *smartphone* karena segala hal yang berkaitan dengan kegiatan perkuliahan sehingga mahasiswa menjadi terbiasa [12]. Kecandu dalam menggunakan mengakibatkan mahasiswa sangat bergantung pada *smartphonanya* [13]. Kontrol diri sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan baik dari dalam diri maupun luar diri individu mahasiswa [14]. Kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan yang ada dalam diri nya sendiri bisa menentukan tinggi atau rendah nya kontrol diri yang ada pada diri seseorang.

Kontrol merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif [15]. Kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustrasi. Kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku maupun

menahan diri dari godaan [16]. Setiap perilaku yang akan ditampilkan oleh individu menunjukkan bagaimana kontrol diri pada diri individu tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan diperoleh keterangan bahwa 8 dari 10 subjek mahasiswa mengatakan bahwa mereka memakan waktu lama dalam memainkan *smartphone*, yaitu selama kurang lebih 15 jam memainkan *smartphone*. Disamping itu, mahasiswa sering begadang dan membuat jam tidur menjadi tidak beraturan dan juga tempat pelarian dalam menghindari permasalahan yang dihadapi.

Hubungan antara *Academic Stress* dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa pengguna *smartphone* menunjukkan karena menggunakan *smartphone* sebagai copying stress [17]. Korelasi negatif atau hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa semakin tinggi kontrol diri individu. Semakin rendah *Smartphone Addiction* yang dialami maka semakin rendah kontrol diri individu sehingga *Smartphone Addiction* yang dialami akan semakin tinggi.

2. Metode Penelitian

Variable dalam penelitian ini adalah self control sebagai variable bebas dan *smartphone addiction* sebagai variable terikat. Tipe penelitian pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan *correlational non experimental research strategy* yang artinya penelitian ini ingin melihat hubungan antar variable, namun tidak ada pemberian perlakuan atau manipulasi maupun kontrol pada partisipan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada hubungan antara Self Control dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa Jurusan Akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa jurusan akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa jurusan Akuntansi angkatan 18 di Universitas Putra Indonesia YPTK Padang yang berjumlah 317 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah simple random sampling. *Simple random sampling* dengan pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. Jumlah populasi sebanyak 317 orang dengan jumlah kekeliruan 10% berdasarkan Table Isaac dan Michael [18] maka jumlah mahasiswa yang dapat digunakan sebagai sampel penelitian adalah sebanyak 147 orang.

Skala dalam penelitian ini memiliki format respon dengan empat alternatif jawaban. Skala yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan format respon jawaban model Likert. Skala Likert digunakan

untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Skala dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi Product Moment Pearson, yang merupakan salah satu teknik untuk mencari derajat keeratan atau keterkaitan pengaruh antara variabel independen dengan variabel dependen [19]. Skala penelitian ini melewati berbagai tahap analisis, dengan menggunakan komputer program IBM SPSS versi 21.0.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Data yang dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi (p) lebih besar dari 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program IBM SPSS versi 21.0 dan hasil yang diperoleh disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Uji Normalitas Skala *Self Control* dan *Smartphone Addiction*

Variabel	N	KSZ	P	Sebaran
<i>Self Control</i>	147	0,688	0,731	Normal
<i>Smartphone Addiction</i>	147	0,996	0,275	Normal

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh nilai signifikansi pada skala *Self Control* sebesar $p = 0,731$ dengan $KSZ = 0,688$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran skala *Self Control* terdistribusi secara normal, sedangkan untuk skala *Smartphone Addiction* diperoleh nilai signifikansi sebesar $p = 0,275$ dengan $KSZ = 0,996$ hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai $p > 0,05$, artinya sebaran terdistribusi secara normal.

3.2. Uji Linearitas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier bila signifikansi (*Linearity*) kurang dari 0,05. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program IBM SPSS versi 21.0 diperoleh hasil yang disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Linieritas Skala *Self Control* dan *Smartphone Addiction*

N	Df	Mean Square	F	Sig
147	1	1906,424	28,619	0.000

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, diperoleh nilai $F = 28,619$ dengan signifikansi sebesar $p = 0,000$ hasil tersebut menunjukkan $p < 0,05$, artinya varians pada skala *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* tergolong linier.

3.3. Uji Hipotesis

Pengolahan data penelitian tentang hubungan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* kepada 147

mahasiswa akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang dengan menggunakan uji statistik *Product Moment* dengan bantuan SPSS 21.0. Hasil perhitungan uji korelasi Product Moment (Pearson) dengan bantuan SPSS 21.0 dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction*

P	(α)	Nilai Korelasi (r)	Kesimpulan
0,000	0,01	-0,394	sig (2-tailed) 0,000 < 0,01 level of significant (α), berarti hipotesis diterima.

Maka diperoleh koefisien korelasi antara variabel *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* yaitu sebesar $r = -0,394$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ artinya hipotesis diterima. Nilai koefisien korelasi $r = -0,394$ artinya menunjukkan korelasi yang negatif, berarti jika *Self Control* tinggi, maka *Smartphone Addiction* pada mahasiswa fakultas akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang rendah. Sebaliknya jika *Self Control* rendah, maka *Smartphone Addiction* mahasiswa akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang akan tinggi. Hal ini diperkuat dengan hasil uji signifikansi dengan bantuan IBM SPSS Statistic versi 21.0, didapatkan $p = 0,000 < 0,01$ level of significant (α), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa akuntansi angkatan 18 Universitas Putra Indonesia YPTK Padang.

3.4 Gambaran Variable Penelitian

Berikut tabel descriptive statistic dari *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* berdasarkan mean empirik disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Descriptive Statistic Mean Empirik

Variabel	N	Mean	sd	Min	Max
<i>Self Control</i>	147	63,23	9,1	39	82
<i>Smartphone Addiction</i>	147	87,27	10,889	55	109

Berdasarkan nilai mean empirik tersebut, maka dapat dilakukan pengelompokan yang mengacu pada kriteria pengkategorisasian dengan tujuan menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur dengan ketentuan yang disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Norma Kategorisasi

Norma	Kategorisasi
$X < (\mu - \sigma 1.0)$	Rendah
$(\mu - \sigma 1.0) < X < (\mu + \sigma 1.0)$	Sedang
$\mu + \sigma 1.0 >$	Tinggi

Dimana X adalah Skor mentah sampel, μ adalah Mean atau rata-rata, dan σ adalah standar Deviasi.

Berdasarkan norma diatas, maka diperoleh kategorisasi subjek penelitian pada variabel *Self Control* dan *Smartphone Addiction* disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Kategori *Self Control* dan *Smartphone Addiction*

Variabel	Skor	Jumlah	Persentase (%)	Kategori
<i>Self Control</i>	<54	29	19	Rendah
	55 – 71	88	61	Sedang
	>72	30	20	Tinggi
<i>Smartphone Addiction</i>	<76	27	18	Rendah
	77-97	94	63	Sedang
	>98	26	19	Tinggi

Berdasarkan Tabel 6 dapat digambarkan bahwa 29 orang mahasiswa dengan presentase 19% memiliki *Self Control* yang rendah, 88 orang mahasiswa dengan presentase 61% memiliki *Self Control* sedang dan 30 mahasiswa dengan presentase 20% memiliki *Self Control* yang tinggi. Sementara itu ada 27 orang mahasiswa dengan presentase 18% memperoleh *Smartphone Addiction* yang rendah, 94 orang mahasiswa dengan presentase 63% memiliki *Smartphone Addiction* sedang dan 26 orang mahasiswa dengan presentase 19% *Smartphone Addiction* yang tinggi.

3.5 Sumbangan Efektif

Besar sumbangan variabel *Self Control* terhadap variabel *Smartphone Addiction* dapat ditentukan dengan menggunakan rumus koefisien determinan. Koefisien determinan adalah kuadrat dari koefisien korelasi yang dikali dengan 100%. Derajat koefisien determinan dicari dengan menggunakan Rumus (1).

$$KP = r^2 \cdot 100\% \quad (1)$$

Dimana KP adalah Nilai Koefisien Determinan dan r adalah Nilai Koefisien Korelasi.

$$\begin{aligned} KP &= r^2 \times 100 \% \\ &= (-0,394)^2 \times 100 \% \\ &= 0,155236 \times 100\% \\ &= 15,5236\% \\ &= 16\% \end{aligned}$$

Berdasarkan Rumus (1) maka dapat ditentukan bahwa besarnya sumbangan *Self Control* terhadap *Smartphone Addiction* adalah sebesar 16% dan 84% lagi dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment pearson* yang dilakukan dengan bantuan IBM SPSS versi 21.0, diperoleh nilai koefisien korelasi r sebesar -0,394 dengan nilai (p) sig sebesar 0,000 karena nilai (p) sig $0,000 < 0,01$ maka hipotesis diterima. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *Self Control* dengan *Smartphone Addiction* dengan arah negatif, artinya semakin tinggi *Self Control*, maka semakin rendah *Smartphone Addiction*

sebaliknya semakin rendah *Self Control*, maka semakin tinggi *Smartphone Addiction* pada mahasiswa.

Smartphone Addiction adalah sebagai perilaku keterikatan terhadap smartphone yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti hal nya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktifitas sehari-hari atau gangguan control impuls terhadap diri seseorang. Untuk meminimalisir kecanduan yang disebabkan dari dampak penggunaan smartphone yang berlebihan maka hal itu akan berkaitan dengan kontrol diri karena jika individu tersebut mampu mengontrol diri nya dengan baik maka akan mudah untuk mengurangi intensitas penggunaan *Smartphone*.

Hasil kategorisasi dari variabel *Self Control* terhadap *Smartphone Addiction* sebesar 29 orang mahasiswa dengan presentase 19% memiliki *Self Control* yang rendah, 88 orang mahasiswa dengan presentase 61% memiliki *Self Control* sedang dan 30 mahasiswa dengan presentase 20% memiliki *Self Control* yang tinggi. Sementara itu ada 27 orang mahasiswa dengan presentase 18% memperoleh *Smartphone Addiction* yang rendah, 94 orang mahasiswa dengan presentase 63% memiliki *Smartphone Addiction* sedang dan 26 orang mahasiswa dengan presentase 19% *Smartphone Addiction* yang tinggi.

Adapun sumbangan efektif dari variabel *Self Control* terhadap *Smartphone Addiction* sebesar 16%, hal ini dapat diartikan bahwa *Self Control* memberikan kontribusi terhadap *Smartphone Addiction* sebesar 16%, sedangkan 84% sisanya dipengaruhi oleh faktor – faktor lain. Faktor lain tersebut yaitu Individu yang tidak memiliki kemampuan self-regulation biasanya tidak akan secara sukarela mengurangi penggunaan smartphone.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan yang sekaligus merupakan jawaban dari tujuan penelitian yaitu hipotesis di terima dan terdapat hubungan yang signifikan antara *Self Control* dan *Smartphone Addiction* pada mahasiswa Akuntansi angkatan 18 di Universitas Putra Indonesia YPTK Padang dengan arah negatif, artinya jika *Self Control* tinggi maka *Smartphone Addiction* pada mahasiswa Akuntansi Universitas Putra Indonesia YPTK Padang akan rendah, sebaliknya jika *Self Control*.

Daftar Rujukan

- [1] Widyastuti, N. W. (2017). Consumption Value Smartphone dalam Pandangan Pengelola Usaha Kecil Menengah (UKM) dan Pemanfaatannya sebagai Media Komunikasi Pemasaran Online. *Prosiding Konferensi Nasional Komunikasi*, 1(01). DOI: <http://dx.doi.org/10.25008/pknk.v1i1.76>
- [2] Nurfadilah, F., Zaman, B., & Romadona, N. F. (2019). Upaya orang tua untuk mencegah ketergantungan anak terhadap penggunaan gadget. *Edukids: Jurnal Pertumbuhan, Perkembangan, dan Pendidikan Anak Usia Dini*, 16(2), 90-98.

- [3] Irnawaty, I., & Agustang, A. (2019). Smartphone addiction pada mahasiswa pendidikan sosiologi fakultas ilmu sosial universitas negeri makassar. *Jurnal Sosialisasi*, 41-46.
- [4] Muttabiah, A., Suryani, E., & Hawa, A. M. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Peserta Didik. *JANACITTA*, 4(2). DOI: <https://doi.org/10.35473/jnct.v4i2.1192>
- [5] Warisyah, Y. (2019, June). Pentingnya “pendampingan dialogis” orang tua dalam penggunaan gadget pada anak usia dini. In *Seminar Nasional Pendidikan 2015* (pp. 130-138).
- [6] Amelia, T., Despitari, M., Sari, K., Putri, D. S. K., Oktamianti, P., & Agustina, A. (2019). Phubbing, Penyebab Dan Dampaknya Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia. *Jurnal ekologi kesehatan*, 18(2), 122-134.
- [7] Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 2(1), 16-21.
- [8] Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). *Journal open Acces* Freely available online.
- [9] Hs, A. H., & Hidayat, B. (2021). Solusi Gangguan Smartphone Addiction Berdasarkan Pendekatan Psikologi Islam. *Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 18(1), 65-78. DOI: [https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2021.vol18\(1\).6652](https://doi.org/10.25299/al-hikmah:jaip.2021.vol18(1).6652)
- [10] Ondang, G. L., Moku, B. J., & Goni, S. Y. (2020). Dampak Game Online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat. *HOLISTIK, Journal Of Social and Culture*.
- [11] Parmitasari, R. D. A., Alwi, Z., & Sunarti, S. (2018). Pengaruh kecerdasan spritual dan gaya hidup hedonisme terhadap manajemen keuangan pribadi mahasiswa perguruan tinggi negeri di Kota Makassar. *Jurnal Minds: Manajemen Ide Dan Inspirasi*, 5(2), 147-162. DOI: <https://doi.org/10.24252/minds.v5i2.5699>
- [12] Syafrina, A. E., & Nurfajri, G. (2021). Penggunaan media komunikasi smartphone dalam kegiatan belajar mengajar mahasiswa FIKOM UBHARA Jaya di masa pandemi. *Communicator Sphere*, 1(2), 58-68. DOI: <https://doi.org/10.55397/cps.v1i2.16>
- [13] Kadir, K., & Idrus, N. I. (2021). Adaptasi Kebijakan, Dampak Perkuliahan Daring, dan Strategi Mahasiswa Menjaga Imunitas Tubuh di Masa Pandemi Covid-19. *Emik*, 4(2), 109-131. DOI: <https://doi.org/10.46918/emik.v4i2.1132>
- [14] Salmi, S., Hariko, R., & Afdal, A. (2018). Hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 88. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i2.2693>
- [15] Aroma, I. S., & Sumara, D. R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 01(02), 1-6. journal.unair.ac.id/filerPDF/110810241_ringkasan.pdf
- [16] Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh Dari Smartphone (Nomophobia) Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Empati*, 6(2), 15-20.
- [17] Anzani, Dessy. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dengan Smartphone Addiction Pada Mahasiswa Pengguna Smartphone Di Program Studi S1 Teknik Elektro Universitas Negeri Malang. 23(2), 190-202.
- [18] Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R & D. Bandung : Alfabeta
- [19] Azwar, Saifuddin. (2016). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.