

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI
DENGAN *PHUBBING* PADA DEWASA AWAL DI
SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh :

UMI LAILI NARARRYA PUTRI
NPM : 1511900046

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI
DENGAN *PHUBBING* PADA DEWASA AWAL DI
SURABAYA**

SKRIPSI

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



Oleh :

UMI LAILI NARARRYA PUTRI

NPM : 1511900046

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2023

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Umi Laili Nararrya Putri

NPM : 1511900046

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan *Phubbing* Pada Dewasa Awal di Surabaya

Peneliti menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana 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 diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa adanya paksaan dari siapapun.

Surabaya, 29 Mei 2023



Umi Laili Nararrya Putri

NBI: 1511900046



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. Semolowaru 45 Surabaya
Tlp. 031 593 1800 (ex. 311)
Email: perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai sivitas akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Umi Laili Nararrya Putri

NBI : 1511900046

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

Jenis Karya : ~~Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan Penelitian/Makalah~~

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

Hubungan antara Kontrol Diri dengan *Phubbing* pada Dewasa Awal di Surabaya

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

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Pada Tanggal : 29 Mei 2023

Yang menyatakan,

E39AKX454001563

Umi Laili Nararrya Putri

NBI: 1511900046

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

NAMA : Umi Laili Nararrya Putri

NBI : 1511900046

JUDUL : Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Phubbing Pada Dewasa Awal di Surabaya

Surabaya, 29 Mei 2023

Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2



Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si, Psikolog

Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi, Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya


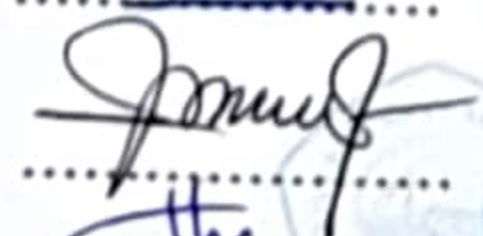

Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat

Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: Kamis, 8 Juni 2023



Dewan Penguji:

1. Drs. Herlan Pratikto, MSi., Psikolog
2. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi., M.Si, Psikolog
3. Isrida Yul Arifiana, S.Psi., M.Psi, Psikolog


.....

.....

.....

Mengetahui,

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
Dekan,**



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0552

HALAMAN MOTTO

Everyone suffers in their life. There are many sad days. But rather than sad days,
we hope to have better days. That's what makes us live.
That's what makes us dream

-RM-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Kedua Orangtua

Peneliti mempersembahkan skripsi ini kepada kedua orang tua yang telah memberikan *support* dan sumber penyemangat sejak individu berproses dalam pendidikan mulai dari awal sampai saat ini.

Diri Sendiri

Terimakasih kepada diri sendiri yang telah menyelesaikan skripsi ini dan mampu melalui berbagai rintangan serta berusaha untuk meraih cita-cita.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas Diri

Nama : Umi Laili Nararrya Putri
Tempat Lahir : Nganjuk
Tanggal Lahir : 18 Februari 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Perum Taman Puspasari Blok B no 2
Email : umilaili18@gmail.com
No. Telepon : 089679699983



B. Riwayat Pendidikan

SDN Klurak Candi Sidoarjo	2007 – 2013
SMPN 3 Candi Sidoarjo	2013 – 2016
SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo	2016 – 2019
Universitas 17 Agustus 1945	2019 - 2023

C. Pengalaman Organisasi

Anggota OSIS SMPN 3 Candi	2013 – 2014
Ketua OSIS SMPN 3 Candi	2014 – 2015

D. Kemampuan

1. *Leadership*
2. Menggunakan *microsoft word, microsoft excel, dan power point*
3. Bahasa Indonesia (aktif)
4. Bahasa Inggris (pasif)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Sholawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya, hingga kepada umatnya hingga akhir zaman, Aamiin.

Penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis dengan senang hati menyampaikan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM, CMA. CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya.
3. Amherstia Pasca Rina., S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus Surabaya.
4. Seluruh staff Universitas 17 Agustus Surabaya yang telah memberikan pelayanan selama menjalani perkuliahan.
5. Segenap dosen Fakultas Psikologi yang telah membimbing dan memberikan selama perkuliahan.
6. Ibu Dra. Tatik Meiyuntaringsih, M.Kes., Psikolog selaku dosen wali, atas bimbingan dan nasehatnya.
7. Ibu Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog dan Ibu Isrida Yul Arifiana, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing skripsi atas bimbingan dan arahnya selama penyusunan skripsi.
8. Orangtua yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi.
9. Oktavia Dwi Prilianti, Fatimah Nova Dwi Nurdianti, dan Aziziah Rahma Amalia yang telah memberikan semangat dan motivasi selama penyusunan skripsi ini.

10. Dhea Ramadhani Wahyu Putri, Fiola Fiorentiana, Dite Mahisi, Anggun Windi Aulina, Reza Dwi yang telah memberikan *support* selama penyusunan skripsi ini.

11. Seluruh pihak yang membantu dalam proses penulisan skripsi.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh sebab itu penulis menerima kritik dan saran yang membangun terhadap skripsi ini. Akhir kata penulis mengharapkan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan. Semoga segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan akan dibalas dengan kebaikan yang lebih berlipat lagi oleh Allah SWT.

Surabaya, 29 April 2023



Umi Laili Nararrya Putri

Hubungan Antara Kontrol Diri dengan *Phubbing* pada Dewasa Awal di Surabaya

Umi Laili Nararrya Putri

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: umilaili18@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan *smartphone* saat ini sudah menjadi *trend* di kalangan anak-anak, remaja, hingga dewasa awal, yang bahkan cenderung menjadi berlebihan. Terutama ketika individu menggunakan *smartphone* tanpa menghiraukan lawan bicara dan lingkungan sekitar, yang disebut *phubbing*. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *phubbing* adalah kontrol diri, yaitu kemampuan untuk menentukan perilaku seperti mengubah, mengelola, serta memilih perilaku yang dilakukan berdasarkan norma sehingga terbentuknya perilaku positif. Penelitian yang bertujuan untuk membuktikan adanya korelasi negatif antara kontrol diri dengan *phubbing* pada dewasa awal di Surabaya, menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan *gpower*. Subjek penelitian ini adalah dewasa awal yang berada di Surabaya. Analisis data menggunakan *Spearman Rho* yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan *phubbing* dengan nilai signifikansi 0,000.

Kata Kunci: Kontrol Diri, *Phubbing*, Dewasa Awal

The Relationship Between Self-Control and Phubbing in Early Adulthood in Surabaya

Umi Laili Nararrya Putri

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email: umilaili18@gmail.com

ABSTRACT

The use of smartphones has now become a trend among children, adolescents, and early adults, who even tend to be excessive. Especially when individuals use smartphones regardless of the other person and the surrounding environment, which is called phubbing. One of the factors that can affect phubbing is self-control, namely the ability to determine behavior such as changing, managing, and choosing behavior based on norms so that positive behavior is formed. The research which aims to prove the existence of a negative correlation between self-control and phubbing in early adulthood in Surabaya uses quantitative research methods using gpower. The subjects of this study were early adults living in Surabaya. Data analysis using Spearman Rho shows a negative relationship between self-control and phubbing with a significance value of 0.000.

Keywords: *Self-Control, Phubbing, Early Adulthood*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN ..	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	vi
HALAMAN MOTTO.....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR	x
ABSTRAK.....	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah	8
B. Tujuan dan Manfaat	8
1. Tujuan.....	8
2. Manfaat.....	9
C. Keaslian Penelitan	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
A. <i>Phubbing</i>	13
1. Definisi <i>Phubbing</i>	13
2. Aspek-Aspek <i>Phubbing</i>	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Phubbing</i>	15
B. Kontrol Diri	17
1. Definisi Kontrol Diri	17
2. Aspek-Aspek Kontrol Diri	18
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri.....	20
C. Kerangka Berpikir	22
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Populasi dan Sampel	27
1. Populasi	27

2. Sampel.....	27
B. Desain Penelitian.....	29
C. Instrumen Pengumpulan Data.....	29
1. Skala <i>Phubbing</i>	30
a. Definisi Operasional.....	30
b. Pengembangan Alat Ukur.....	30
c. Uji Alat Ukur.....	32
2. Skala Kontrol Diri.....	34
a. Definisi Operasional.....	34
b. Pengembangan Alat Ukur.....	35
c. Uji Alat Ukur.....	36
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	39
1. Uji Prasyarat.....	39
2. Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Hasil Penelitian.....	41
B. Pembahasan.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	28
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 3. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Intensitas Penggunaan Media Sosial	28
Tabel 4. Karakteristik Subjek Penelitian Berdasarkan Media Sosial yang Digunakan.....	28
Tabel 5. Skoring Skala Phubbing	30
Tabel 6. <i>Blue Print</i> Skala <i>Phubbing</i>	31
Tabel 7. Hasil Uji Validitas Aitem Skala <i>Phubbing</i>	32
Tabel 8. <i>Blue Print</i> Skala <i>Phubbing</i> Setelah Validasi	33
Tabel 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Phubbing</i>	34
Tabel 10. Skoring Skala Kontrol Diri.....	35
Tabel 11. <i>Blue Print</i> Skala Kontrol Diri.....	36
Tabel 12. <i>Blue Print</i> Skala <i>Phubbing</i> Setelah Validasi	37
Tabel 13. Hasil Uji Validitas Aitem Skala Kontrol Diri	38
Tabel 14. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	38
Tabel 15. Hasil Uji Normalitas.....	39
Tabel 16. Hasil Uji Linieritas	40
Tabel 17. Hasil Uji Korelasi	42
Tabel 18. Hasil Uji Mean Teoritis dan Mean Empirik	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir Kontrol Diri dan Phubbing	24
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Alat Ukur Penelitian	61
Lampiran 2. Skala Penelitian.....	62
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Phubbing</i>	68
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kontrol Diri	73
Lampiran 5 Tabulasi Skala <i>Phubbing</i>	77
Lampiran 6 Tabulasi Skala Kontrol Diri	88
Lampiran 7. Hasil Uji Normalitas	99
Lampiran 8. Hasil Uji Linieritas.....	102
Lampiran 9. Hasil Uji Korelasi Non Parametik Spearman's.....	103
Lampiran 10. Hasil Uji Mean Empiris <i>Phubbing</i>	104
Lampiran 11. Hasil Uji Mean Empiris Kontrol Diri	107
Lampiran 12. Hasil Turnitin	109