

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS TEKNOLOGI YOGYAKARTA

**Yoshua Sirait
Dian Yudhawati**

Program Studi Psikologi, Fakultas Bisnis & Humaniora
Universitas Teknologi Yogyakarta
Email : yosh11rait@gmail.com

ABSTRAK

Smartphone telah menjadi bagian dalam kehidupan manusia. Adanya smartphone mempermudah pekerjaan serta dapat memperoleh informasi lebih cepat. Kemudahan yang ditawarkan smartphone membuat pemiliknya senang berlama lama menggunakan smartphone. Fenomena tersebut membuat mahasiswa berperilaku phubbing yang mengakibatkan terjadi interaksi sosial yang berdampak buruk bagi hubungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap Perilaku phubbing para mahasiswa Psikologi Universitas Teknologi Yogyakarta. Penelitian ini mengambil responden mahasiswa Psikologi dengan rentang usia 18-25 tahun sebanyak 87 orang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif melalui skala kontrol diri dan skala perilaku phubbing, dengan teknik pengambilan sample proportioned stratified random sampling. Hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa kontrol diri sebagai variabel prediktor memiliki nilai Signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 ($p > 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku phubbing pada mahasiswa Psikologi Universitas Teknologi Yogyakarta.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Mahasiswa, Perilaku Phubbing.

THE EFFECT OF SELF-CONTROL ON PHUBBING BEHAVIOR AMONG PSYCHOLOGY STUDENTS AT UNIVERSITY OF TECHNOLOGY YOGYAKARTA

**Yoshua Sirait
Dian Yudhawati**

Department of Psychology, Faculty of Business & Humanities,
University of Technology Yogyakarta
Email: yosh11rait@gmail.com

ABSTRACT

Smartphones have become a part of human life. They make work easier and can give information faster. The convenience that the smartphone offers makes the owner happy to use it for a long time. This phenomenon makes students behave phubbing which results in social interactions that have a negative impact on relationships. This study aims to determine the effect of self-control on phubbing behavior of the Psychology students of the Yogyakarta University of Technology. This study took 87 psychology student respondents aged 18-25 years. This study used quantitative methods through a self-control scale and a phubbing behavior scale, with a sampling technique using proportioned stratified random sampling. Hypothesis test results using simple regression analysis showed that self-control as a predictor variable has a value of significance (Sig.) Of 0.000 ($p > 0.05$). The conclusion of this study is contained self-control influence on the behavior of the student phubbing Psychology at the University of Technology in Yogyakarta.

Keywords: Self Control, Student, Phubbing Behavior.