

**HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DAN KONTROL DIRI  
DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA MAHASISWA**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Oleh :

CANDRA DWI NOVIANTI  
NPM : 1511800136

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022/2023

**Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dan Kontrol Diri  
Dengan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945  
Surabaya untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh  
Candra Dwi Novianti  
NPM: 1511800136**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA  
SEMETER GASAL TAHUN AJARAN 2022/2023**

**Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dan Kontrol Diri  
Dengan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945  
Surabaya untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna  
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



**Oleh**  
**Candra Dwi Novianti**  
**NPM: 1511800136**

**UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945**  
**SURABAYA**  
**SEMETER GASAL TAHUN AJARAN 2022/2023**

## PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

### PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Saya bertanda tangan di bawah ini

Nama : Candra Dwi Novianti  
NPM : 1511800136  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Hubungan Antara Pengungkapan Diri dan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa

Saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis diajukan dalam naskah ini dan disebarakan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 6 Desember 2022



C. *[Signature]*  
NPM : 1511800136

## HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : CANDRA DWI NOVIANTI  
NPM : 1511800136  
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI  
DAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN  
INTERNET PADA MAHASISWA

Surabaya, 29 November 2022

Disetujui Oleh

Dosen Pembimbing I



Dr. Andik Matulesy, Msi, Psikolog

Dosen Pembimbing 2



Suhadianto, S.Psi., M.Psi

# LEMBARAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945  
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN  
JI SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP 031593 1800 (EXT 311)  
e-mail perpustakaan@untag-sby.ac.id

## LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Candra Dwi Novianti  
NBI/NPM : 1511800136  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DAN KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA MAHASISWA**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty – Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
Pada tanggal : 6 Desember 2022

Yang Menyatakan,

(.....)   
Candra Dwi Novianti

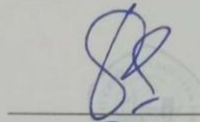
\*Coret yang tidak perlu

## TANDA PENGESAHAN SKRIPSI

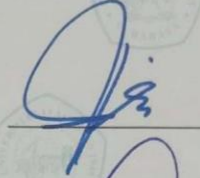
Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan diterima untuk memenuhi  
Sebagian syarat-syarat Guna memperoleh Derajat Sarjana Psikolog  
Pada Tanggal : 6 Desember 2022

### DEWAN PENGUJI :

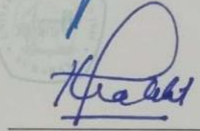
1. Dr. Andik Matulesy, Msi, Psikolog



2. Suhadianto, S.Psi., M.Psi

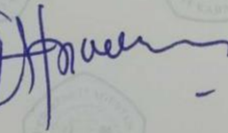


3. Drs. Herland Pratikto, Msi., Psikolog



Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan



Dr. R. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Si., Psikolog

NPP. 20510020552

## **MOTTO**

***“JANGAN PANTANG SEMANGAT  
JIKALAU ENKKAU BERHADAPAN  
DENGAN TANTANGAN”***



## **PERSEMBAHAN**

Terutama untuk diri sendiri karena sudah melewati hal-hal berat dan menjadi kuat hingga titik ini, terima kasih karena bertahan, terima kasih banyak,

Lalu untuk ibuku yang selalu mendoakan dan membantu anaknya,

Untuk ayah yang selalu mendukung dan memberi batuan untuk anaknya dan terimakasih untuk motivasi yang diberikan untuk anaknya

Untuk kakak yang selalu mensupport adiknya agar bisa berhasil dalam menyelesaikan tantang, meskipun sering menjahili adiknya, tetapi kakak adalah sudaraya yang terbaik

Sekolah Menengah Pertama, Semoga karya pada skripsi ini dapat bermanfaat.

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi

Wabarakatuh Bismillahirrohmanirohim

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas Rahmat, kehendak, perlindungan serta pertolonganNya yang telah memberikan nikmat dan karunia yang luar biasa, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Shalawat serta salam semoga tercurahkan kepada Baginda Nabi besar Muhammad SAW, keluarga serta para sahabatnya.

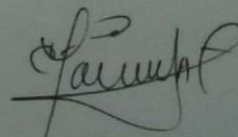
Penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa” ini diajukan untuk melengkapi syarat guna mencapai gelar Sarjana Psikologi Strata Satu Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Peneliti menyadari bahwa tugas akhir ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu peneliti mengharapkan bimbingan, arahan, kritik serta saran yang bersifat membangun demi perbaikan penelitian karya tulis ini kedepannya. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari beberapa pihak, untuk itu peneliti menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M. Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya .
3. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Prodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku wali dosen peneliti yang selalu membantu penulis dari semester satu hingga semester akhir.
6. Dr. Andik Matulesy, Msi, Psikolog selaku dosen pembimbing 1 yang selalu meluangkan banyak waktu dengan sabar membimbing

- dan memberikan arahan serta masukan kepada peneliti, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik
7. Suhadianto, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing 2 yang selalu meluangkan banyak waktu dengan sabar membimbing dan memberikan arahan serta masukan kepada peneliti, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik
  8. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang telah mendidik dan memberikan banyak pelajaran berharga untuk peneliti, serta Staff Tata Usaha yang membantu dalam pengurusan Administrasi peneliti sebagai mahasiswa.
  9. Ayah, Ibu dan Kakak tercinta yang senantiasa mendoakan peneliti tanpa kenal lelah.
  10. Teman-teman terbaikku Yosea Jeajeng Prayogie S.Psi, Azalia Vini Y, Nadia Sri Widyawati, Athaya Nugsria, Aprillia Caesari Damayanti S.Psi, Chintia Intan PS S.Psi yang sudah memberikan semangat setiap kali bertemu hal-hal sulit dalam pembuatan skripsi ini.
  11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang sudah memberikan kontribusi agar penelitian ini cepat selesai.
  12. Seluruh responden penelitian yang sudah meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian, terima kasih sudah membantu penulis dalam perjalanan ini sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini, masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya maupun bagi dunia Pendidikan.

Surabaya, 6 Desember 2022



Candra Dwi Novianti  
NPM : 1511800136

## **Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa**

### **ABSTRAK**

Candra Dwi Novianti

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: [novianticandra28@gmail.com](mailto:novianticandra28@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengungkapan diri dan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet pada mahasiswa. Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian kuantitatif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa sebanyak 94 orang. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data yaitu menggunakan skala kecenderungan kecanduan internet, skala pengungkapan diri dan skala kontrol diri. Metode analisis data penelitian ini berdasarkan perhitungan analisis menggunakan Analisis uji silmutan diperoleh  $F=9,421$ ;  $P=0.000$ ) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengungkapan diri kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Sementara uji parsial diperoleh skor ( $\beta=-2,842$ ;  $t=-2,842$ ;  $p=0.006$ ) ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan negatif dan signifikan antara pengungkapan diri dengan kecederungan kecanduan internet diterima. Uji parsial yang selanjutnya diperoleh skore ( $\beta=-0.409$ ;  $t= -2.143$ ;  $p=0.035$ ) ( $p < 0,05$ ) artinya ada hubungan negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecederungan kecanduan internet diterima. Hasilnya, semakin tinggi pengungkapan diri dan kontrol diri yang dimiliki oleh mahasiswa maka semakin rendah kecenderungan kecanduan internet. Sumbangan efektif dalam penelitian ini sebesar 0,172 artinya manajemen waktu dan interaksi sosial memiliki pengaruh 17,2% terhadap internet addiction.

**Kata Kunci:** Kuantitatif, Pengungkapan Diri, Kontrol Diri, Kecanduan Internet, Mahasiswa

## The Relationship Between Self-Disclosure And Self-Control With The Tendency Of Internet Addiction In College Students

### ABSTRACT

Candra Dwi Novianti

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: [novianticandra28@gmail.com](mailto:novianticandra28@gmail.com)

This study aims to determine the relationship between self-disclosure and self-control with the tendency of internet addiction in college students. The research design used by researchers is quantitative research. The subjects used in this study were 94 students. The method used to collect data is using an internet addiction tendency scale, self-disclosure scale and self-control scale. The data analysis method of this study is based on analytical calculations using stealth test analysis obtained  $F = 9.421$ ;  $P = 0.000$ ) means that there is a significant relationship between self-disclosure of self-control and internet addiction tendencies. While the partial test obtained a score ( $\beta = -2.842$ ;  $t = -2.842$ ;  $p = 0.006$ ) ( $p < 0.05$ ) meaning that there is a negative and significant relationship between self-disclosure and internet addiction tendencies to be accepted. The partial test which then obtained a score ( $\beta = -0.409$ ;  $t = -2.143$ ;  $p = 0.035$ ) ( $p < 0.05$ ) means that there is a negative and significant relationship between self-control and internet addiction tendencies to be accepted. The result, the higher self-disclosure and self-control possessed by students, the lower the tendency of internet addiction. The effective contribution in this study was 0.172, meaning that time management and social interaction had a 17.2% influence on internet addiction..

**Keywords:** Quantitative, Self Disclosure, Self Control, Internet Addiction, College Student

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>TANDA PENGESAHAN SKRIPSI</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>CURRICULUM VITAE</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Permasalahan</b> .....	<b>1</b>
1. Latar Belakang .....	1
2. Rumusan Masalah .....	5
<b>B. Tujuan dan Manfaat</b> .....	<b>5</b>
1. Tujuan Penelitian .....	5
2. Manfaat Penelitian .....	5
<b>C. Keaslian Peneliti</b> .....	<b>6</b>
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	<b>9</b>
<b>A. Kecanduan Internet</b> .....	<b>9</b>
1. Pengertian Kecanduan Internet .....	9
2. Aspek-Aspek Kecanduan Internet.....	9

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Internet .....	11
<b>B. Pengungkapan Diri .....</b>	<b>11</b>
1. Pengertian Pengungkapan Diri .....	11
2. Aspek-Aspek Pengungkapan Diri .....	12
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengungkapan diri .....	14
4. Dampak Pengungkapan diri .....	15
5. Manfaat Pengungkapan Diri.....	16
<b>C. Kontrol Diri .....</b>	<b>17</b>
1. Pengertian Kontrol Diri .....	17
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri.....	18
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri .....	19
4. Fungsi Kontrol Diri.....	19
<b>D. Kerangka Berpikir.....</b>	<b>20</b>
<b>E. Hipotesis .....</b>	<b>22</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
<b>A. Populasi dan Partisipan Penelitian .....</b>	<b>23</b>
1. Populasi.....	23
2. Partisipan .....	23
<b>B. Desain Penelitian.....</b>	<b>24</b>
1. Desain Penelitian .....	24
2. Variabel Penelitian.....	24
<b>C. Intrumen Pengumpulan Data.....</b>	<b>25</b>
1. Skala Kecanduan Internet .....	24
a. Definisi Operasional	24
b. Pengembangan Alat Ukur	24
c. Uji Alat Ukur	24
2. Skala Pengungkapan Diri.....	24
a. Definisi Operasional	24

	b. Pengembangan Alat Ukur	24
	c. Uji Alat Ukur	24
3. Skala Kontrol Diri .....		24
	a. Definisi Operasional	24
	b. Pengembangan Alat Ukur	24
	c. Uji Alat Ukur	30
<b>D. Uji Prasyarat Dan Analisis Data .....</b>		<b>31</b>
1. Uji Prasyarat .....		31
2. Analisis Data.....		33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>35</b>
<b>A. Pelaksanaan Penelitian.....</b>		<b>35</b>
<b>B. Hasil Penelitian.....</b>		<b>35</b>
<b>C. Pembahasan.....</b>		<b>36</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>39</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>		<b>39</b>
<b>B. Saran.....</b>		<b>39</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>41</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>45</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	21
----------------------------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Peneliti.....	6
Tabel 2. Skor skala likert.....	24
Tabel 3. Blue print skala kecanduan internet.....	25
Tabel 4. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Kecanduan Internet.....	26
Tabel 5. Uji Reliabilitas Skala Kecanduan Internet.....	27
Tabel 6. Blue Print Pengungkapan Diri.....	28
Tabel 7. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Pengungkapan Diri .....	28
Tabel 8. Uji Reliabilitas Skala Pengungkapan Diri .....	29
Tabel 9. Skala Kontrol Diri.....	29
Tabel 10. Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Kontrol Diri.....	30
Tabel 11. Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri .....	30
Tabel 12. Uji Normalitas .....	31
Tabel 13. Uji Linearitas .....	31
Tabel 14. Uji Linieritas .....	32
Tabel 15. Uji Multikolinieritas .....	32
Tabel 16. Uji Heterokedastisitas.....	33

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian .....	45
Lampiran 2. Tabulasi Data Skala Kecenderungan Kecanduan Internet .....	51
Lampiran 3. Tabulasi Data Pengungkapan Diri .....	53
Lampiran 4. Tabulasi Data Skala Kontrol Diri.....	57
Lampiran 5. Uji Validitas dan Uji Reabilitas Kecenderungan Kecanduan Internet	60
Lampiran 6. Uji Validitas dan Uji Reabilitas Pengungkapan Diri.....	63
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reabilitas Kontrol Diri .....	70
Lampiran 8. Uji Normalitas .....	72
Lampiran 9. Uji Linieritas .....	72
Lampiran 10. Uji Multikolinieritas.....	73
Lampiran 11. Uji Heteroskedastisitas .....	73
Lampiran 12. Analisis Regresi Berganda Variabel Prediktor terhadap Kecanduan Internet .....	74
Lampiran 13. Pengaruh Variabel Prediktor terhadap Kecanduan Internet .....	74