



**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN
SMARTPHONE PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI
COVID-19 DI DESA PULUHAN TENGAH**

SKRIPSI

Oleh :

LARASSATI

010117A047

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2021**



**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN
SMARTPHONE PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI
COVID-19 DI DESA PULUHAN TENGAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

LARASSATI

010117A047

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN
SMARTPHONE PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19
DI DESA PULUHAN TENGAH**

Oleh :

LARASSATI

010117A047

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan

U N W
Ungaran, 28 Januari 2021

Pembimbing



Ns. Puji Lestari, S.Kep., M. Kes., (Epid)
NIDN.0022038101

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN
SMARTPHONE PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19
DI DESA PULUHAN TENGAH**

di susun oleh :

LARASSATI

010117A047

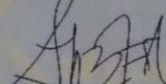
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 4 Februari 2021

Tim Penguji:

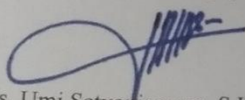
Ketua/Pembimbing



Ns. Puji Lestari, S.Kep., M. Kes., (Epid)

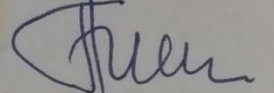
NIDN.0022038101

Anggota/Penguji I





Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep
NIDN.0612118002

Anggota/Penguji II



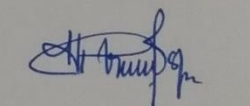
Ns. Tina Mawardika, S.Kep., M.kep., Sp.Kep.Mat
NIDN.0606088806

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Ns. Aniroh, S.Kep., M.Kes
NIDN.0614087402

Dekan Fakultas Kesehatan



Rosalina, S. Kp., M. Kes
NIDN.0621127102

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Larassati
Tempat / tanggal lahir : Pati, 25 Maret 1999
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : RT 01/RW 02 Ds. Puluhan Tengah Dk. Nelu
Kec. Jakenan Kab. Pati

B. Riwayat Pendidikan

- 1 MI Naba'ul Ulum Puluhan Tengah : Tahun 2006-2011
- 2 MTS Miftahul Falah Jakenan : Tahun 2011-2014
- 3 SMK Al-Falah Winong : Tahun 2015-2017
- 4 Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2017- sekarang

C. Data Orang Tua

Nama Ayah : Mashadi
Nama ibu : Purwati
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : RT 01/RW 02 Ds. Puluhan Tengah Dk.
Nelu Kec. Jakenan Kab. Pati

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

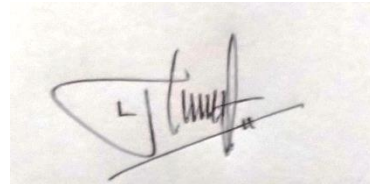
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Larassati
NIM : 010117A047
Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “**Hubungan Kontrol Diri Dengan Penggunaan Smartphone Pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Puluhan Tengah**” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Februari 2020

Yang membuat pernyataan

A handwritten signature in black ink on a light-colored background. The signature is stylized and appears to read 'Larassati'.

Larassati

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Februari 2021
Larassati
010117A047

**HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN *SMARTPHONE*
PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA
PULUHAN TENGAH**

ABSTRAK

Latar belakang : Selama pandemi covid-19 banyak terjadi perubahan dari interaksi, pembelajaran di sekolah yang diganti dengan daring, dan perubahan aktivitas pada remaja. Remaja menggunakan *smartphone* selama masa pandemi covid-19 untuk platform perpesanan, media sosial, dan media hiburan. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan yang dilakukan secara terus-menerus dan tidak menentu yang dapat mengakibatkan kecanduan *smartphone*. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi dari kecanduan penggunaan *smartphone* salah satunya adalah kontrol diri. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan penggunaan *smartphone* pada remaja selama masa pandemi covid-19 di desa Puluhan Tengah.

Metode : metode penelitian menggunakan *deskriptif korelasional* dengan pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi remaja yang ada di desa Puluhan Tengah yaitu sejumlah 237 remaja. Metode pengambilan sampel dengan cara *proportion random sampling*. Sampel 71 responden. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Uji statistik menggunakan *uji chi square*.

Hasil : hasil penelitian menunjukkan sebagian remaja memiliki kontrol diri tinggi sebanyak 32 responden (45,1%). Sebagian besar penggunaan *smartphone* yang tergolong dalam kategori *non addiction smartphone* sebanyak 44 responden (62,0%). Ada hubungan antara kontrol diri dengan penggunaan *smartphone* pada remaja selama masa pandemi covid-19 di desa Puluhan Tengah dengan $P = 0,00 < \alpha = 0,05$.

Saran : hasil penelitian ini di harapkan dapat menjadi dasar bagi masyarakat dan orang tua agar lebih memperhatikan perilaku remaja dengan *smartphone* yang berlebihan yang dapat mempengaruhi kontrol diri pada remaja.

Kata kunci : Kontrol diri, penggunaan *smartphone*, remaja

Universitas Ngudi Waluyo
Nursing Study Program
Final Project, February 2021
Larassati
010117A047

THE RELATIONSHIP OF SELF-CONTROL AND *SMARTPHONE* USE IN ADOLESCENTS DURING THE PANDEMIC OF COVID-19 IN PULUHAN TENGAH VILLAGE

ABSTRACT

Background : During the Covid-19 pandemic there have been many changes from interactions, learning in schools which have been replaced by online, and changes in activity in adolescents. Teens used *smartphones* during the Covid-19 pandemic for messaging platforms, social media and entertainment media. excessive smartphone use (continuous and erratical use) can lead to smartphone addiction. There are many factors influencing the use of smartphones, one of them is self-control. The research objective is to determine the relationship between self-control and *smartphone* use in adolescents during the Covid-19 pandemic in the village of Puluhan Tengah.

Methods : the research method used *descriptive correlational* with the approach used was *cross sectional*. The population were teenagers in the village of Puluhan Tengah they were 237 teenagers. The sampling method was proportion random sampling. Sample were 71 respondents. The measuring instrument in this study used a questionnaire. Statistical analysis used *testthe chi square test*.

Result : the results of the study show that 32 respondents (45.1%) have high self-control. Most of the *smartphone* users are classified as *non smartphone addictive* as many as 44 respondents (62.0%). There is a relationship between self-control and *smartphone* use in adolescents during the Covid-19 pandemic in Puluhan Tengah village with $P = 0.00 < \alpha = 0.05$.

Conclusion : the results of this study are expected to be the base for society and parents to pay more attention to the behavior of adolescents with excenssive *smartphones* use which can affect self-control in adolescents.

Keywords: Self control, smartphone use, adolescents

PRAKATA



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan Proposal ini yang berjudul “HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN PENGGUNAAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA SELAMA MASA PANDEMI COVID-19 DI DESA PULUHAN TENGAH”. Sholawat dan salam tak lupa penulis lantunkan bagi Rasulullah SAW, manusia terbaik yang pernah ada di dunia ini yang selalu menjadi sumber inspirasi penulis untuk selalu menjadi lebih baik diberbagai hal. Penulis membuat skripsi ini guna memenuhi tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan dibangku kuliah dan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep) di Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum., selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Rosalina, S. Kep.,M.Kes., selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.

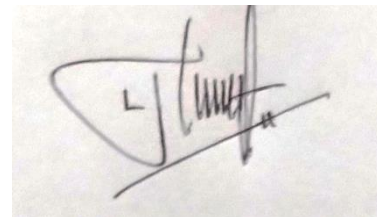
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M. Kes., selaku ketua prodi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Puji Lestari, S.Kep., M. Kes., (Epid) selaku Dosen Pembimbing pendamping atas input, saran dan bimbingan yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen, staf, karyawan dan karyawan di Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Ayah dan ibu tercinta “Mashadi dan Purwati” terimakasih atas didikannya selama ini, semangat, motivasi, cinta, kasih sayang dan do’a yang begitu tulus tiada hentinya diberikan kepada penulis. Semoga Allah SWT selalu memberikan rahmat dan kesehatan agar selalu bisa mendampingi penulis menuju cita-cita yang belum tercapai dimasa depan.
7. Kakak-kakak saya (kak Maulinawati, dan kak Nopitasari) yang selalu memberikan nasehat, motivasi, dan selalu menghibur penulis, atas do’a dan kasih sayangnya semoga kita selalu akur sampai tua nanti.
8. Adik Clara Shinta Dewi terimakasih buat dukungan, doa dan semangat yang selalu diberikan kepada penulis.
9. Serta teman-teman angkatan 2017 atas bantuan, kesempatan berdiskusi bersama, hiburan dan dukungan semangat yang telah kalian berikan selama kuliah sampai akhirnya penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Semoga perkenalan kita sejak awal kuliah tetap menjadi sebuah pengalaman hebat dan tak akan ku lupakan untuk selamanya.

10. Semua pihak yang tak dapat disebutkan satu persatu, terimakasih atas kebersamaan, do'a, bantuan, kritik dan saran semoga tetap terjalin tali persaudaraan yang tak pernah putus.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah berusaha dengan segala kemampuan yang dimiliki namun penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tentunya masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna. Hal ini dikarenakan keterbatasan pengetahuan yang dimiliki, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya bagi institusi kesehatan.

Wassalamua'alaikum Wr. Wb.

Ungaran, Januari 2020

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'L. Lina', written over a horizontal line.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	iv
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Kontrol Diri.....	10
1. Pengertian.....	10
2. Perkembangan Kontrol Diri	10
3. Jenis dan Aspek Kontrol Diri.....	11
4. Cara Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri	13
5. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kontrol Diri	14
B. Remaja.....	16
1. Pengertian Remaja	16
2. Ciri-ciri Remaja.....	17
3. Tahap Perkembangan Remaja.....	20

C. <i>Smartphone</i>	22
1. Pengertian.....	22
2. Sejarah Singkat <i>Smartphone</i>	23
3. Dampak <i>Smartphone</i> Bagi Remaja	24
4. <i>Smartphone Usage</i>	25
5. Komponen Prolematic <i>Smartphone</i>	26
6. Kecanduan <i>Smartphone</i>	28
D. Hubungan Kontrol Diri dengan Penggunaan <i>Smartphone</i> Pada Remaja Selama Masa Pandemi Covid-19	31
E. Kerangka Teori.....	33
F. Kerangka Konsep	34
G. Hipotesis.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	35
A. Desain Penelitian.....	35
B. Lokasi Penelitian.....	35
C. Subyek Penelitian.....	35
D. Deinisi Operasional.....	38
E. Pengumpulan Data	40
F. Etika penelitian.....	48
G. Pengolahan data	49
H. Analisis data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	53
B. Hasil dan Pembahasan	57
C. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V PENUTUP.....	69
A. Kesimpulan	69
B. Saran.....	69

DAFATAR PUSTAKA

LAMPIRAN