

HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN *INTERNET ADDICTION*  
PADA REMAJA

**Endah Sulistio N<sup>1</sup>, Dewi Puspo R<sup>2</sup>, Dina Dwi I<sup>3</sup>, Husni Anggoro<sup>4</sup>,  
Muhammad Ervin S<sup>5</sup>, Starry Kireida K<sup>6</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Wijaya Putra Surabaya  
dewipuspo12@gmail.com

**Abstract**

*The purpose of this study was to see how the relationship between self control and internet addiction in adolescents. The lower the self control, the internet addiction will increase. Self control is the ability to control yourself, internet internet users who have high self control are able to regulate the use of the internet so that it does not sink into the internet, able to use the internet as needed, able to integrate online activities with other activities in his life. Teenagers who cannot control themselves in using the internet will depend on the internet which is commonly called internet addiction. Internet addiction can be interpreted as a syndrome characterized by individuals spending a very large amount of time using the internet and cannot control their use while online. This study uses a quantitative correlational design method. The scale used is the self control scale and the internet addiction scale that has been adapted. The results showed that there was a significant relationship between Sig. (2-tailed) between self control and internet addiction is 0,000 <0.05. Furthermore, the relationship between self control and internet addiction is 0,000 <0.05. While the calculated value of r for the relationship of self control and internet addiction is equal to - 0.770 <r table 0.279, it is concluded that there is a relationship between variables. Because r count or Pearson Corellations is negative, which means the higher the self control, the lower the internet addiction, and vice versa the lower the self control, the higher the internet addiction.*

**Keywords:** *Self Control, Internet Addiction, Adolescent*

**Abstrak**

Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimana hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* pada remaja. Semakin rendahnya *self control* maka akan meningkat *internet addiction*nya. *Self control* adalah kemampuan mengontrol diri, pengguna internet internet yang mempunyai *self control* yang tinggi mampu mengatur penggunaan internet sehingga tidak tenggelam dalam internet, mampu menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, mampu memadukan aktivitas *online* dengan aktivitas-aktivitas lain dalam kehidupannya. Remaja yang tidak dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan internet maka akan ketergantungan dengan internet yang biasa disebut dengan *internet addiction*. *Internet addiction* dapat diartikan sebagai sindrom yang ditandai oleh individu menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak dapat mengontrol penggunaannya saat *online*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif desain korelasional. Skala yang digunakan adalah skala *self control* dan skala *internet addiction* yang telah diadaptasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikansi Sig. (2-tailed) antara *self control* dengan *internet addiction* adalah sebesar 0,000 < 0,05. Selanjutnya hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* 0,000 < 0,05. Sedangkan nilai r hitung untuk hubungan *self control* dan *internet addiction* adalah sebesar - 0,770 < r tabel 0,279, disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel. Karena r hitung atau Pearson Corellations bernilai negatif yang artinya semakin tinggi *self control*nya maka semakin

rendah *internet addiction*nya, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self control*nya maka semakin tinggi *internet addiction*nya.

**Kata Kunci:** *Self Control, Internet Addiction, Remaja*

## Pendahuluan

Globalisasi merupakan era dimana terjadi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang sangat pesat. Masyarakat sekarang ini sedang dimanjakan dengan teknologi yaitu televisi, internet, *handphone*, *game*, dan sebagainya. Perkembangan jaman begitu pesat dengan kecanggihan teknologi, yang membuat seseorang membutuhkan teknologi yang serba praktis, cepat dan hemat. Internet telah berkembang di kalangan masyarakat dan banyak digunakan oleh anak-anak hingga orang tua. Banyak pelajar ataupun mahasiswa yang menggunakan fitur internet untuk memenuhi kebutuhannya.

Seiring dengan berjalannya waktu dan semakin canggihnya teknologi membuat para remaja memanfaatkan fasilitas internet untuk berbagai tujuan pemenuhan kebutuhan, hampir semua kebutuhan manusia dapat diselesaikan, mulai dari pemenuhan kebutuhan sehari-hari, bersosialisasi, mencari informasi sampai kepada pemenuhan kebutuhan hiburan (dalam Hakim, 2017). Internet dapat digunakan untuk keperluan yang beragam seperti *browsing*, *chatting*, menonton video di *youtube*, maupun bermain *game*. Saat ini internet dapat diakses dengan mudah dan dapat dibuka melalui *gadget* seperti *handphone*, komputer, dan tablet.

Sebuah studi dari Ahmedabad, India pada tahun 2016 menunjukkan 11,8% siswa memiliki *internet addiction*, hal ini diprediksi dari waktu yang telah dihabiskan untuk melakukan kegiatan *online* penggunaan situs jejaring sosial dan *chat room*, dan juga karena akibat dari adanya kecemasan dan stres (Bathia, Rajpoot & Dwivedi, 2016). Di Indonesia, pengguna internet terbesar adalah remaja dengan rentang usia 15-24 tahun dengan kisaran rentang prosentase 26,7% - 30%. Kemudahan akses internet ini tidak selamanya berdampak positif. Hampir 80% remaja berusia 10-19 tahun yang tersebar di 11 provinsi di Indonesia *internet addiction*, dan sebagian besar remaja menggunakan internet untuk hal-hal yang tidak semestinya. 24% mengaku menggunakan internet untuk berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal, 14% mengakses konten pornografi, dan sisanya untuk *game online* dan kepentingan lainnya (Hapsari & Ariana, 2015; Adiarsi, Stellarosa & Silaban, 2015).

Dalam pencarian di Google Indonesia, dengan memasukkan kata kunci "internet remaja" ditemukan sekitar 522.000 hasil dan sebagian besar merupakan berita bernada

negatif seperti bahaya internet yang dapat berupa pornografi, peretasan, penyadapan, transaksi narkoba, terorisme, penipuan, dan lain sebagainya. Untuk kata kunci “media sosial remaja” ditemukan 127.000 hasil. Hasilnya di dominasi oleh dampak-dampak yang dihasilkan dari penggunaan media sosial pada kalangan remaja seperti mereka terperangkap pada aktivitas negatif diantaranya *games online*, judi dan *sex online* bahkan sampai ada yang menimbulkan kecelakaan dan kematian (Sherlyanita & Rakhmawati, 2016).

Remaja di Indonesia mengalami penurunan dalam prestasi belajar. Menurut penelitian dari Buente dan Robbin (2018 dalam Ariyanto, 2017) internet membuat nilai seseorang pelajar menurun. Setiap hari para pelajar menghabiskan waktunya untuk mencari teman *chatting* dan kehilangan waktu untuk belajar karena lebih banyak menghabiskan waktu didepan layar ponselnya. Pelajar menjadi jarang belajar dan lebih asik dengan kegiatan di dalam media sosial.

Menurut Young *internet addiction* dapat diartikan sebagai sindrom yang ditandai oleh individu menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat *online*. Orang-orang yang menunjukkan sindrom ini akan merasa cemas, depresi, kesepian dan hampa saat tidak bermain dengan internet. Aspek-aspek *internet addiction* menurut Young (1998 dalam Muliana, 2019) aspek *internet addiction* adalah : a) mengutamakan internet (*salience*); b) penggunaan berlebihan (*excessive use*); c) mengabaikan pekerjaan (*neglect work*); d) antisipasi (*anticipation*); e) ketiadaan kendali diri; f) melalaikan kehidupan sosial (*neglect social life*).

Kecanduan teknologi sendiri memiliki sejumlah kerugian dan dampak negatif terhadap prestasi belajar. Beberapa gejala yang muncul pada remaja dengan kecanduan teknologi diantaranya adalah perubahan sikap dan perilaku, mudah depresi, insomnia, kehilangan kepercayaan diri dan yang paling mencolok adalah anak kesulitan untuk konsentrasi dalam proses belajar. Pecandu internet tidak dapat menghentikan keinginan untuk *online* sehingga kehilangan kontrol dari penggunaan internet dan kehidupannya. Perilaku *internet addiction* dapat disebabkan oleh banyak hal diantaranya yaitu kemampuan individu dalam mengontrol diri untuk terkoneksi dengan internet dan melakukan kegiatan yang berhubungan dengan internet adalah cikal bakal dari terbentuknya kecanduan ini. Kebiasaan yang tidak terkendali memang terkadang dapat menimbulkan petaka tersendiri bagi diri kita dengan tidak bisa mengatur lamanya durasi berinternet, menghabiskan waktu dan menghancurkan semua tanggungjawab dalam kehidupannya (Young, 1996:21).

Menurut Averill (1973 dalam Sari, 2014) *self control* merupakan variabel psikologi yang sederhana karena didalamnya tercakup tiga konsep yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri, yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini.

Menurut Averill (1973 dalam Sari, 2014) mengungkapkan beberapa aspek yang terdapat dalam kontrol diri seseorang, antara lain: kontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol keputusan, kontrol informasi, kontrol keyakinan. Penggunaan internet yang mempunyai *self control* yang tinggi dapat mampu mengatur penggunaan internet sehingga tidak tenggelam dalam internet, mampu menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, mampu memadukan aktivitas *online* dengan aktivitas-aktivitas lain dalam kehidupannya (dalam Sarafino & Smith, 2011).

Hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* dalam hal perilaku kadang menghasilkan dampak perilaku positif, namun juga dapat menghasilkan dampak perilaku negatif. Menurut Widiani (2004, dalam Ariyanto, 2017) pengguna internet yang memiliki kontrol diri tinggi mampu untuk mengatur perilaku *online*. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mempertimbangkan konsekuensi sehingga mampu memilih tindakan yang dilakukan. Individu dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu mengendalikan dirinya, mengarahkan dan mengatur perilaku dalam penggunaan internet. Individu tersebut tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi yang dihadapi sehingga tidak mampu memilih tindakan yang dilakukan. Individu biasanya dalam menggunakan internet secara berlebihan digunakannya sebagai tempat untuk pelarian dari permasalahan.

Menurut Teng (2014 dalam Ariyanto, 2017) mengatakan bahwa siswa dengan *internet addiction* pada umumnya kurang dapat mengubah lingkungan mereka karena adanya efek samping dari *internet addiction*, kurangnya kontrol diri dari siswa dan tidak ada pemantauan saat mereka *online*. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri sangat berkorelasi dengan *internet addiction* pada siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Basri (2014) menunjukkan bahwa ada perbedaan antara religiositas yang memberikan efek terhadap kecenderungan *internet addiction*. Dapat lihat bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita lebih besar *internet addiction* dari pada laki-laki.

Penelitian Putri (2018) menunjukkan bahwa kontrol diri keseluruhan siswa BK UNP dalam menggunakan internet dalam kategori tinggi. Dari aspek kontrol diri ditemukan bahwa: 1) kontrol kognitif siswa dalam menggunakan internet berada dalam

kategori tinggi; 2) kontrol perilaku siswa dalam menggunakan internet berada dalam kategori sedang, 3) kontrol keputusan siswa dalam menggunakan internet tinggi.

Penelitian tentang hubungan antara kontrol diri dengan intensitas penggunaan internet remaja akhir oleh Rachdianti (2011) menunjukkan terdapat hubungan negatif antara intensitas penggunaan internet dengan kontrol diri. Semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah intensitas penggunaan internet. Begitu sebaliknya, semakin rendah kontrol diri semakin tinggi intensitas penggunaan internet.

Penelitian Widiana, dkk (2012) tentang kontrol diri dan kecenderungan *internet addiction* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan *internet addiction*.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* pada remaja, yang berarti bahwa semakin tinggi *self control* maka semakin rendah *internet addiction*nya dan sebaliknya semakin rendah *self control* diri maka semakin tinggi *internet addiction*nya.

### **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional, karena bertujuan untuk menemukan atau menetapkan bentuk hubungan antara *self control* dengan *internet addiction* pada remaja awal. Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *self control* yang dikembangkan oleh Averill (1973) dan diadaptasi oleh Muniroh (2013) dan skala *internet addiction* yang dikembangkan oleh Young (1998) dan diadaptasi oleh Muliana (2019). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *incidental sampling*. Subjek dalam penelitian ini adalah 50 remaja yang ada di Surabaya.

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi *product moment*, dengan bantuan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) Windows Seri 20

### **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan analisis korelasi Pearson *Product Moment* diketahui bahwa nilai  $r$  hitung untuk hubungan *self control* dengan *internet addiction* adalah sebesar  $-0,770 < r$  tabel  $0,279$ . Selanjutnya  $r$  hitung untuk hubungan antara variabel *self control* dengan variabel *internet addiction* adalah sebesar  $-0,770 > r$  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 addiction*nya, sebaliknya juga begitu semakin rendah *self control*nya maka semakin tinggi *internet addiction*nya.

Tabel 1. Hasil korelasi perhitungan SPSS

		Self control	Internet addiction
Self Control	Pearson Correlation	1	-,770**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	50	50
Internet Addiction	Pearson Correlation	-,770**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	50	50

Berdasarkan nilai signifikansi Sig.(2-tailed) antara *self control* dengan *internet addiction* adalah sebesar  $0,000 < 0,05$  menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variabel *self control* dan variabel *internet addiction*. sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara variabel *self control* dan variabel *internet addiction* berhubungan secara negatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self control* dengan *internet addiction*. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Istri (2017), yang menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet, dimana variabel kecanduan internet dan kontrol diri termasuk dalam kategori rendah. Hasil penelitian ini mengimplikasikan bahwa pentingnya kontrol diri dan keterampilan sosial terhadap kecanduan internet.

Hasil penelitian Ariyanto (2017), juga menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di Surakarta, dengan semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah kecanduan internet, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecanduan internet.

Hasil penelitian Ningtyas (2012), juga menemukan dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa seorang pengguna internet yang memiliki *self control* yang tinggi akan mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur kegiatan penggunaan internet. Kebiasaan dapat diartikan sebagai suatu sikap seseorang yang memiliki kesadaran yang rendah, penelitian 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.

Selain itu, Young (1998) berpendapat bahwa remaja sebagai pengguna internet yang memiliki *self control* yang tinggi mampu mengatur penggunaan internet sehingga tidak tenggelam dalam internet, dan dalam menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, tidak memerlukan internet sebagai tempat melarikan diri dari masalah atau menghilangkan perasaan tidak berdaya, merasa bersalah, cemas, dan depresi, sedangkan remaja sebagai pengguna internet dengan kontrol diri tidak mampu mengatur penggunaan internet, dapat menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk berjelajah internet sehingga melupakan kehidupan disekitarnya seperti waktu belajar, bekerja, bersosialisasi dengan orang lain dan internet sebagai tempat melarikan diri dari masalah.

## **Simpulan dan Saran**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self control* dengan *internet addiction* pada remaja. Dimana semakin tinggi *self control* maka semakin rendah *internet addiction*nya, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self control* maka semakin tinggi *internet addiction*nya.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan agar remaja dapat memiliki *self control* yang baik (tinggi) sehingga dapat mengatur penggunaan internet, tidak tenggelam dalam internet, dan dalam menggunakan internet sesuai dengan kebutuhan, tidak memerlukan internet sebagai tempat melarikan diri dari masalah atau menghilangkan perasaan tidak berdaya, merasa bersalah, cemas, dan depresi.

### **Daftar Pustaka**

Adiarsi, G. R., Stellarosa, Y., & Silaban, M. W. (2015). Literasi Media Internet Dikalangan Mahasiswa. *Humaniora*. Ilmu Komunikasi. STIKOM, The London School Of Public Relations. 6(4), 470-4482.

<https://media.neliti.com/media/publications/166992-ID-literasi-media-internet-di-kalangan-maha.pdf>.

Ariyanto, Anang. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di Surakarta. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.  
<http://eprints.ums.ac.id/58994/2/HALAMAN%20DEPAN.pdf>

Averill, J.R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Buletin*. 80(4), 286-303.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/h0034845>

Basri, A. Said H. (2014). Kecenderungan Internet Adicction Disorder Mahasiswa Fakultas Dakwa Dan Komunikasi Ditinjau Dari Religiositas. *Jurnal Dakwa*. Jurusan BKI. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 15(2), 407-432. DOI: <https://doi.org/10.14421/jd.2014.15209>.

Bathia, M., Rajpoot, M., & Dwivedi, V. (2016). Pattern of *internet addiction* among adolescent school students of a North Indian city. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*. 3(9), 2459-2463. DOI: <http://dx.doi.org/10.18203/23946040.ijcmph20163054>, <https://pdfs.semanticscholar.org/7b17/3e54c0c35e18929defc46c72ebda346ed457.pdf>

Buente, W & Robbin, A. (2008). Trends in Internet Information Behavior, 2000-2004. *Jurnal of The America Society fot Information Science and Technology*. School Of Library and Information Service. Indian University Bloomington. 59(11), 1743-1760. DOI: <https://doi.org/10.1002/asi.20883>.  
<http://eprints.rclis.org/11691/1/RobbinTrends-2008Jun2-EntirePaper.pdf>

Hakim, Siti N., & Raj, A. Alyu. (2017). Dampak Kecanduan Internet (*internet addiction*) Pada Remaja. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 1. <http://lppm-unissula.com/jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/view/2200>

Hapsari, A., & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara Kesepian dan Kecenderungan Kecanduan Internet pada Remaja. *Jurnal klinis dan kesehatan mental*.

Universitas Airlangga. 164-171.

<https://scholar.google.co.id/citations?hl=en&user=JSZe9LAAAAAJ>

Istri, Dwi. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa SMK. *Prosiding SEMNAS*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

<https://publikasiilmiah.ums.ac.id/bitstream/handle/11617/9266/Dwi%20Istri.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Muliana, Indah W. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dan Komunikasi Interpersonal Dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa. *Skripsi*. Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. <http://repository.rad.enintan.ac.id/6829/1/SKRIPSI.pdf>

Muniroh, Nur L. (2013). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Perilaku Disiplin Pada Santri Pesantren. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. <http://digilib.uin-suka.ac.id/11691/1/BAB%20I%2C%20V%2C%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>

Ningtyas, S. D. Y. (2012). Hubungan Antara *Self control* Dengan *Internet addiction* Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*. 1(1). 323-325.

Putri, Y. E., Daharnis, D., & Marjohan, M. (2018). "Kontrol Diri Siswa Dalam Menggunakan Internet". *Konselor*. Universitas Negeri Padang. 7(3). DOI: <https://doi.org/10.24036/02.01873101409-0-00>

Rachdianti, Y. (2011). Intensitas Penggunaan Internet Remaja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Non Reguler. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/2732/1/YUNIAR%20RACHDIANTI-FPS.PDF>

Sari, Ayu P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkat Kecanduan Internet Pada Remaja Awal. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. Universitas Negeri Padang. 3(2), 110-117. DOI: <https://doi.org/10.29210/02018190>. <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi/article/viewFile/190/237>.

- Sari, Wulan P. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Pengungkapan Diri Pada Remaja Pengguna Facebook. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.  
<http://eprints.ums.ac.id/32720/10/02.%20Naskah%20Publikasi.pdf>
- Sarafino, E.P, & Smith, T.W.(2011). Health Psychology Biopsychosocial Interactions Second Edition. New York: John Wiley & Sons, Inc.  
<https://ultimatecieguide.files.wordpress.com/2017/03/sarafino-health-psychology-biopsychosocial-interactions-edition-7.pdf>
- Sherlyanita, A. K., & Rakhmawati, N. A. (2016). Pengaruh dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet serta. *Journal of Information Systems Engineering and Business Intelligence*. Fakultas Teknologi Informasi. Institut Teknologi Sepuluh Nopember. 2(1), 17-22. DOI: <http://dx.doi.org/10.20473/jisebi.2.1.17-22>. [https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JIS\\_EBI/article/view/1394](https://e-journal.unair.ac.id/index.php/JIS_EBI/article/view/1394)
- Teng, Z. Li, Yujie & Liu, Y. (2014). Online Gaming, *Internet addiction* and Aggression in Chinese Male Students : The Mediating Role of Low Selfcontrol. *International Journal of Psychological Studies*. Research Center of Mental Health Education & Faculty of Psychology, Southwest University, Chongqing, China. 6(2), 89. DOI: <http://dx.doi.org/10.5539/ijps.v6n2p89>.  
<https://pdfs.semanticscholar.org/e047/0328c73107faca9790c041b9b1b4eb40a2d2.pdf>
- Widiana, S. Herlina. (2004). Kontrol Diri Dan Kecenderungan Kecanduan Internet. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*. Fakultas Psikologi (1), 6-16.  
<https://media.neliti.com/media/publications/24526-ID-kontrol-diri-dan-kecenderungan-kecanduan-internet.pdf>
- Widiana, Herlina S., Sofia R., & Hidayat R. (2012). “Kontrol Diri dan Kecenderungan Kecanduan Internet”. *Humanitas (Jurnal Psikologi Indonesia)*. Fakultas Psikologi UAD & Fakultas Psikologi UGM. 1(1), 6–16.  
<https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:vSeJqMJFKW4J:https://docplayer.info/49560642-Kontrol-diri-dan-kecenderungan-kecanduan-internet.html+&cd=4&hl=id&ct=clnk&gl=id>

Young, K. S. (1998). *Internet addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. Cyber Psychology and Behavior*. University Of Pittsburgh At Bradford. 1(3), 237-244. DOI: <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.  
<https://www.liebertpub.com/doi/10.1089/cpb.1998.1.237>