

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN PERILAKU  
PHUBBING PADA MAHASISWA ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS  
DIPONEGORO ANGKATAN 2019**

Oleh :

Arantza Karisma Putri

15000118120035

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

[arantzakarisma@gmail.com](mailto:arantzakarisma@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Diponegoro angkatan 2019. Perilaku *phubbing* adalah individu yang melihat *smartphone* saat sedang berinteraksi dengan orang lain, sibuk memainkan *smartphone* sehingga mengabaikan komunikasi interpersonal (Karadag et al., 2015). Kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk mengubah dan mengatur perilaku serta informasi yang diinginkan ataupun yang tidak diinginkan, sehingga seseorang dapat menentukan tindakan sesuai dengan yang diyakini. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 150 mahasiswa dengan sampel penelitian 108 mahasiswa dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Karakteristik responden penelitian yaitu mahasiswa aktif ilmu komunikasi angkatan 2019 dan aktif menggunakan *smartphone*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Skala Kontrol Diri (32 aitem,  $\alpha = 0,929$ ) dan Skala Perilaku *Phubbing* (32 aitem,  $\alpha = 0,936$ ). Analisis data dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku *phubbing* ( $r_{xy} = -0,424$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$ ). Kontrol diri memberikan sumbangan efektif sebesar 18% terhadap perilaku *phubbing*, sedangkan 82% ditentukan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

*Kata Kunci* : kontrol diri, perilaku *phubbing*, *smartphone*, mahasiswa

