

Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Internet dalam Proses Belajar Daring

Lidya Astutisari^{1*}, Aniq Hadiyah Bil Haq²

¹²Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

*Kontak Email: astutisarilidya@gmail.com

Diterima:19/07/21

Revisi:06/12/21

Diterbitkan: 19/04/22

Abstrak

Tujuan Studi: Guna mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan internet dalam proses belajar daring di Kota Samarinda di beberapa kampus yang ada di Samarinda.

Metodologi: Jenis penelitian kuantitatif. Teknik pengambilan data sampel dengan *purposive sampling*. Sampel penelitian adalah mahasiswa yang mengikuti proses pembelajaran daring dengan total responden 200 mahasiswa. Pengumpulan data melalui pengisian kuesioner dan menggunakan *spss*.

Hasil: Hasil penelitian ini kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dalam proses belajar daring didapatkan hasil $p = 0,000 < 0,05$ dengan nilai korelasi (-) 0,512. Maka H_1 diterima sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dalam proses belajar daring.

Manfaat: Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi baru mengenai hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dalam proses belajar daring.

Abstract

Study Objectives: To find out the relationship between self-control and internet tendencies in the online learning process in Samarinda City at several campuses in Samarinda.

Methodology: Type of quantitative research. The sampling technique used is purposive sampling. The research sample was students who took part in the online learning process with a total of 200 students as respondents. Collecting data through filling out questionnaires and using SPSS.

Results: The results of this study were self-control with internet tendencies in the online learning process, the results were $p = 0.000 < 0.05$ with a correlation value of (-) 0.512. Then H_1 is accepted so that there is a significant relationship between self-control and internet addiction tendencies in the online learning process.

Benefits; The results of this study can be used as new information regarding the relationship between self-control and internet addiction tendencies in the online learning process.

Kata Kunci: kontrol diri, kecenderungan kecanduan internet

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mengumumkan virus covid-19 sebagai pandemi yang meresahkan di seluruh dunia, semua kegiatan dilakukan di rumah seperti bekerja, sekolah dan kegiatan lainnya tidak dilakukan diluar rumah. Bahkan interaksi antar individu pun terjadi melalui interaksi jarak jauh. Kegiatan yang seharusnya diadakan di sekolah, kampus dan perkantoran dilakukan dari rumah untuk memutuskan rantai penyebaran covid-19. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) mengatakan bahwa salah satu sektor yang terdampak virus yaitu dunia pendidikan. Surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 menghimbau untuk melakukan pembelajaran jarak jauh dan menyarankan para peserta didik untuk belajar dari rumah masing-masing (Kemendikbud.com). Sahu (2020) menyebutkan pada masa darurat pandemi sistem pembelajaran harus diganti dengan pembelajaran daring agar proses pembelajaran tetap berlangsung. Menurut Mustofa, dkk (2019), sistem pendidikan jarak jauh adalah metode pembelajaran yang terdapat aktivitas pengajaran secara terpisah, dengan aktivitas pembelajaran daring dilakukan melalui jaringan internet dan website sesuai dengan kebijakan penyelenggara pendidikan. Berdasarkan penelitian Kristiana (2020), terdapat peningkatan penggunaan internet untuk sebesar 52% selama pandemi jika dibandingkan dengan masa sebelum pandemi. Penggunaan internet yang berlebihan dapat berdampak pada ketergantungan

yang berpengaruh terhadap kondisi psikologis individu, dalam hal ini pada mahasiswa yang diharuskan mengikuti pembelajaran daring. Berkebalikan dengan hal tersebut, sistem daring juga membawa dampak pada efektifitas proses belajar mengajar. Moore, dkk (2006) menyebutkan bahwa yang diistilahkan sebagai pembelajaran daring adalah suatu kegiatan belajar mengajar yang dalam prosesnya membutuhkan jaringan internet. Konektivitas, aksesibilitas dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran dalam pembelajaran dari tidak terbatas oleh ruang kelas lagi. Berbagai manfaat yang didapatkan dari pembelajaran daring ternyata juga menimbulkan sisi negatif karena penggunaan internet sebagai alat mendapatkan pengetahuan sangat berlebihan. Berinteraksi dan melakukan berbagai kegiatan menggunakan internet dapat memunculkan kondisi psikologis seperti mudah cemas, emosi yang susah dikontrol, stress, kontrol diri yang susah dan cepat jenuh. Ong dan Tan (2014) menyebutkan efek negatif kecanduan internet yang berlebihan berakibat pada kesehatan yang buruk pada remaja seperti gangguan kesejahteraan psikologis, kurang interaksi dalam hal pertemanan, keluarga, prestasi yang menurun dan hambatan pencapaian tugas perkembangan psikososial. Penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Raj (2017) menunjukkan adanya dampak positif dalam penggunaan internet yaitu kemudahan mendapatkan informasi dan memunculkan perasaan yang lebih positif ketika mengakses internet, namun di sisi lain memiliki dampak negatif adalah kurang berinteraksi secara langsung, menunda pekerjaan dan menyebabkan insomnia, terganggunya kesehatan mata dan penurunan prestasi belajar. Young dan de Abreu (2011) menyebutkan bahwa kecanduan internet disebabkan oleh susahnya individu dalam mengontrol pemakaian internet dalam sehari-hari. Penelitian Ningtyas (2012) menyebutkan bahwa mahasiswa yang mengalami kecanduan internet ditandai dengan perhatian yang berlebihan terhadap internet, kurang dapat mengontrol dalam hal penggunaan internet. Apabila kontrol diri tinggi maka kecenderungan kecanduan internet rendah namun apabila kontrol diri rendah maka kecenderungan kecanduan internet tinggi. Marsela dan Supriatna (2016) menyebutkan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu usia, semakin bertambah usia seseorang maka semakin kuat kemampuan untuk mengendalikan dirinya sendiri. Faktor eksternal yaitu lingkungan dan keluarga, termasuk peran orang lain disekitar individu yang mengontrol. Sebagai contoh peran orang tua dalam mendisiplinkan anaknya, merespon kegagalan yang dimiliki individu dan cara menahan diri saat emosi dan juga pengalaman yang dimiliki individu, pengalaman yang dimaksud ialah pembelajaran yang ia ambil dari kejadian sebelumnya.

2. METODOLOGI

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini ialah mahasiswa dalam proses pembelajaran daring dengan jumlah populasi sebanyak 200 responden, pengambilan data menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian ini digunakan berdasarkan kriteria mengikuti pembelajaran daring minimal 1 (satu) semester dan berkuliah di kampus Samarinda. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, dengan uji validitas dan reliabilitas. Analisa data dianalisis secara statistik deskriptif dan ditampilkan dalam bentuk tabel dan distribusi frekuensi untuk mengetahui proporsi masing-masing tabel.

3. HASIL DAN DISKUSI

Penelitian ini dilakukan di Samarinda dengan menyebarkan kuesioner di beberapa kampus yang ada di Samarinda pada tanggal 20 Juni 2021 sampai dengan 30 Juni 2021. Berdasarkan data yang diperoleh selama penelitian.

3.1 Analisis Karakteristik Responden

Tabel 1: Karakteristik Subjek Mahasiswa yang ada di kampus Samarinda

| Karakteristik | Frekuensi | Presentasi (%) |
|-------------------------------------|------------|----------------|
| Umur | | |
| 18 – 22 tahun | 168 | 84.0 |
| 23 – 26 tahun | 32 | 16.0 |
| Jumlah | 200 | 100.0 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 49 | 24.4 |
| Perempuan | 151 | 75.5 |
| Jumlah | 200 | 100.0 |
| Rentang Menggunakan Internet | | |
| 1 – 5 jam | 30 | 15.2 |
| 6 – 10 jam | 103 | 52.0 |
| 11 – 15 jam | 36 | 18.2 |
| 16 – 20 jam | 7 | 3.5 |

| | | |
|---|------------|--------------|
| 24 jam | 12 | 5.6 |
| Tidak menentu | 12 | 5.6 |
| Jumlah | 200 | 100.0 |
| Aplikasi Yang Digunakan | | |
| Situs/Web Hiburan | 181 | 90.5 |
| Email | 189 | 94.5 |
| Jelajah Mengenai Bisnis | 131 | 65.5 |
| Group Chat | 189 | 94.5 |
| Layanan Streaming (nexflix, iqyu, viu, hoststar, dan dll) | 143 | 71.5 |
| Situs Baru | 93 | 46.5 |
| Game Online | 101 | 50.5 |
| Jualan Online | 87 | 43.5 |
| Belanja Online | 162 | 81.0 |
| Kuliah Online | 191 | 95.5 |
| Youtube | 184 | 92.0 |
| Bisnis Saham Online | 161 | 80.5 |
| Jumlah Responden | 200 | |

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil sebagian besar adalah responden dengan usai 18 tahun sampai dengan 22 tahun sebanyak 168 (84.0%) dan 23 sampai dengan 26 tahun sebanyak 32 responden (16.0%). Berdasarkan jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 151 responden (75.5%) sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak 49 responden (24.4%).

Berdasarkan rentang penggunaan internet terdapat hasil bahwa responden menggunakan internet dengan rentang 1–5 jam sebanyak 30 responden (15.2%) 6–10 jam sebanyak 103 responden (52.0%) 11–15 jam sebanyak 36 responden (18.2%) 16-20 jam sebanyak 7 responden (3.5%) 24 jam sebanyak 11 responden (5.6%) dan dengan jawaban tidak menentu sebanyak 11 responden (5.6%). Berdasarkan aplikasi yang sering dibuka responden sebagian besar adalah menggunakan situs/web hiburan sebanyak 181 responden (90.5%) menggunakan email sebanyak 189 responden (94.5%) menggunakan jelajah mengenai bisnis sebanyak 131 responden (65.5%) menggunakan *group chat* sebanyak 189 responden (94.5%) menggunakan layanan *streaming* (nextflix, iqyu, viu, hoststar dan dll) sebanyak 143 responden (71.5%) menggunakan situs baru sebanyak 93 responden (46.5%) menggunakan *game online* sebanyak 101 responden (50.5%) menggunakan jualan *online* sebanyak 87 responden (43.5%) menggunakan belanja *online* 162 responden (81.0%) menggunakan kuliah *online* 191 responden (95.5%) menggunakan youtube 184 responden (92.0%) menggunakan bisnis saham *online* 39 responden (19.5%).

3.2 Seleksi Item dan Reliabilitas Alat Ukur

1) Uji Seleksi Item

Tabel 2: Hasil Uji Seleksi Aitem Skala Kontrol Diri

| Aspek | Item | | Jumlah |
|------------------------|---------|-----------|--------|
| Menghentikan Kebiasaan | 1,7,10* | 2,5,4 | 6 |
| Menahan Godaan | 6 | 3,8,9 | 4 |
| Total | | 10 | 9.56 |

Keterangan : * = item yang gugur.

Berdasarkan [table 2](#) diatas dapat dilihat bahwa terdapat beberapa pertanyaan pada skala kontrol diri harus di buang dikarenakan tidak memenuhi konvensi seleksi aitem dengan jumlah 10 pertanyaan karena menunjukkan hasil kurang dari 0,25.

Tabel 3: Hasil Uji Seleksi Aitem Skala Kecenderungan Kecanduan Internet

| Aspek | Item <i>Favorable</i> | Jumlah |
|---|-----------------------|-----------|
| Perilaku khusus (<i>salinec</i>) | 10, 12, 13, 15, 19 | 5 |
| Penggunaan yang berlebihan (<i>excessive use</i>) | 1,2, 14, 18, 20 | 5 |
| Pekerjaan (<i>neglect in work</i>) | 6,8,9 | 3 |
| Antisipasi | 7,11 | 2 |
| Ketidakmampuan mengontrol diri (<i>lock of control</i>) | 5,16, 17 | 3 |
| Mengabaikan akan kehidupan sosial (<i>neglect to social life</i>) | 3,4 | 2 |
| Jumlah | | 20 |

Berdasarkan [tabel 3](#) diatas dapat dilihat bahwa terdapat beberapa pertanyaan pada skala kecenderungan kecanduan internet memenuhi konvensi seleksi aitem dengan jumlah 20 dengan hasil diatas 0,05.

2) Uji Reliabilitas

a) Kontrol Diri

Tabel 3: Hasil Uji Skala Kontrol Diri

| <i>Cronback's Alpha</i> | <i>N of Items</i> |
|-------------------------|-------------------|
| 0.844 | 10 |

Berdasarkan Kontrol Diri memiliki nilai Cronback's Alpha sebesar 0.844 atau melebihi 0,6 bahwa setiap pertanyaan reliabel dalam mengukur variabel kontrol diri. Hal tersebut menunjukkan bahwa apabila pertanyaan diajukan secara berulang hasilnya akan konsisten.

b) Kecenderungan Kecanduan Internet

Tabel 4 : Hasil Uji Skala Kecenderungan Kecanduan Internet

| <i>Cronback's Alpha</i> | <i>Cronback's Alpha Based on Standardized Items</i> | <i>N of Items</i> |
|-------------------------|---|-------------------|
| 0.895 | 0.897 | 20 |

Berdasarkan table 4 Kontrol Diri memiliki nilai Cronback's Alpha sebesar 0.897 atau melebihi 0,6 bahwa setiap pertanyaan reliabel dalam mengukur variabel kecenderungan kecanduan internet. Hal tersebut menunjukkan bahwa apabila pertanyaan diajukan secara berulang hasilnya akan konsisten.

3.3 Uji Normalitas

Tabel 5 : Deskripsi Uji Statistik Normalitas Data Kontrol Diri

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|---|------|------|
| Kolmogorov-Smirnov Z | .713 | 0.56 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .690 | |

Tabel 5 Kontrol Diri berdistribusi normal, yang dapat dilihat dari besarnya nilai K-S-Z sebesar 0.713 dengan nilai signifikansi = 0.690 ($p > 0,05$).

Tabel 6 Deskripsi Uji Statistik Normalitas Data Kecenderungan Kecanduan Internet

| One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test | | |
|---|--------------------|------|
| | Kecanduan Internet | 0.56 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | .975 | |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .298 | |

Tabel 3.2 Kontrol Diri berdistribusi normal, yang dapat dilihat dari besarnya nilai K-S-Z sebesar 0.975 dengan nilai signifikansi = 0.298 ($p > 0,05$).

3.4 Uji Linearitas

Tabel 7 Uji Linearitas Kontrol Diri Dan Kecenderungan Kecanduan Internet
ANOVA Table

| | | | Sum of Square | DF | Mean Square | F | Sig. |
|----------------------------------|----------------|-----------|---------------|----|-------------|--------|------|
| Kecenderungan Kecanduan Internet | Between Groups | Linearity | 11741.290 | 1 | 11741.290 | 74.255 | .000 |
| * | | | | | | | |
| Kontrol Diri | | | | | | | |

Dari hasil uji linearitas diperoleh nilai F Scale beda sebesar 74.255 dengan sign = 0,005 ($p > 0,05$) yang menunjukkan hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet adalah linear.

3.5 Uji Korelasi

Tabel 8 :Korelasi antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Dalam Proses Belajar Daring

| Correlations | | |
|---------------------|--------------|----------|
| | Kontrol Diri | Internet |
| Pearson Correlation | 1 | -.512** |
| Sig. (2-tailed) | | .000 |

Dari table 8 diatas menunjukkan bahwa antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet terdapat koefiesn korelasi (r) sebesar -0,512 dengan signifikansi 0,000. Hal tersebut berarti bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet dengan korelasi tersebut karena $p > 0,05$.

3.6 Uji Hipotesis

Tabel 9:Hasil Uji Hipotesis Variabel Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Proses Belajar Daring

| Variabel Bebas (X) | Variabel Terikat (Y) | Jumlah Responden | Koefisien Korelasi | Signifikasi | Keputusan |
|--------------------|----------------------------------|------------------|--------------------|-------------|-------------------------|
| Kontrol Diri | Kecenderungan Kecanduan Internet | 200 | -0,512 | 0,000 | H ₀ Diterima |

Tabel 9 menjelaskan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet > 0 (-.514) sedangkan yang ditolak adalah hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Hubungan yang signifikan, artinya hubungan tersebut berlaku pada seluruh populasi. Hal ini dapat diketahui dari kriteria responden berdasarkan nilai menerima H₀ dan menolak H₁ apabila $p > 0,05$ dan menolak H₀ dan menerima H₁ apabila $< 0,05$. Dari tabel di atas di ketahui bahwa $p = 0.000 < 0,05$ sehingga menolak H₀ 0.000 < 0.05 dan menerima H₁ (ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet) melalui uji koefisien korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet -.512 sehingga sumbangan efektifnya sebesar 26% didapatkan dari $r^2 = -.512^2 = 26 \%$.

4. PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment* dengan bantuan SPSS (Statistical Package for Social Science) for Windows 16.0 diperoleh hasil $r_{xy} = -0,512$ pada $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Koefisien korelasi mengindikasikan adanya hubungan antara variabel antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet, tingkat signifikan sebesar $p < 0,005$ memperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet. Nilai negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin rendah kemampuan kontrol diri yang dimiliki mahasiswa, maka kecenderungan kecanduan internet semakin tinggi. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi kemampuan kontrol diri yang dimiliki mahasiswa yang ada di Samarinda, maka kecenderungan kecanduan internet akan semakin rendah. Hurlock (2008) tahap perkembangan remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu: tahap remaja awal dari usia 12-15 tahun, tahap remaja pertengahan usia 15-18 tahun dan tahap remaja akhir usia 18-21 tahun. Hasil dari penelitian ini dengan 200 responden yaitu mahasiswa berusia 18 sampai dengan 34 tahun dengan responden 168 responden (84.0%) dan berusia 18 sampai dengan 22 tahun dan sisanya dengan usia 23-26 tahun dengan responden 32 (16.0%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa banyak pengguna internet berada pada rentang usia 18 tahun sampai dengan 22 tahun. Menurut Mustofa, dkk (2019), sistem pendidikan jarak jauh adalah metode pembelajaran yang terdapat aktivitas pengajaran secara terpisah, dengan aktivitas pembelajaran daring dilakukan melalui jaringan internet dan website sesuai dengan kebijakan penyelenggara pendidikan. Young dan de Abreu (2011) menyebutkan bahwa kecanduan internet disebabkan oleh susahny individu dalam mengontrol pemakaian internet dalam sehari-hari. Sehingga kebutuhan untuk menggunakan dan mengakses internet semakin meningkat hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa data hipotetik kecenderungan kecanduan internet didapatkan sebanyak 5 responden (2.5%) berada pada kategori normal, 40 responden (20.0%) berada pada kategori ringan, 140 responden pada kategori sedang (70.0%), 51 responden (7.5%) berada pada kategori kecenderungan ketergantungan internet. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan kecanduan internet pada proses pembelajaran daring pada mahasiswa yang berada di beberapa kampus di Samarinda dalam kategori sedang, sehingga dapat dikatakan bahwa kontrol diri dalam menggunakan internet dapat menghentikan kebiasaan atau mengontrol diri dengan baik untuk mengakses internet. Penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Raj (2017) menunjukkan adanya dampak positif dalam penggunaan internet yaitu kemudahan mendapatkan informasi dan memunculkan perasaan yang lebih positif ketika mengakses internet, namun di sisi lain memiliki dampak negatif adalah kurang berinteraksi secara langsung, menunda pekerjaan dan menyebabkan insomnia, terganggunya kesehatan mata dan penurunan prestasi belajar. Menurut Durkee, dkk (2012) kecenderungan kecanduan internet yang dalam kategori sedang dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya tujuan dari penggunaan internet. Tujuan penggunaan internet adalah salah satu kebutuhan mahasiswa untuk mencari informasi baru atau kebutuhan lainnya. Menurut Ningtyas, (2013) internet membuat kesenangan tersendiri bagi remaja dalam hal mencari informasi dan berkomunikasi terhadap individu lain pada tempat yang berbeda. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dalam peringkat pertama mahasiswa lebih sering menggunakan internet untuk kebutuhan pembelajaran 95.5% peringkat kedua mahasiswa lebih sering menggunakan email dan grup *chatting* untuk berkomunikasi dan pengumpulan tugas 94.5%, sehingga sesuai tujuan penggunaan internet dengan apa yang dibutuhkan oleh mahasiswa dalam menggunakan internet dan memiliki dampak positif. Pada penelitian ini, peneliti telah berusaha mencapai kesempurnaan hasil penelitian, namun karena adanya keterbatasan baik dari segi waktu dan kondisi yang sekarang sedang terjadi yaitu pandemi covid-19. Maka hasil yang dicapai dalam penelitian masih belum maksimal. Keterbatasan peneliti yang dimaksud antara lain :

1. Pengumpulan data menggunakan kuesioner online sehingga banyak mahasiswa yang malas/ kurang mau mengisi via hp (virtual).
2. Terbatasnya jangkauan dikarenakan melalui online tidak bertemu.

5. KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan di Samarinda dengan sampel mahasiswa dari beberapa kampus di Samarinda dengan metode kuesioner. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan internet memiliki hubungan yang hasilnya negatif dikarenakan kecenderungan kecanduan internet paling tinggi dikategori sedang dengan presentase 70% dengan responden 140 diartikan bahwa kontrol diri yang kurang baik dengan hasil hubungan $-0,512$, dengan rentang menggunakan internet dengan waktu 6 – 10 jam dengan responden 103 dengan presentase 52.0% dan internet digunakan untuk kebutuhan kuliah online 95.5%. Sampel penelitian ini lebih banyak responden berjenis kelamin perempuan dengan presentase 75.5% berjumlah 151 responden dengan rentang usai 18 tahun sampai dengan 22 tahun sebanyak 168 (84.0%) dan 23 sampai dengan 26 tahun sebanyak 32 responden (16.0%). Dalam penelitian ini juga kontrol diri memiliki sumbangan terhadap kecanduan internet sebanyak 26% dan 74% dari faktor yang tidak diteliti oleh peneliti.

SARAN

Bagi penelitian selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema sama lebih memperhatikan tata cara responden dalam pengisian agar hasil jawabannya *valid*. Perluas informasi mengenai sampel dan jumlah populasi. Kekuatan penelitian ini adalah mendapatkan hasil data yang lebih banyak variasi seperti jenis kelamin, rentang umur, aplikasi apa saja yang sering dibuka dan rentang waktu yang digunakan. Dengan kondisi keadaan yang berbeda.

REFERENSI

- Handarini, O.I., Wulandari, S.S (2020). Pembelajaran Daring Sebagai Upaya *Study From Home* (SFH) Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)*. Universitas Negeri Surabaya.
- Ferazona, S., Suryanti (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Hasil Belajar Kognitif Mahasiswa Pada Mata Kuliah Limnologi. *Jurnal of Research and Education Chemistry*. Universitas Islam Riau.
- Fitriyani, Y, dkk (2020). Motivasi Belajar Mahasiswa Pada Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pendidikan*. Universitas Kuningan.
- Hakim, S. N., Raj, A. A (2017). Dampak Kecanduan Internet Pada Remaja. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia 22-24 Agustus 2017 Hotel Grasia Semarang*.
- Kementerian Dalam Negeri (2020). Pedoman Umum Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah Pencegahan, Pengendalian, Diagnosis Dan Manajemen.
- Kemendikbud (2013). Proyeksi Siswa Tingkat Nasional Tahun 2012/2013- 2020/2021. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Pusat Data Dan Statistik Pendidikan.
- Kristiana, N (2020). Pengaruh Pembelajaran Online Melalui Google Classroom Dan Fasilitas Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Salatiga Tahun Pelajaran 2020/2021. *Skripsi*. Institusi Agama Islam Negeri Salatiga.
- Marsela, R. D., Supriatna, M (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Ciunseling : Theory, Practice And Research* (2019) 3(2) pp 65-69.
- Mustofa, M.L, dkk (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. 151-159.
- Ningtyas, S.D.Y (2012). Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal EPJ* 1 (1).
- Ong, H.S., Tan, Y.R (2014). Internet Addiction In Young People.
- Umidah, L., (2019). Hubungan Antara Kebahagiaan Dengan *Internet Addiction* Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Maulan Malik Ibrahim Malang.
- Hurlock, Elizabeth B. 1991. *Psikologi Perkembangan Edisi Kelima*. Jakarta. Erlangga.
- Young, K.S (2011). Clinical Assessement of Internet-Addicted Clients. Dalam K.S. Young & C.N. de Abreu (Penyunting). *INTERNET ADDICTION A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment* (hal.19). Hoboken: John Wiley & Sons.
- Makarim, N. (2020). Surat Edaran Mendikbud No 4 Tahun 2020 Tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19).