

HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DAN INTERNET ADDICTIONS S DISORDERS PADA MAHASISWA PRODI TEKNOLOGI PENDIDIKAN ANGKATAN 2020 DI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Dul Aris Nasir¹, Darmansyah², Meldi Ade Kurnia Yusri³, Elsa Rahmayanti⁴,
Mutiar Felicity Amsal⁵.

^{1, 2, 3, 4, 5}Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
Email: dularisnasir22@gmail.com

Article History

Received: 26-09-2024

Revision: 03-10-2024

Accepted: 06-10-2024

Published: 08-10-2024

Abstract. This study aims to find out the description of the results of the analysis of the relationship between self-control and Internet addictions disorders in TP FIP UNP students class of 2020. The method used was a correlational quantitative study with a sample of 95 people from a total population of 123 people. The data collection technique uses a questionnaire. Data analysis using t-test. The results of the study for Self-control the highest percentage of respondents were in the Agree (S) answer as much as 48.50% and the Internet Addictions disorder result was the highest in the Agree (S) answer as much as 39.50%. So with this study, it can be seen that 74.37% are related to self-control in students of the Educational Technology Study Program Class of 2020. This is because students are able to control themselves so that they are not addicted to the Internet, 65.31%. In addition, based on the indicator on self-control, the Behavior Control indicator with the highest percentage is 35.33% and on the Internet Addictions Disorders indicator, the highest indicator is excessive use at 34.71%. Based on the results of the t-test, it can be concluded that there is a significant relationship between self-control and internet addictions disorders in students of the Educational Technology Study Program, Padang State University.

Keywords: Internet Addictions Disorders, Self Control, Technology

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui deskripsi hasil analisis hubungan antara *self control* dan *Internet addictions disorders* pada mahasiswa mahasiswi TP FIP UNP angkatan 2020. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan sampel sebanyak 95 orang dari total populasi 123 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan angket. Analisis data menggunakan uji *t-test*. Hasil penelitian tersebut untuk *Self control* persentase paling tinggi responden adalah pada jawaban Setuju (S) sebanyak 48.50% dan hasil *internet Addictions disorders* paling tinggi pada jawaban Setuju (S) sebanyak 39.50%. Sehingga Dengan adanya penelitian ini, dapat dilihat bahwa 74,37% terkait *self control* pada mahasiswa-mahasiswi Prodi Teknologi Pendidikan Angkatan 2020. Hal ini karena mahasiswa mampu untuk mengontrol dirinya agar tidak terganggu dengan *Internet*, 65.31%. selain itu berdasarkan indikator pada *self control* indikator Kontrol Perilaku dengan persentase tertinggi yaitu 35.33% dan pada Indikator *internet addictions s disorders* indikator tertinggi adalah penggunaan berlebihan 34.71%. Berdasarkan hasil uji *t-test* dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dan *internet addictions disorders* pada mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan, Universitas Negeri Padang.

Kata Kunci: *Internet Addictions Disorders, Self Control, Teknologi*

How to Cite: Nasir, D. A., Darmansyah., Yusri, M. A. K., Rahmayanti, E., & Amsal, M. F. (2024). Hubungan Antara *Self Control* dan *Internet Addictions S Disorders* pada Mahasiswa Prodi Teknologi Pendidikan Angkatan 2020 di Universitas Negeri Padang. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5 (5), 5929-5942. <http://doi.org/10.54373/imeij.v5i5.1899>

PENDAHULUAN

Internet, merupakan suatu bagian dari teknologi informasi yang berkembang dengan pesat. Saat ini tidak dapat terlepas dari berbagai aspek kehidupan manusia (Dewi, 2016). Saat ini masyarakat dapat dengan mudah mengakses *Internet* seperti fasilitas pemenuhan informasi banyak situs web yang bermanfaat di segala sektor, *chatting* dan media sosial yang dapat membuat individu berinteraksi dengan orang lain dari benua manapun, dan kapanpun, melakukan jual beli secara *online* dengan situs ecommers tanpa harus pergi ke toko, *game online* dan fasilitas youtube sebagai sarana hiburan, bahkan saat ini hanya dengan *Internet* kita dapat mentransfer uang secara *online* melalui *Internet* banking.

Seiring dengan perkembangan zaman pemanfaatan *Internet* untuk pendidikan di Indonesia khususnya di perguruan tinggi terus berkembang. Misalnya tahun 2001 didirikan universitas maya Indonesia bangkit university teledukasi yang bekerjasama dengan universitas Tun Abdul Razak Malaysia. Beberapa perguruan tinggi juga menawarkan program on-line course. Pemanfaatan *Internet* untuk pendidikan ini tidak hanya untuk pembelajaran jarak jauh, akan tetapi juga dikembangkan sistem pendidikan konvensional. Kini sudah banyak lembaga pendidikan terutama perguruan tinggi yang sudah mulai merintis dan mengembangkan model pembelajaran berbasis *Internet* dalam mendukung sistem pendidikan konvensional.

Self control merupakan suatu kemampuan dan upaya untuk mengatur, membimbing, serta mengarahkan segala bentuk tindakan dalam diri untuk menuju ke tindakan yang positif, dengan kata lain, membentuk pengendalian emosi dalam diri individu. Terdapat aspek-aspek *self control* yang pertama, kontrol perilaku yaitu kemampuan seseorang dalam mengendalikan diri terhadap suatu peristiwa yang tidak menyenangkan. Kontrol kognitif yaitu kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi dan menilai. Yang ketiga mengontrol keputusan, kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini individu.

Internet Addictions merupakan fenomena yang mencemaskan dan menarik perhatian. *Internet* telah membuat remaja kecanduan, karena menawarkan berbagai informasi, permainan, dan hiburan. Hal ini ditandai rasa senang dengan *Internet*, durasi penggunaan *Internet* terus meningkat, menjadi cemas dan bosan ketika harus melalui beberapa hari tanpa *Internet*. Pecandu *Internet* tidak dapat menghentikan keinginan untuk *online* sehingga kehilangan kontrol dari penggunaan *Internet* dan kehidupannya. *Internet Addictions* adalah pemakaian *Internet* secara berlebihan yang ditandai dengan gejala-gejala klinis kecanduan, seperti

keasyikan dengan objek candu, pemakaian yang lebih sering terhadap objek candu, tidak memperdulikan dampak fisik maupun psikologis pemakaian dan sebagainya.

Seorang pakar psikolog di Amerika David Greenfield menemukan sekitar 6% dari pengguna *Internet* mengalami kecanduan. Orang-orang tersebut mengalami gejala yang sama dengan kecanduan obat bius, yaitu lupa waktu dalam ber*Internet*. Kebanyakan orang yang kecanduan *Internet* ini dikarenakan mereka menemukan kepuasan di *Internet*, yang tidak mereka dapatkan di dunia nyata. *Internet* telah membuat remaja kecanduan, karena di *Internet* menawarkan berbagai fasilitas informasi, mainan, dan hiburan yang membuat remaja tidak ingin meninggalkan *Internet*. Kebanyakan mereka terperangkap pada aktivitas negatif seperti *games*, judi dan *sex online* walaupun tidak semua.

Internet Addictions sebagaimana kecanduan obat-obatan, alkohol, dan judi akan mengakibatkan kegagalan akademis, menurunkan kinerja, perselisihan dalam perkawinan bahkan perceraian. Yani (dalam Ningtyas, 2012) mengungkapkan bahwa Ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri untuk terkoneksi dengan *Internet* dan melakukan kegiatan bersamanya adalah cikal bakal dari lahirnya bentuk kecanduan ini, bahkan di Amerika Serikat sendiri telah berdiri panti rehabilitasi untuk menyembuhkan bentuk kecanduan khusus *Internet*. Kebiasaan yang tidak terkendali memang terkadang dapat menimbulkan petaka tersendiri bagi diri kita, dengan tidak bisa mengatur lamanya durasi ber*Internet*, menghabiskan waktu dan menghancurkan semua tanggung jawab dalam kehidupannya.

Penelitian Herlina (2004) mengenai hubungan kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *Internet* di Jogjakarta menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan *Internet*. Kategori kontrol diri tergolong tinggi, sedangkan kategori kecanduan *Internet* tergolong sedang. Hal ini dapat dipahami karena sebagian besar subjek penelitian menggunakan *Internet* lebih dari satu tahun dengan lama *online* 4 sampai 5 jam per minggu. Selain itu *Internet* masih merupakan alat komunikasi baru yang belum menjadi gaya hidup di Indonesia, khususnya di Jogjakarta. *Internet* sudah mulai banyak digunakan tetapi belum menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, salah satunya karena faktor biaya yang harus dikeluarkan untuk memperoleh jasa *Internet*.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada beberapa mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 ditemukan mahasiswa mengalami *internet addictions s disorders* yang dibuktikan dengan respon dari mahasiswa lebih banyak waktu luang untuk mengakses *internet* sehingga mahasiswa lebih betah di depan layar handphone maupun laptop yang mana akses tersebut tidak melakukan kegiatan belajar melainkan hanya berlama-lama di media social seperti *intragram*, *youtube*, *tiktok*, dan media *online* lainnya, serta mahasiswa juga lama

mengakses *internet* untuk bermain *game online*. Selain itu dikarenakan adanya pandemi covid 19 yang mewabah di Indonesia sehingga proses pembelajaran terpaksa harus dilaksanakan secara *daring* sesuai arahan dari kementerian pusat. Sehubungan dengan adanya peraturan terkait pembelajaran daring tersebut dan bertepatan dengan awal perkuliahan mahasiswa teknologi pendidikan angkatan 2020 sehingga banyak menghabiskan waktu dengan mengakses *internet* hal ini salah penyebab terjadinya *internet addictions* pada mahasiswa teknologi pendidikan angkatan 2020.

Selain itu mahasiswa cenderung menyendiri dibandingkan berkumpul dengan teman seangkatan untuk berkomunikasi dikarenakan lebih terfokus dengan gadget dan setiap diajak berkumpul hal yang paling utama dikerjakan mahasiswa adalah mengakses *internet* tanpa menghiraukan lawan bicara atau teman lainnya. Hal ini juga di buktikan dengan banyak nya mahasiswa angkatan 2020 yang malas mengikuti kegiatan kemahasiswaan dan organisasi-organisasi mahasiswa yang mana organisasi mahasiswa ini seharusnya menjadi tempat untuk mengasah *soft skill* mahasiswa, tetapi mereka lebih memilih untuk tidak menyibukkan diri dan malah banyak menghabiskan waktu hanya untuk hal sia-sia saja. Sehingga pengaruh *internet addictions disorders* ini sangat lah berpengaruh kepada mahasiswa teknologi pendidikan angkatan 2020.

Ditemukan pula permasalahan pada mahasiswa Teknologi Pendidikan angkatan 2020 yaitu mahasiswa tidak mampu mengontrol diri nya saat menggunakan *internet*, ini dibuktikan dengan mahasiswa tidak mampu mengontrol waktunya saat mengakses *internet* dan mengakses *internet* lebih lama dari waktu yang sudah direncanakan. Selain itu mahasiswa juga merasa tidak nyaman jika dalam sehari tidak mengakses *internet*. Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara *self control* dan *internet addictions disorders* pada mahasiswa-mahasiswi prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 di Universitas Negeri Padang. Dengan adanya penelitian ini diharapkan agar mahasiswa mengetahui dampak buruk dari *internet addictions disorders* ini dan tau bagaimana *self control* agar tidak terkena *internet addictions disorders*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui deskripsi hasil analisis hubungan antara *self control* dan *Internet addictions disorders* pada mahasiswa mahasiswi Teknologi Pendidikan FIP UNP angkatan 2020.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode penelitian yaitu penelitian korelasional. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data

menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2019) . Penelitian korelasional adalah penelitian hubungan antara variabel atau beberapa variabel dengan variabel lain (Winarni, 2011).

Menurut Arikunto (2010) penelitian korelasional (*Correlational Studies*) merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Ciri dari penelitian korelasional adalah bahwa penelitian tersebut tidak menuntut subyek penelitian yang terlalu banyak. Penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sebagaimana dijelaskan Azwar (2010) penelitian dengan menggunakan Pendekatan Kuantitatif, yaitu suatu pendekatan yang menekankan analisis pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Pada umumnya, penelitian kuantitatif merupakan penelitian pada sampel besar. Metode penelitian yang akan digunakan penulis untuk penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional.

Menurut Azwar (2010) penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Dari Penelitian ini dapat memperoleh informasi mengenai taraf hubungan yang terjadi, bukan mengenai ada-tidaknya efek variabel satu terhadap variabel yang lain. Dalam pemberian nilai pada kuesioner yang dilakukan oleh peneliti terhadap responden adalah menggunakan skala likert. Menurut Sugiyono (2019) skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan skala likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel.

Tabel 1. Skor skala *Likret* kategori responden

Jawaban Responden	Bobot Nilai
Sangat Setuju (SS)	5
Setuju (S)	4
Ragu-Ragu (R)	3
Tidak Setuju (TS)	2
Sangat Tidak Setuju (STS)	1

Dengan populasi sebanyak 123 mahasiswa Prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 dengan sampel sebanyak 95 orang. Penelitian ini dilakukan dengan dua cara yakni *online* dan *offline*, secara *online* dengan menyebarkan angket dengan menggunakan google form yang

disebar melalui whatsapp dengan terkumpul sebanyak 52 responden. Selain itu secara *offline* di lakukan dengan menyebar angket secara langsung oleh peneliti kepada mahasiswa dan terkumpul 43 responden. Setiap responden mendapatkan 30 butir pernyataan dimana 15 butir pernyataan untuk *self control* dan 15 butir pernyataan untuk *internet addictions disorders*. Setiap butir pernyataan responden di minta untuk menceklis salah satu pilihan sesuai dengan kondisi responden untuk mengetahui hubungan signifikan antara *self control* dan *internet addictions disorders*. Pada satu pernyataan di berikan 5 tingkatan pada skala *likret* yaitu : SS (sangat setuju), S (Setuju), R (Ragu-ragu), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju), dimana untuk SS diberi Skor 5, S diberi skor 4, R diberi skor 3, TS diberi Skor 2 dan STS diberi skor 1.

Teknik analisis data yang digunakan adalah metode statistik deskriptif kuantitatif. Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Jenis statistik deskriptif antara lain penyajian data melalui tabel, grafik, diagram lingkaran, pictogram, perhitungan modus, median, mean, perhitungan desil, persentil, deviasi, perhitungan prosentase. Analisis deskripsi ini di gunakan untuk menggambarkan frekuensi karakteristik responden yang dikelokkan berdasarkan jenis paramater jawaban dari pertanyaan. Selain itu peneliti juga menggunakan uji hipotesis dimana dalam uji hipotesis ini terdapat uji F (simultan) dan Uji T (persial)

HASIL

Deskripsi Variabel

Berdasarkan hasil jawaban responden Menunjukkan bahwa hasil dari keseluruhan tanggapan responden *self control* rata-rata tanggapan mahasiswa Teknologi Pendidikan yang menyatakan Sangat Setuju (SS) sebesar 25.70%, Setuju (S) 48.50%, Ragu-ragu (R) 15.40%, Tidak Setuju (TS) 6.80%, dan menyatakan Sangat Tidak Setuju (STS) 3.50%. Hasil menunjukan persentase paling tinggi responden adalah pada jawaban Setuju (S) sebanyak 48.50%. Hasil responden dari penelitian selanjutnya di kelompokkan berdasarkan indikator pada *self control* untuk dijadikan dalam bentuk persentase. Indikator pada *Self control* terdiri dari tiga yaitu indikator kontrol Dari perilaku dengan persentase 35.33%. Indikaktor ke dua adalah kontrol kognitif dengan persentase 31.60% dan indikator ketiga adalah kontrol keputusan dengan persentase 33.07%. pada *Self control* yang memiliki persentase tinggi adalah indikator kontrol perilaku.

Berdasarkan hasil Jawaban responden menunjukkan bahwa hasil dari keseluruhan tanggapan responden *internet Addictions disorders* rata-rata tanggapan mahasiswa Teknologi Pendidikan yang menyatakan Sangat Setuju (SS) sebesar 15.71%, Setuju (S) 39.50%, Ragu-ragu (R) 18.94%, Tidak Setuju (TS) 18.94%, dan menyatakan Sangat Tidak Setuju (STS) 3.15%. Hasil menunjukan persentase paling tinggi responden adalah pada jawaban Setuju (S) sebanyak 39.50%. Selain itu sesuai dengan indikator pada *internet addictions disorders* maka persentase jawaban yang di peroleh masing-masing indikator sebagai berikut. Indikator pertama penggunaan berlebihan 34.71%, pada indikator ke dua gejala penarikan 32.61% dan pada indikator ke tiga toleransi sebesar 32.53%. berdasarkan hasil persentase di atas indikator pada *internet addictions s disorders* adalah penggunaan berlebihan tertinggi dengan 34.71%.

Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Berdasarkan hasil Uji validitas variabel X (*self control*) dan Variabel Y (*internet Addictions Disorders*) diatas maka dapat di tarik kesimpulan bahwa sesuai dengan pengambilan keputusan dimana Jika nilai $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ maka data di nyatakan valid, atau jika nilai signifikansi ($\text{sig} < 0,05$) maka data di katakan valid. Sesuai dengan hasil uji validitas X (*self control*) dimana untuk mengetahui $r\text{-tabel}$ dengan rumus $df = (N-2)$ dengan N adalah jumlah responden sehingga $(95-2=93)$ dengan tingkat signifikansi nya 0,05 di peroleh $r\text{Table } 0,2017$. Dan hasil uji validitas X (*self Control*) di peroleh data $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ dari seluruh Pernyataan dan nilai signifikansi dari seluruh pernyataan $< 0,05$ maka pernyataan pada variabel X (*self control*) secara keseluruhan dinyatakan valid. Selanjutnya berdasarkan hasil uji validitas Y (*internet Addictions s Disorders*) di peroleh hasil $r\text{-tabel} > r\text{-hitung}$ secara keseluruhan Pernyataan dan nilai signifikansi dari seluruh pernyataan $< 0,05$ maka variabel Y (*internet Addictions s disorders*) dari seluruh pernyataan dinyatakan Valid. Sehingga dapat di simpulkan bahwa variabel X (*self Control*) dan variabel Y (*internet Addictions s Disorders*) pada seluruh pernyataan di nyatakan Valid.

Uji reliabilitas bertujuan untuk melihat apakah kuisioner memiliki konsistensi jika pengukuran di lakukan dengan kuisioner tersebut di lakukan secara berulang, dasar pengambilan keputusan uji reliabilitas menurut wiratna sujerweni (2014), Kuisioner dikatakan reliabel jika nilai cronbach alpha $> 0,6$.

Tabel 2. Hasil uji reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	N. of Item	Keterangan
X	0.794	15	Reliabel
Y	0.863	15	Reliabel

Berdasarkan hasil uji *reliabilitas* yang di lakukan menggunakan SPSS di peroleh hasil seperti atas, dari hasil tersebut maka di di peroleh hasil sesuai dengan pengambilan keputusan di atas dimana menurut Sujerweni Wiratna (2014), Kuisisioner dikatakan reliabel jika nilai *cronbach alpha* $> 0,6$. Dari hasil uji *reliabilitas* variabel X (*self control*) nilai *Cronbach Alpha* nya sebesar 0,794 dimana $> 0,6$ maka variabel X (*Self Control*) dinyatakan *Reliabel*. Bagitupun pada variabel Y (*internet Addictions s Disorders*) nilai *Cronbach Alpha* nya 0,863 $> 0,06$ maka variabel Y (*internet Addictions s Disorders*) Dinyatakan *Reliabel*.

Hasil Uji Deskriptif

Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang di teliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan (Sugiono, 2019).

Tabel 3. Hasil uji deskriptif

		X-total	Y-total
N	Valid	95	95
	Missing	0	0
Mean		58.13	51.05
Median		59.00	52.00
Mode		59	55
Std. Deviation		6.284	9.015
Variance		39.495	81.263
Range		36	40
Maximum		71	71
Sum		5522	4850

Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang di sajikan untuk analisis lebih lanjut berdistribusi normal atau tidak, dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan Kolmogrov smirnov. Berdasarkan hasil uji Normalitas diketahui Nilai signifikansi 0,200 $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nila residual distribusi Normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas adalah pengujian mengenai sata tidaknya variasi-variasi dua buah distribusi atau lebih. Pengambilan keputusan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka distribusi data adalah homogen, dan jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka nilai distribusi tidak homogen. Berdasarkan hasil uji homogenitas di atas maka nilai signifikasi 0.339 > 0.05 maka data homogen.

Hasil Uji Linieritas

Uji linieritas berfungsi untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Untuk pengambilan keputusannya maka jika nilai sig. deviations from linierity $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat, sebaliknya jika nilai sig. deviations from linierity $< 0,05$ maka tidak ada hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Berdasarkan hasil uji linieritas di atas di peroleh nilai sig. deviation from linierity $0,700 > 0,05$ maka terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Hasil Uji Korelasi *Person Product Moment*

Uji korelasi person product moment memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antar variabel, selain itu bisa juga mengetahui arah hubungan antar variabel, bisa bersifat searah (Positif) atau bisa bersifat negatif (tidak Searah). Untuk penarikan kesimpulan adalah jika nilai Sig. (2 tailed) $< 0,05$ maka ada hubungan signifikan, jika nilai sig. (2 tailed) $> 0,05$ tidak ada hubungan secara signifikan. Berdasarkan hasil uji korelasi person Product moment di atas nilai sig.(2 tailed) $< 0,05$ yaitu $0.020 < 0.05$ maka dapat di simpulkan kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan.

Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis yang di ajukan dalam penelitian ini adalah:

- H_0 : tidak ada hubungan yang signifikan antara *self control* dan *internet addictions s disorders* pada mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan Angkatan 2020 Universitas Negeri Padang.
- H_a : Terdapat Hubungan yang signifikan antara *self control* dan *internet addictions s disorders* pada mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 Universitas Negeri Padang.

Tabel 4. Hasil uji hipotesis

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 Constant)	31.147	8.444		3.689	0.000
Self Control	0.342	0.144	0.239	2.371	0.020

Berdasarkan hasil uji *t-test* diperoleh nilai *r*-hitung lebih besar dari *T*-tabel > 1.661 sedangkan apabila *t*-hitung lebih kecil dari *t*-tabel < 1.661 maka uji *t* dikatakan tidak Berhubungan. Berdasarkan tabel di atas maka dapat di jelaskan bahwa masing-masing berhubungan antara variabel *self control* dan *internet addictions s disorders* adalah hubungan variabel *self control* (X) dengan variabel *internet addictions s disorder* (Y). berdasarkan tabel nilai signifikan yang di peroleh $0.020 < 0.05$. artinya terdapat hubungan yang signifikan *self control* (X) dengan *internet addictions s disorders* (Y). sedangkan di lihat dari nilai *T*-hitung dimana *t*-hitung $2.372 > T$ -tabel 1.661 , maka H_0 ditolak dan H_a diterima

DISKUSI

Self control mahasiswa Teknologi Pendidikan, UNP. Berdasarkan hasil dari keseluruhan tanggapan responden menunjukkan bahwa 74,37% terkait *self control* pada mahasiswa-mahasiswi Prodi Teknologi Pendidikan Angkatan 2020. Hal ini karena mahasiswa mampu untuk mengontrol dirinya agar tidak tercandu dengan *Internet*. Dari penyebaran kuisioner yang di lakukan baik secara *online* maupun *offline*, mahasiswa menyatakan bahwa berusaha untuk membagi waktu dengan baik. Selain itu nya mahasiswa juga mampu untuk mampu untuk mengontrol diri nya agar tidak tercandu pada *internet*. Sesuai hasil penelitian yang di peroleh persentase jawaban mahasiswa untuk *self control* pada indikator S (setuju) sangat tinggi dengan persentase 48.50%, di bandingkan dengan indikator lainnya.

Selaras dengan penelitian Ningtyas (2012) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa seorang pengguna *internet* yang memiliki *self kontrol* yang tinggi dirinya akan mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur kegiatan penggunaan *internet*. Kebiasaan dapat diartikan sebagai suatu sikap seseorang yang memiliki kesadaran yang rendah, perhatian yang rendah terhadap sesuatu, kurang pengendalian dalam dirinya. Jadi seseorang mungkin menyadari penggunaan *internet* mereka yang berlebihan dan mempunyai niat untuk menghentikan hal tersebut. Tetapi, masih mempunyai kebiasaan berperilaku yang kurang pengendalian ataupun juga kurangnya reaksi dalam diri.

Berdasarkan hasil uji *t-test* (parsial) bahwa variabel *self control* (X) memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel *internet addictions s disorders* (Y) dimana *t*-hitung $2.372 > t$ -tabel 1.661 . seperti penelitian sebelumnya oleh Endah S.N (2020). Tentang hubungan anatara *self control* dengan *internet addictions s disorders* pada remaja, Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi Pearson Product Moment diketahui bahwa nilai *r*-hitung untuk hubungan *self control* dengan *internet addictions* adalah sebesar $-0,770 < r$ -tabel $0,279$. Selanjutnya *r*-hitung untuk hubungan antara variabel *self control* dengan variabel *internet*

addictions adalah sebesar $-0,770 > r\text{-tabel } 0,279$, disimpulkan bahwa ada hubungan antar variabel. Karena *r*-hitung atau Pearson Correlations bernilai negatif yang artinya semakin tinggi *self control* maka semakin rendah *internet addictions*-nya, sebaliknya juga begitu semakin rendah *self control*nya maka semakin tinggi *internet addictions*-nya.

Self kontrol diartikan sebagai suatu tindakan seseorang dalam mengendalikan tingkah laku. Kemampuan seseorang membimbing, dan mengarahkan bentuk perilaku seseorang yang dapat membawa dirinya ke arah konsekuensi positif (Aviyah, 2014). Pada dasarnya bahwa setiap individu yang memiliki self kontrol yang rendah individu tersebut sering mengalami kesulitan menentukan sikap mereka. Sedangkan individu yang memiliki *self control* tinggi individu tersebut sangat memperhatikan perilaku dan tindakannya (Chita, 2015). Dalam mengontrol diri tentunya seorang mahasiswa harus mampu membagi waktu antara tugas kuliah dengan bermain *internet*, selain itu mahasiswa harus memiliki jadwal dalam sehari untuk kegiatan yang akan dilakukan sehingga tidak menghabiskan waktu hanya untuk mengakses *internet* saja dan mahasiswa dapat memanfaatkan *internet* itu sendiri untuk hal yang bermanfaat.

Internet addictions s disorders mahasiswa Teknologi Pendidikan, UNP Berdasarkan hasil dari keseluruhan tanggapan responden terkait *Internet Addictions s disorders* pada mahasiswa-mahasiswi prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 di Universitas Negeri Padang, Menunjukkan bahwa 65.31%, mahasiswa mengalami *internet additions disorders* hal ini dikarenakan mahasiswa mengakses *internet* lebih lama dari waktu yang sudah di rencanakan. Dari penyebaran kuisisioner yang di lakukan oleh peneliti kepada mahasiswa-mahasiswi prodi Teknologi Pendidikan mayoritas mahasiswa mengalami *internet addictions s disorders*, dibuktikan dengan dengan hasil deskripsi penelitian indikator Setuju (S) mendapat persentase tertinggi sebesar 39.50%. dari hasil pernyataan oleh responden mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengakses *internet* dibandingka dengan kegiatan sehari-hari sehingga mahasiswa merasa gelisah jika tidak mengakses *internet*.

Sesuai dengan penelitian sebelumnya dimana Novianto (2011) mengemukakan bahwa terdapat dua hal yang harus diperhatikan dalam mengetahui penggunaan harian *internet* seseorang, yaitu frekuensi *internet* yang sering digunakan dan durasi penggunaan setiap kali seseorang mengakses *internet*. *Internet addictions s disorders* dapat didasari oleh kurangnya kontrol pada diri seseorang baik dari faktor internal maupun eksternal. Pada dasarnya semua manusia memiliki beragam hasrat dan nafsu hal ini tergantung bagaimanaka kita dapat menyikapinya dan menempatkan diri kita pada porsinya. Karena sesuatu yang berlebihan itu akan mengorbankan hal yang lain. *Internet Addictions s disorders* merupakan suatu kecanduan yang diakaitkan dengan segala sesuatu hal negatif yang berhubungan langsung dengan *internet*,

seperti judi *online*, salah penggunaan *social networking*, *game online* yang berlebihan, membuka situs web yang mengarah ke hal negatif dan lain sebagainya. Hal tersebut juga terjadi pada mahasiswa Teknologi Pendidikan angkatan 2020 di Universitas Negeri Padang, dimana mereka lebih banyak mengakses *internet* bahkan banyak kehilangan waktu tidurnya hanya karena mengakses *internet* di malam hari.

Hubungan *self control* dan *Internet addictions s disorders* pada mahasiswa Teknologi Pendidikan UNP. Berdasarkan hasil uji korelasi person product moment yang sudah di lakukan menggunakan uji SPSS maka didapati sig.(2 tailed) < 0,05 yaitu $0.020 < 0.05$ maka dapat di simpulkan kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan. Berdasarkan pengambilan keputusan adalah jika nilai Sig. (2 tailed) < 0,05 maka ada hubungan signifikan, jika nilai sig. (2 tailed) > 0,05 tidak ada hubungan secara signifikan. Mahasiswa Teknologi Pendidikan angkatan 2020 Universitas Negeri Padang, merupakan suatu obyek dalam penelitian ini yang merupakan remaja, sejalan dengan penelitian Anggraeni (2019) ketika seseorang memasuki masa remaja, kemampuan *self control* seseorang akan berkembang seiring dengan kematangan emosi yang dimilikinya. Remaja dikatakan memiliki kematangan emosi apabila ketika mereka memasuki masa remaja akhir ketika emosi mereka tidak meledak-ledak dihadap orang lain. Dan mereka mampu menunggu kondisi yang tepat untuk mengungkapkan emosi mereka dengan kondisi yang lebih bisa di terima.

Angka rata-rata persentase yang di peroleh pada penelitian ini sebesar 74,39% untuk *self control* dimana ini lebih tinggi dari rata-rata persentase *internet addictions s disorder* yaitu sebesar 65.31% dimana ada selisih 9,08% yang menunjukkan mahasiswa Teknologi Pendidikan Angkatan 2024 Universitas Negeri Padang, memiliki *self control* yang tinggi untuk terhindar dari *internet addictions s disorders*. Seperti yang ketahui bahwa dampak dari *internet addictions s disorders* ini sangat berpengaruh kepada kepriadian mahasiswa itu sendiri dimana mahasiswa tentunya banyak menghabiskan waktu nya untuk berlama-lama mengakses *internet*, tugas perkuliahan yang sering terbengkalai karena mahasiswa tidak ada waktu untuk mengerjakan nya dan kebanyakan hanya mengandalkan *internet* saja sehingga kemampuan mahasiswa berkurang. Selain nya juga mahasiswa lebih betah di dalam rumah hanya untuk bermain handpone atau laptopnya dan tidak mau berinteraksi dengan orang lain akibatnya kemampuan sosial mahasiswa menurun. Dalam mengatasi hal tersebut tentunya mahasiswa harus lebih pandai membagi waktunya sehingga tidak hanya berfokus pada *internet* saja melainkan semua aktivitas nya sehari-hari dapat maksimal, seperti membuat jadwal agenda dalam sehari dan membuat jadwal berapa lama dalam bermain *internet*. Hal ini tentunya akan seimbang antara kontrol diri mahasiswa dan kecanduan *internet*. Hal ini sejalan dengan

penelitian Muna (2016) bahwa mahasiswa yang mempunyai *self control* yang tinggi juga dapat memiliki kecenderungan kecanduan *internet* yang tinggi. Terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi terjadinya hal ini, salah satunya yaitu kemampuan mengatur dan mengendalikan tingkah laku berdasarkan faktor yang berasal dari luar dirinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *self control* hasil persentase paling tinggi responden adalah pada jawaban Setuju (S) sebanyak 48.50% dan hasil *internet Addictions Disorders* paling tinggi pada jawaban Setuju (S) sebanyak 39.50%. Peneliti juga melakukan uji validitas yang menghasilkan variabel X (*self Control*) dan variabel Y (*internet Addictions s Disorders*) pada seluruh pernyataan dinyatakan Valid dan juga dilakukan uji korelasi person Product moment di atas nilai $\text{sig. (2 tailed)} < 0,05$ yaitu $0.020 < 0.05$ maka dapat disimpulkan kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan. Dengan adanya penelitian ini, dapat dilihat bahwa 74,37% terkait *self control* pada mahasiswa-mahasiswi Prodi Teknologi Pendidikan Angkatan 2020. Hal ini karena mahasiswa mampu untuk mengontrol dirinya agar tidak tercandu dengan *internet*, 65.31%, mahasiswa mengalami *internet additions disorders* hal ini dikarenakan mahasiswa mengakses *internet* lebih lama dari waktu yang sudah direncanakan. Sehingga selisih 9,08% yang menunjukkan mahasiswa Teknologi Pendidikan Angkatan 2024 Universitas Negeri Padang, memiliki *self control* yang tinggi untuk terhindar dari *internet additions s disorders*.

Hasil hipotesis menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self control* dan *internet additions s disorders* pada mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 di Universitas Negeri Padang. selain itu hasil uji hipotesis terdapat bahwa masing-masing berhubungan antara variabel *self control* dan *internet additions s disorders* adalah hubungan variabel *self control* (X) dengan variabel *internet additions s disorder* (Y). berdasarkan tabel nilai signifikan yang diperoleh $0.020 < 0.05$. artinya terdapat hubungan yang signifikan *self control* (X) dengan *internet additions s disorders* (Y). sedangkan dilihat dari nilai t-hitung dimana $t\text{-hitung } 2.372 > t\text{-tabel } 1.661$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dan *internet additions s disorders* pada mahasiswa prodi Teknologi Pendidikan angkatan 2020 Universitas Negeri Padang

REFERENSI

- Arikunto (2010) penelitian korelasi atau korelasional adalah penelitian yang dilakukan peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada. <http://repository.unj.ac.id/diakses> 24 april 2024.
- Ariyanti. (2016). Pengaruh Penggunaan Google Search Engine dalam Pemenuhan Kebutuhan Informasi Di Kalangan Mahasiswa. Skripsi. Universitas Lampung.
- Aviyah.dkk. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 126-129.
- Azwar, S. 2010. Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. <http://repository.unika.ac.id/>.
- Chita.M.C Regina. Dkk. (2015) Hubungan Antara Self-Control Dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011. *jurnal e-Biomedik(ebm)*
- Dewi, N., Trikusumaadi, S. K. (2016). Bahaya Kecanduan *internet* dan Kecemasan Komunikasi terhadap Karakter Kerja Sama pada Mahasiswa. 43 (3) 221-222. Retrieved from <https://jurnal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/16829>.
- Endah S.N. dkk (2020). Hubungan antara Sekf Control dengan *internet Addictions* s Pada Remana. *Jurnal*. Vol.1 No.3 Juli 2020.
- Herlina S.(2004). Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan *internet*, 1 (9) 67. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/24526-ID-kontrol-diri-dan-kecenderungankecanduan-internet.pdf>,
- Muna, R., Astuti, T. P. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir. 3 (4) 7-8. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7610/7370>.
- Ningtyas, S. D. (2012). Hubungan Antara *Self control* Dengan *internet Addictions* Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal* , 25-30.
- Novianto. (2013). Perilaku Penggunaan *internet* Di Kalangan Mahasiswa, 2 (1) 26 30. Retrieved from <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/Jurnal%20IIK%20Novianto.pdf>.
- Sugiono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. alfabeta Bandung
- Winarni, E. W. 2011. Penelitian Pendidikan. Begkulu: Putri Media. . 2011. Bahan Ajar