

GAMBARAN KONTROL DIRI REMAJA KECANDUAN INTERNET

(STUDI KASUS REMAJA KECANDUAN INTERNET DI KECAMATAN SIMBANG KABUPATEN MAROS)



Diajukan oleh:

MARINI

4511091050

SKRIPSI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS BOSOWA

2018



HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Gambaran Kontrol Diri Remaja Kecanduan internet" adalah benar merupakan hasil karya saya sendiri. Tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam referensi.

Apabila dikemudian hari skripsi ini terbukti sebagai hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan hukum yang berlaku.

Makassar, 23 Maret 2018



Marini

MOTTO

Kemenangan yang seindah-indahnya dan sesukar-sukarnya yang boleh direbut oleh manusia ialah menundukkan diri sendiri.

(Ibu Kartini)

Saya datang, saya bimbingan, saya ujian, saya revisi dan saya wisuda.



PERSEMBAHAN

Karya ini punulis persembahkan untuk;

KEDUA ORANG TUAKU

Terima kasih telah menjadi motivasi, inspirasi dan tiada hentinya memberikan dukungan doa

KAKAK DAN ADIKKU

Terima kasih telah menjadi penyemangatku

SOULEVEN

Terima kasih untuk kebersamaannya, canda dan tawa, pengalaman dan pelajaran yang di peroleh selama di bangku kuliah.

GAMBARAN KONTROL DIRI REMAJA KECANDUAN INTERNET
(STUDI KASUS REMAJA KECANDUAN INTERNET DI KEC. SIMBANG KAB.MAROS)

MARINI

4511091050

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kontrol diri remaja kecanduan internet di Kec. Simbang Kab. Maros. Alat pengumpulan data pada penelitian ini berupa skala likert yaitu skala kontrol diri. Penelitian ini menggunakan bantuan program SPSS 20.0 *for windows*. Teknik sampling yang digunakan *Non probability sampling* yaitu sampling incidental. Subjek penelitian ini berjumlah 200 remaja Dengan kriteria usia 18-21 tahun dan aktif menggunakan internet. Hasil analisis kategori pada kontrol diri diperoleh dengan persentase 35% yang berada di kategori kontrol diri sedang, sedangkan 58% remaja berusia 18 tahun, pada kategori durasi pengguna internet berada pada kategori rendah dengan persentase 46%. Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan para remaja agar lebih mewaspadai ancaman terjadinya kecanduan internet yang ada dengan melakukan tindakan-tindakan pencegahan berupa membatasi waktu penggunaan internet serta mengakses internet sesuai norma-norma sosial.

Kata kunci: Kontrol Diri, Kecanduan Internet

KATA PENGANTAR

BISMILLAHIRAHMANIRRAHIM

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan rahmat dan hidayahnya lah sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul : **"Gambaran Kontrol Diri Remaja Kecanduan Internet (Studi Kasus Remaja Di Kec.Simbang Kab.Maros)"**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan program studi Strata satu (S1) psikologi.

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan doa, dan juga motivasi yang sangat bermanfaat bagi penulis. Pada kesempatan ini penulis berkeinginan mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu, baik secara langsung maupun berupa dorongan moril. Berikut ucapan terima kasihku saya dedikasikan teruntuk:

1. Kedua orang tuaku tercinta H.Isnaeni (Bapak) yang telah setia menemani dan mendukung dengan sepenuh hati, Alm.Hj.Subaedah (Ibu) yang telah mencurahkan kasih sayang dan doá tanpa henti. Serta tanteku Fitriani dan saudara-saudaraku yang menjadi alasan dan semangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Minami, S. Psi., M.A selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.



3. Pak Musawwir., S. Psi., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing (1) yang tak hanya memberi motivasi, dorongan dan juga semangat tapi juga menjadi panutan bagi penulis.
4. Pak Andi Budi Rakhmat.,S.Psi., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing (2) yang telah memberikan banyak pelajaran berharga bagi penulis.
5. Seluruh Dosen-Dosen Fakultas Psikologi yang telah memberikan banyak pelajaran berharga bagi penulis selama berkuliah di Universitas Bosowa Makassar.
6. Pak Jufri yang selalu membantu mahasiswa dalam administrasi selalu memberikan dukungan agar kami cepat selesai.
7. Saudara-Saudari SoulEven (Ima, Cellink, iluh, Fitha, Adit, Hikmah, Fahmi, Indy, Aldri, Restu, Ryan, Yaumil, Erma Zainal, Wirdan, , Nova, Tri, Easti, Ayhie, Nina, kak Nabila, Kak Ella, Kak Khia, Kak Anha, Ince, Leni, Topan, Yulius, Didi, Rusli, Hilda, Dewi, Agung, Mima, Endang, Antho, Kak Zul, Dll yang belum penulis sebutkan). Terima kasih atas bantuan, kasih sayang dan doá yang diberikan sejak tahun 2011 hingga sekarang ini.
8. Girl's Squad Yunita Sari, Faitul Lilo, Sera Rosella, Kak Isti calon calon serjana yang paling goki dan paling heboh.
9. Niknok, Reni, Ulan, Ika, Pio, Nasrah, Ima, Firda Calon istri soleha yang selalu memberikan saya motivasi.
10. Adik-Adik Psikologi angkatan 2012 dan 2013 yang telah membantu dan memberi semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua subjek dalam penelitian yang telah membantu meluangkan waktu dalam penelitian ini saya ucapkan terima kasih.

12. Semua pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan dan do'a yang tak bisa penulis sebutkan satu-persatu.

Semoga kebaikan dan dukungan yang telah diberikan selama ini mendapat balasan yang terbaik dari Allah SWT. Sangat besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi kita semua. Adapun kekurangan yang masih terdapat dalam skripsi ini, agar kiranya dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya sebagai upaya untuk menyempurnakan penelitian kedepannya.

Makassar, 23 Maret 2017

BOSOWA
Marini

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1. Latar Belakang	1
2. Rumusan Masalah	6
3. Tujuan Penelitian	6
4. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori	8
1. Pengertian Kontrol Diri	8
a. Jenis-Jenis Kontrol Diri	10
b. Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri	12
2. Pengertian Kecanduan	13

1. Pengertian Internet	14
2. Pengertian Kecanduan Internet	15
3. Ciri-Ciri Kecanduan Internet	17
3. Pengertian Remaja	18
a. Ciri-Ciri Remaja	19

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian	21
B. Definisi Oprasional Variabel	21
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	22
1. Populasi	22
2. Sempel Penelitian	22
D. Teknik Pengumpulan Data	23
E. Uji Instrumen	24
1. Uji Validitas	24
2. Uji Reliabilitas	27
F. Teknik Analisis Data	28
1. Statistik Deskriptif	28
G. Pelaksanaan Penelitian	28

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif	30
1. Distribusi Frekuensi Skor Skala Kontrol Diri	31
B. Pembahasan	35

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	40
B. Saran	40

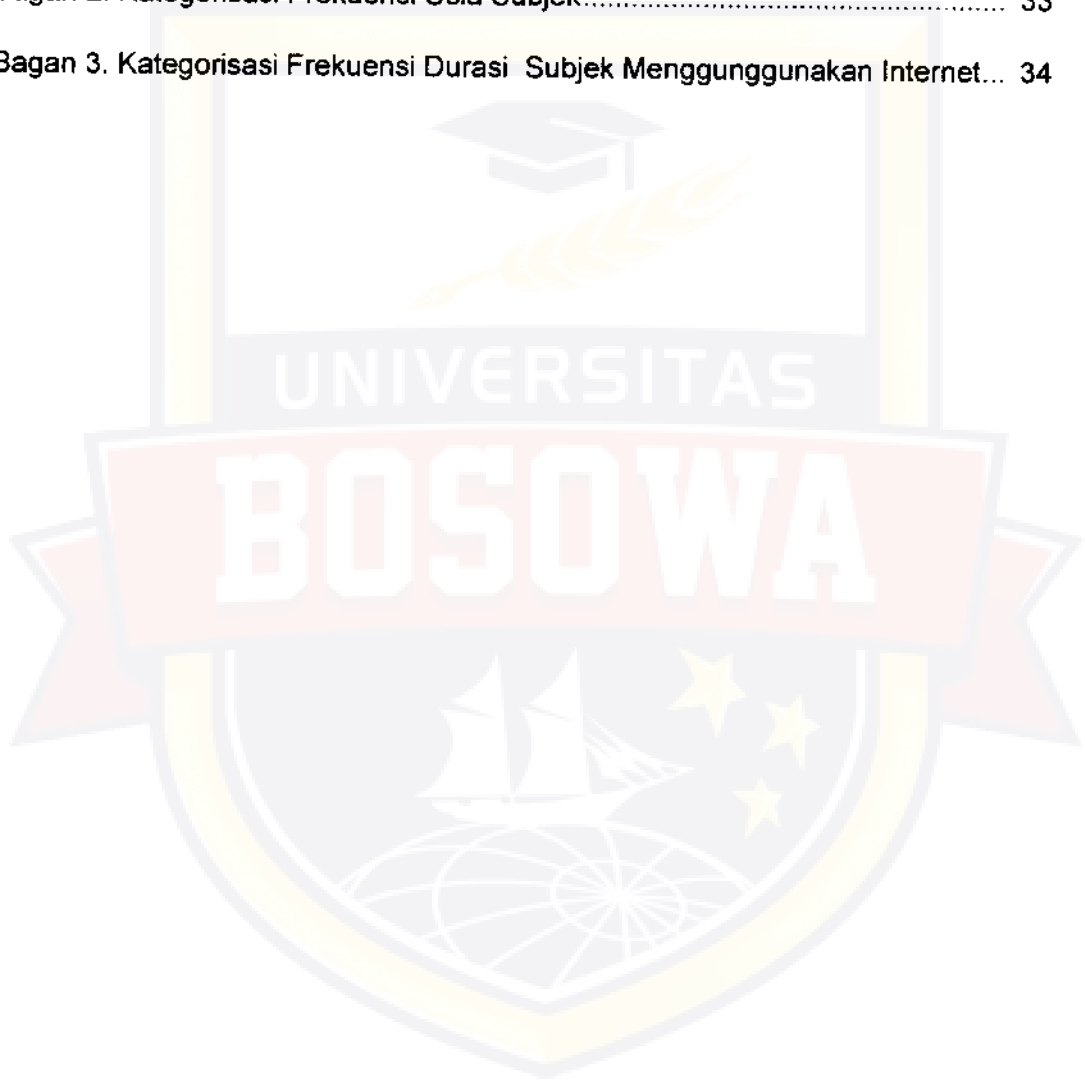
DAFTAR PUSTAKA	42
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Kontrol Diri.....	23
Tabel 2. Hasil Uji Validitas Skala Kontrol Diri	26
Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kontrol Diri.....	27
Tabel 4. Jadwal Penelitian.....	28
Tabel 5. Kriteria Dalam Penelitian	30
Tabel 6. Deskripsi Data Penelitian	31
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Skor Skala Kontrol Diri	31

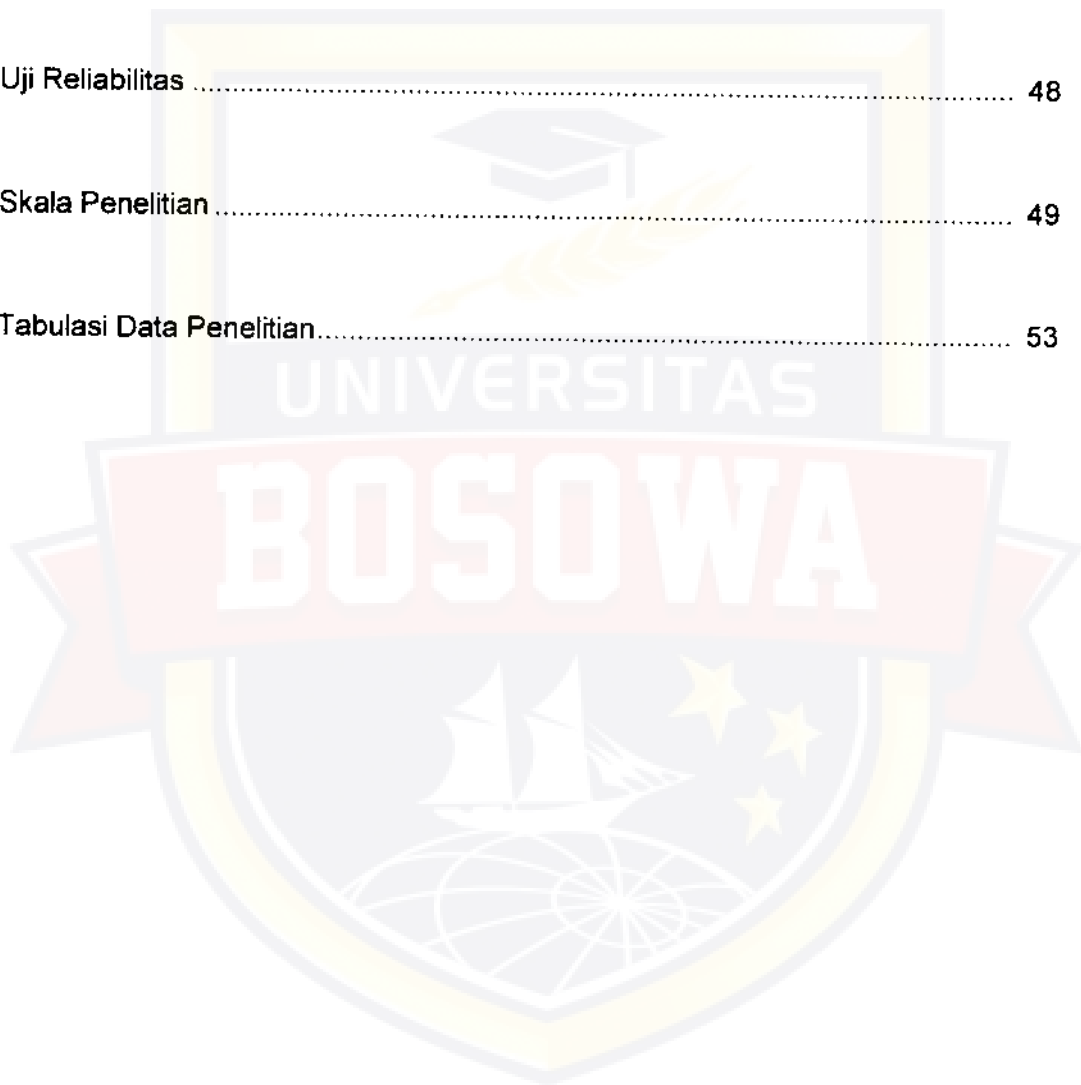
DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Distribusi Frekuensi Skor Skala Kontrol Diri.....	32
Bagan 2. Kategorisasi Frekuensi Usia Subjek.....	33
Bagan 3. Kategorisasi Frekuensi Durasi Subjek Menggunakan Internet...	34



DAFTAR LAMPIRAN

Uji Validitas	45
Uji Reliabilitas	48
Skala Penelitian	49
Tabulasi Data Penelitian.....	53



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi di zaman modern ini terus berkembang dimana semua orang membutuhkan teknologi yang serba praktis, sekarang ini telah muncul suatu teknologi yang disebut internet. Internet sudah banyak digemari diberbagai kalangan mulai dari orang tua, dewasa, remaja bahkan anak-anak. Kini internet dapat diakses dari berbagai tempat tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Internet disebut sebagai pusat informasi bebas hambatan karena dapat menghubungkan satu situs informasi ke situs informasi lainnya dalam waktu yang singkat.

Internet telah merubah pola hidup masyarakat, disebabkan adanya kemudahan dalam mengaksesnya bahkan tergolong relatif murah dan mudah terjangkau oleh masyarakat. Selain itu masyarakat dapat memasang jaringan internet yang *free signal* internet (*hotspot/wifi*) di rumah, kantor pemerintahan, sekolah, kampus, *cafe* sehingga masyarakat dapat mengakses internet setiap saat.

Kemudahan-kemudahan yang mengiringi perkembangan internet mengakibatkan pengguna internet di dunia mengalami peningkatan yang signifikan. Menurut data dari APJII (Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia) mengungkapkan bahwa lebih dari setengah penduduk Indonesia kini

telah terhubung ke internet, survei yang dilakukan sepanjang 2016 menemukan bahwa 132,7 juta orang Indonesia telah terhubung ke internet (Kompas.com).

Dari hasil wawancara peneliti, dengan salah satu staf dari badan statistik di daerah Maros menjelaskan bahwa data pengguna internet di Kecamatan Simbang yang menyediakan jaringan internet secara langsung yaitu sebanyak 174 termasuk kantor, rumah dan sekolah.

Hasil survey Pusat Kajian Komunikasi Universitas Indonesia tahun 2014 pengguna internet terbanyak berusia antara 18-25 tahun yang berpendidikan SMA atau sederajat meraih angka tertinggi dengan jumlah 64,7%, keberadaan jejaring internet dapat menimbulkan dampak positif dan juga dampak negatif.(www.puskakom.ui.ac.id)

Young (Putri, 2013) menjelaskan bahwa dampak negatif yang dihasilkan dari penggunaan internet antara lain kehilangan pekerjaan atau kesempatan dalam meraih karir serta pendidikan yang lebih baik, kehilangan kesempatan untuk menjalin relasi dengan lingkungan sekitar, tidak menjalin hubungan yang tidak baik dengan keluarga, dan menggunakan internet sebagai media untuk menghindari masalah yang mungkin sedang dihadapi. Adapun dampak positif pengguna internet adalah memperluas jaringan pertemanan, sebagai media penyebaran informasi dan sarana untuk mengembangkan keterampilan.

Yuniar (2011), menyatakan bahwa semenjak adanya internet kehidupan masyarakat mengalami perubahan. Sistem komunikasi hingga hubungan sosial ikut bergeser, kini masyarakat bergaul melalui jaringan dunia maya/internet. Dibalik segala kelebihan yang dimiliki internet ada juga pihak-pihak yang kurang



bertanggungjawab mereka memasukkan kedalam internet hal-hal yang kurang mendidik bahkan dapat merusak moral masyarakat, khususnya para remaja membuat situs porno tidak hanya situs porno, *game online*, *chatting* dapat memberikan efek yang negatif.

Hasil survei yang dilakukan oleh Egger (Herlina, 2004) menyatakan bahwa pecandu internet sering kali membayangkan sesi *online* selanjutnya, merasa gugup ketika *offline*, berbohong mengenai penggunaan internet, dengan mudah kehilangan jejak waktu dan merasa internet menyebabkan masalah dalam tugas sekolah bahkan nilai-nilai pelajarannya.

Apabila dikaitkan dengan dampak-dampak tersebut, individu yang mengalami kecanduan internet cenderung sering kali menunjukkan emosi yang negatif seperti merasa tertekan, gelisah dan lekas marah jika tidak berada didepan komputer. Sebagaimana pecandu, subjek juga mengalami *withdrawl* terhadap internet sehingga subjek mengurangi aktivitasnya yang lain untuk dapat *online* lebih lama. Hal tersebut disebabkan karena subjek merasa mendapatkan kegembiraan yang unik melalui aktivitas dalam bermain internet (Young dalam Herlina, 2004).

Ongkie (Santoso, 2013) mengemukakan bahwa seseorang dikatakan kecanduan internet jika seseorang menghabiskan waktu lebih dari 14 jam per minggu. Seorang pecandu permainan internet akan menghabiskan waktu berjam-jam bahkan secara ekstrim mereka dapat sehari-hari berada di depan komputer untuk bermain permainan yang mereka sukai. Apabila seseorang telah

menjadi pecandu maka akan berdampak pada keadaan psikis maupun fisiknya, khususnya seseorang yang kecanduan permainan internet.

Cooper (Dyah, 2009) berpendapat bahwa kecanduan merupakan perilaku ketergantungan pada suatu hal yang disenangi. Individu biasanya secara otomatis akan melakukan apa yang disenangi pada kesempatan yang ada. Orang dikatakan kecanduan apabila dalam satu hari melakukan kegiatan yang sama sebanyak lima kali atau lebih. Young (Herlina, dkk 2004) mengungkapkan perasaan bergairah, gembira, dan riang merupakan penguat bentuk kecanduan pada pengguna internet. Pecandu menemukan perasaan yang menyenangkan seperti bergairah, gembira, berdebar, bebas, atraktif, merasa didukung, dan dibutuhkan ketika *online*. Seseorang yang kecanduan internet merasa terhukum apabila tak memenuhi hasrat kebiasaannya. Kecanduan internet di antaranya terjerat games, akses situs porno, aplikasi media sosial, serta aplikasi lain.

Perilaku kecanduan dalam setiap diri individu ada dorongan untuk memenuhi kebutuhan pada tiap tingkatan. Individu yang memiliki kontrol diri rendah berpotensi mengalami kecanduan karena individu tidak mampu memandu, mengarahkan, dan mengatur perilaku. Kecanduan usia remaja pada internet ingin tahu akan hal-hal yang belum dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, misalnya pornografi dan sejenisnya (Dyah, 2009).

Widiana (2004) menyatakan bahwa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kecanduan internet diantaranya adalah faktor eksternal dan internal, faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sosial dan budaya sedangkan faktor internal adalah kepribadian, kontrol diri, minat, motivasi,

pengetahuan dan usia. Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi.

Kasus yang dialami oleh, dua remaja berusia 16 tahun di Kediri melakukan tindakan pencurian di salah satu gerai penjualan telepon genggam dikarenakan kecanduan permainan internet. Sedangkan yang dialami siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Jatisrono yang berinisial AP bermain internet selama 6 jam per hari dan mulai tak memperdulikan orang lain. Begitu juga dengan FE siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Jatisrono, hampir setiap hari dia pergi kewarnet hanya untuk sekedar bermain internet dan berakibat pada nilai rapotnya yang mengalami penurunan (Santoso, 2013).

Data dan contoh kasus diatas jika dikaitkan dengan masa perkembangan remaja yang dijelaskan oleh Pikunas (Agustiani, 2006) seharusnya masa remaja sudah mampu mengontrol dirinya dengan baik dan memahami norma-norma dan prinsip-prinsip yang berlaku, hal tersebutlah yang harus diperhatikan ketika remaja bermain internet agar tidak terjerumus ke hal-hal yang negatif dan berpengaruh bagi masa depannya.

Kabupaten Maros Kecamatan Simbang terdapat salah satu kantor desa yang menyediakan jaringan internet (*wifi*) selama 24 jam. Beberapa fenomena di lapangan menunjukkan bahwa banyaknya remaja yang sering menggunakan fasilitas internet untuk bermain *game online*, *chatting*, menonton film porno, perjudian bahkan perdagangan obat-obatan terlarang pun sering terjadi. Para

remaja tersebut rela berlama-lama untuk menghabiskan waktunya di tempat tersebut demi kepuasannya. Dari hasil observasi peneliti juga menemukan remaja yang sering bolos sekolah mereka lebih memilih bermain internet, seperti subjek yang berinisial WA ia kerap kali melakukan tindakan yang kurang sopan seperti memukul orang-orang disekitarnya menendang tembok bicara yang tidak sopan selain dari pada itu sekitar 15 remaja yang sering berperilaku seperti subjek yang berinisial WA jika jaringan bermasalah atau tidak terkoneksi.

Semenjak adanya jaringan internet yang tersedia remaja mengaku bahwa perilaku penggunaan internetnya lebih padat karena tidak mengeluarkan biaya dan bisa menikmati fasilitas yang ada tanpa larangan dari pihak pegawai kantor. Berdasarkan fenomena yang terjadi penulis tertarik ingin meneliti **“Gambaran Kontrol Diri Remaja Kecanduan Internet Di Kabupaten Maros Kecamatan Simbang”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti bagai mana gambaran kontrol diri remaja kecanduan internet.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui gambaran kontrol diri remaja kecanduan internet.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan keilmuan, khususnya psikologi perkembangan dalam membantu orang tua untuk membimbing dan mendidik anaknya agar dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan internet serta membantu individu untuk memberikan informasi tentang peranan kontrol diri terhadap perilaku kecanduan internet.
- b. Diharapkan dapat menjadi pembelajaran bagi peneliti yang memiliki judul yang sama dan dapat menambah referensi dalam mengerjakan tugas akhirnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bahwa peran kontrol diri sangat penting saat menggunakan internet.
- b. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada orang tua agar lebih memperhatikan dan memberikan arahan pada anaknya agar mampu mengontrol diri saat menggunakan internet.
- c. Jika penelitian ini terbukti, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi khususnya pada pihak kantor pemerintahan dalam menyediakan jaringan internet.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kontrol Diri (*Self-Control*)

1. Pengertian

Calhoun dan Accocella (dalam Gufron & Risnawati, 2010). mengungkapkan bahwa kontrol diri adalah sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang. Dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat. Perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Averill (dalam Gufron & Risnawati, 2010) mendefinisikan kontrol diri sebagai variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak di inginkan, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini. Synder dan Gangestad mengatakan bahwa konsep mengenai kontrol diri secara langsung sangat relavan untuk melihat hubungan antara pribadi terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara tepat untuk berperilaku dalam situasi yang berpariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai

dengan permintaan situasi perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial

Michael dan Brian (dalam Gufron & Risnawati, 2010) menyatakan kontrol diri adalah suatu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Jadi kontrol diri sebagai suatu proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Suatu perilaku kadang kala menghasilkan dampak positif, tetapi juga bisa menghasilkan dampak negatif. Sehingga dengan adanya kontrol diri, diharapkan mampu mengarahkan perilaku untuk menghasilkan dampak yang positif dan menghindari adanya dampak negatif..

Mahoney dan Thoresen (Ghufron & Risnawati, 2010) mengemukakan kontrol diri merupakan jalinan yang secara utuh (*intergrative*) yang dilakukan individu terhadap lingkungannya. Individu dengan kontrol diri sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat, dan terbuka.

Skinner (dalam Alwisol, 2005) mengatakan bahwa kontrol diri adalah tindakan diri dalam mengontrol variabel-variabel luar (eksternal) yang menentukan tingkah laku. Hurlock (Gufron dan Risnawati, 2010), mengatakan

bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang ada dalam diri.

Berk dalam Gunarsa (2004) mengemukakan kontrol diri sebagai kegiatan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Chaplin (2002) mendefinisikan kontrol diri adalah kemampuan individu yang mengarahkan tingkah lakunya sendiri dan kemampuan untuk menekan atau menghambat dorongan yang ada.

Berdasarkan uraian dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri dalam menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan individu kearah konsekuensi positif.

2. Jenis-jenis Kontrol Diri

Averill (Ghufron & Risnawati, 2010) menyebut kontrol dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decisional control*).

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersendiri suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini perinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan

kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau atauran perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisioanal Control*)

Mengontrol kepuasan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil tau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi,

sebaik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Block dan Block (dalam Ghufon & Risnawati, 2010) ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu *over control*, *under control*, dan *appropriate control*. *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang. Sementara *appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis kontrol diri terbagi menjadi tiga bagian yaitu kontrol perilaku, kontrol kognisi, kontrol keputusan.

3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri yang dikemukakan oleh Ghufon dan Risnawati (2010) yaitu :

a. Faktor Internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambahnya usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang tersebut. Faktor usia sangat membantu seseorang untuk mengontrol atau mengatur perilakunya karena hal ini berkaitan dengan kognitifnya. Kognitif terus meningkat secara bertahap. Di mulai dari masa pra sekolah dan anak-anak, remaja dan dewasa. Faktor

kognitif akan meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan-pertimbangan sosial yang akan mengarahkan atau menentukan.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Orang tua yang menerapkan sikap disiplin secara intens sejak dini kepada anaknya, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpan dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsistensi ini akan diinternalisasi anak. Di kemudian akan menjadi kontrol diri bagi anak.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal seperti usia dan faktor eksternal adalah lingkungan keluarga.

B. Kecanduan

1. Pengertian

Badudu & Sultan (2005) kecanduan merupakan perasaan yang sangat kuat terhadap sesuatu yang diinginkan sehingga ia akan berusaha mencari sesuatu yang sangat diinginkannya. Kata kecanduan (adiksi) biasanya digunakan dalam konteks klinis diperhalus dengan perilaku berlebihan.



Kecanduan dapat diterapkan pada perilaku secara luas termasuk kecanduan teknologi komunikasi informasi.

Menurut Hovart (Trisilia, 2011) kecanduan tidak hanya terhadap pada zat saja tapi juga aktivitas tertentu yang dilakukan berulang-ulang dan menimbulkan dampak negatif. Sedangkan menurut Davis (Soetjipo, 2015) memaknai kecanduan sebagai bentuk ketergantungan secara psikologis antara seseorang dengan suatu stimulus yang biasanya tidak selalu berupa suatu benda atau zat.

Griffiths (Trisilia, 2011) menyatakan bahwa kecanduan merupakan aspek-aspek perilaku kompleks ada yang ketergantungan dan kurangnya kontrol.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecanduan merupakan perilaku berlebihan yang dilakukan secara berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negatif.

2. Internet

Laqueri (Hasugian, 2005) menjelaskan bahwa internet adalah jaringan dari ribuan jaringan komputer yang menjangkau jutaan orang diseluruh dunia, pendapat ini menunjukkan bahwa internet merupakan suatu jaringan internasional atau mancanegara yang menghubungkan ciptaan komputer di dunia. Sedangkan menurut Allen (Hasugian, 2005) menjelaskan bahwa internet adalah sistem komputer yang saling berhubungan sehingga memungkinkan komputer *desktop* yang kita miliki dapat bertukar data, pesan, file-file dengan berjuta-juta komputer lain yang berhubungan dengan internet.

Sidarharta (Nurmanina, dkk 2013) menjelaskan bahwa internet adalah salah satu interkoneksi sebuah jaringan komputer yang dapat memberikan layanan informasi secara lengkap, dan terbukti bahwa internet dilihat sebagai media maya yang dapat menjadi rekan bisnis, politik, sampai hiburan. Menurut Khoe Yao Tung (Nurmanina, dkk 2013) menjelaskan internet adalah jaringan yang sangat satelit, komunikasi yang fungsinya sangat beragam dan tentu merupakan pendukung internet diseluruh dunia.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa internet adalah sekumpulan jalinan yang menghubungkan jutaan computer didunia yang memberikan layanan informasi secara lengkap.

3. Kecanduan Internet

Goldberg (1996) mendefenisikan internet *addiction* sebagai suatu pola pengguna internet yang maladaptive, yang menghasilkan pengrusak atau distress yang bersifat klinis. Suler (1996) mengemukakan bahwa kecanduan internet merupakan bentuk pengguna internet oleh individu dengan memisahkan kehidupan nyata dengan dunia *cyberspace*, dunia *cyberspace* menjadi dunia sendiri, dan pengguna internet tidak membicarakan dengan orang-orang dalam kehidupannya. Suler sebagai pengguna internet yang menggunakan internet menjadi dua kelompok pertama, pengguna internet yang menggunakan internet secara sehat, yaitu mereka mampu memadukan kehidupan nyata dengan dunia *cyberspace*. Mereka membicarakan aktivitas online dengan keluarga dan teman-teman, menggunakan identitas, minat dan keahlian yang sebenarnya dalam komunikasi online, menelpon atau bertemu

dengan teman yang dikenal dalam dunia nyata melalui internet. Kelompok kedua adalah pengguna internet yang menggunakan internet secara tidak sehat. Mereka memisahkan antara kehidupan nyata dengan dunia *cyberspace*.

Young (1999) membedakan pengguna internet yang menggunakan internet secara normal (disebut dengan *non dependent*) dengan pengguna yang aktif (disebut *dependent*) *non dependent* menggunakan internet sebagai sarana untuk mendapatkan informasi dan untuk menjaga hubungan yang sudah berbentuk lama melalui komunikasi elektronik, misalnya menggunakan fasilitas-fasilitas dalam seperti *information protocol*, *world web email*. Pengguna yang *dependent* menggunakan aplikasi internet berupa komunikasi dua arah untuk bertemu, bersosialisasi dengan bertukar ide dengan orang-orang yang baru dikenal melalui internet. *Non dependent* menggunakan internet antara 4 sampai 5 jam per minggu, sedangkan *dependent* menggunakan internet antara 10 sampai 80 jam per minggu. *Dependent* secara bertahap menggambarkan kebiasaan menggunakan internet. Hal ini hampir sama dengan pengguna alkohol dengan tingkat toleransi yang secara bertahap semakin meningkat.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecanduan internet merupakan bentuk pengguna internet oleh individu dengan memisahkan kehidupan nyata dengan dunia *cyberspace*, dan dapat menimbulkan stres secara klinis.

4. Ciri-Ciri Kecanduan Internet

Menurut Young (1999) ciri-ciri kecanduan internet adalah :

- a. Pengguna internet mengalami perasaan tidak menyenangkan ketika *offline*. Ketika mereka sedang *offline*, mereka merasa sesuatu yang tidak menyenangkan seperti gelisah, kesepian, tidak terpuaskan, cemas frustrasi atau sedih, sebaiknya pengguna internet mengalami perasaan yang menyenangkan ketika *online*. Ketika mereka sedang *online* mereka merasa gembira, bergairah, bebas untuk melakukan apa saja dan atraktif.
- b. Perhatian hanya tertuju pada internet. Pengguna internet hanya memikirkan aktivitas *online* sebelumnya atau berharap untuk segera *online*.
- c. Pengguna internet yang semakin meningkat. Mereka ingin menggunakan internet dalam jangka waktu yang semakin meningkat untuk mendapatkan kepuasan.
- d. Berani mengambil resiko kehilangan karena internet. Mereka mempertaruhkan atau berani mengambil resiko kehilangan hubungan dengan *significant others* (orang terdekat, orang lain), pekerjaan, pendidikan, bahkan kesempatan berkarir karena internet.
- e. Menggunakan internet sebagai cara melarikan diri dari masalah. Apabila mereka sedang mengalami masalah, maka mereka melarikan diri dari masalah atau menghilangkan perasaan tidak berdaya, rasa bersalah, cemas, depresi, dengan *online*.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kecanduan internet yaitu pengguna internet mengalami perasaan yang tidak menyenangkan ketika *offline*, perhatian tertuju pada internet, semakin meningkat penggunaanya, berani mengambil resiko, serta melarikan diri dari masalah.

C. Remaja

1. Pengertian

Menurut Papalia dan Olds (2011) masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang pada umumnya dimulai pada 12 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia belasan atau awal 20 tahun.

Menurut Salzman (Jahja, 2012) mengemukakan bahwa remaja merupakan masa perkembangan sikap tergantung (*dependence*) terhadap orangtua ke arah kemandirian (*independence*), minat-minat seksual, perenungan diri, dan perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral.

Masa remaja, menurut Mappiare berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentang usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 adalah remaja awal, dan usia 17/18 sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir (Ali & Asrori, 2004). Masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan

masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2010).

Harlock (1994) Remaja merupakan usia yang berlangsung antara tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun (yang disebut dengan remaja awal) dan usia antara enam belas tahun atau tujuh belas tahun sampai dengan delapan belas tahun (yang disebut remaja akhir), yaitu usia yang matang secara hukum.

Menurut Thombung (Dariyo, 2004) menyatakan bahwa remaja merupakan individu yang telah mengalami kematangan secara anatomis penggolongan remaja terbagi menjadi tiga tahap remaja awal (13-14 tahun), remaja tengah (15-17 tahun), remaja akhir (18-21).

Menurut Piaget (Ali & Asroni, 2004) remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia di mana anak tidak merasa bahwa dirinya berada di bawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa merupakan masa peralihan atau transisi dari anak-anak menjadi dewasa ditandai oleh adanya perubahan fisik serta meningkatnya hormon.

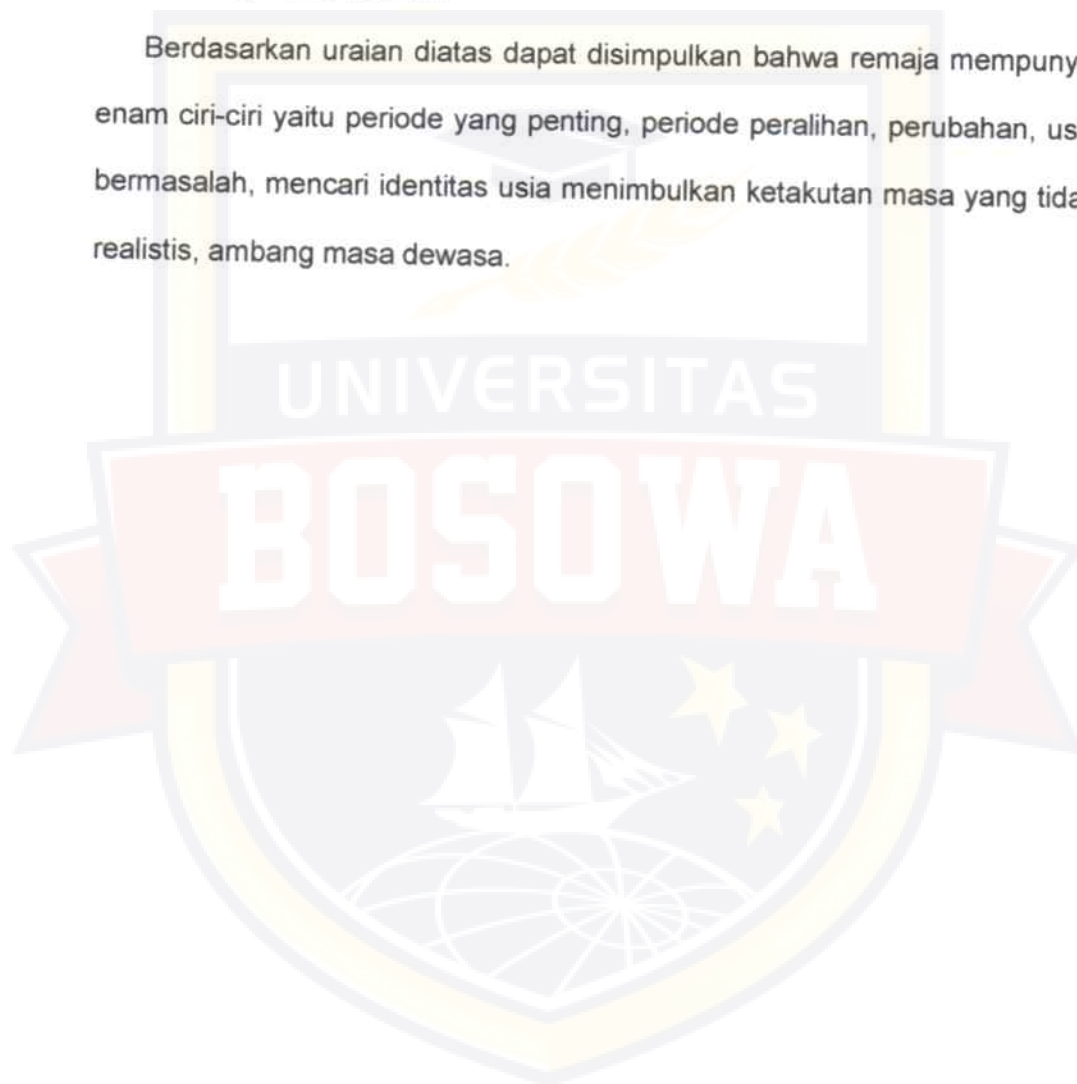
2. Ciri-ciri Remaja

Ciri-ciri remaja menurut Hurlock (1994) :

- a. Periode yang penting
- b. Periode peralihan
- c. Periode perubahan

- d. Usia bermasalah
- e. Mencari identitas
- f. Usia yang menimbulkan ketakutan
- g. Masa yang tidak realistis
- h. Ambang masa dewasa

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa remaja mempunyai enam ciri-ciri yaitu periode yang penting, periode peralihan, perubahan, usia bermasalah, mencari identitas usia menimbulkan ketakutan masa yang tidak realistis, ambang masa dewasa.



peneliti untuk mengumpulkan data secara random dan mengolahnya melalui beberapa aturan tertentu (Morissan, 2015). Analisis deskriptif dalam penelitian ini menggunakan *Microsoft excell*. Analisis deskriptif terdiri dari data rata-rata atau *mean*, standar deviasi, skor terendah, skor tertinggi, interval, distribusi frekuensi dan presentase.

G. Pelaksanaan Penelitian

Adapun jadwal penelitian ditunjukkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 3.4 Jadwal Penelitian

KEGIATAN	Tahun 2017															
	April				Juli				Agustus				September			
	Minggu ke-				Minggu ke-				Minggu ke-				Minggu ke-			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Pembuatan Skala																
pemeriksaan aitem skala oleh panel expert																
memperbaiki hasil pemeriksaan aitem oleh panel expert																
menyebarkan instrumen penelitian langsung kepada responden																
pengolahan data instrumen penelitian																

Pelaksanaan penelitian berlangsung dalam dua tahap. Tahap pertama yaitu tahap *Expert Review* yang berlangsung pada tanggal 10 April 2017. *Expert Review* dilakukan oleh pakar dengan memberikan saran atau masukan serta melihat kesesuaian konteks yang akan di ukur dalam penelitian ini. Awalnya, peneliti memberikan hasil dari pembuatan instrument penelitian kepada pakar.

Kemudian, pakar memberikan penilaian dan saran terkait instrumen yang telah dibuat oleh peneliti. Selanjutnya, peneliti melakukan perbaikan terhadap instrumen, dengan mempertimbangkan semua saran dan penilaian yang diberikan oleh pakar. Setelah itu, peneliti melakukan penghitungan aiken berdasarkan penilaian yang diberikan pakar terhadap instrument penelitian.

Selanjutnya pada tahap kedua, yaitu tahap pengumpulan data, penelitian ini berlangsung pada 24 Juli sampai 2 September 2017, peneliti mengumpulkan 200 skala yang tersebar di beberapa desa di Kecamatan Simbang. Penyebaran skala penelitian di lakukan dengan cara, yaitu menyebarkan langsung kepada responden yang di temui dan memenuhi syarat ketentuan. Penyebaran skala dilakukan di Kecamatan Simbang yang terbagi menjadi 6 desa yaitu Tanete, Bonto Tallasa, Sambueja, Simbang, Jennetaesa, Samangki.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif

Dalam menganalisis data dengan cara mendeskripsikan data yang telah terkumpul, maka penelitian menggunakan uji analisis deskriptif untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah diperoleh. Analisis deskriptif terdiri dari rata-rata/mean, standar deviasi, skor rendah, skor tertinggi, distribusi frekuensi dan presentase.

Hasil olahan analisis deskriptif data kontrol diri remaja kecanduan internet dengan menggunakan program SPSS 20.0 *for windows*, setelah itu dikonversikan ke dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, sangat rendah. Berikut adalah hasil uji analisis deskriptif :

Tabel 4.1 Kriteria Yang Digunakan Dalam Penelitian

$\mu \leq -0,5$	Sangat Tinggi
$-1,56 < \mu \leq -0,56$	Tinggi
$-0,56 < \mu \leq -0,56$	Sedang
$+0,56 < \mu \leq +1,56$	Rendah
$+1,56 < \mu$	Sangat Rendah

Tabel 4.2. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	Data Empirik			
		Mean	Skor		SD
			Min	Max	
Kontrol diri remaja kecanduan internet	200	29.525	19,43	39,34	3,985

Pada penghitungan data penelitian variabel kontrol diri remaja kecanduan internet, diperoleh skor mean 29,525, skor minimal 19,43 dan skor maksimal 39,34 dengan standar deviasi sebesar 3,985.

1. Distribusi Frekuensi Skor Skala Kontrol Diri Remaja Kecanduan Internet.

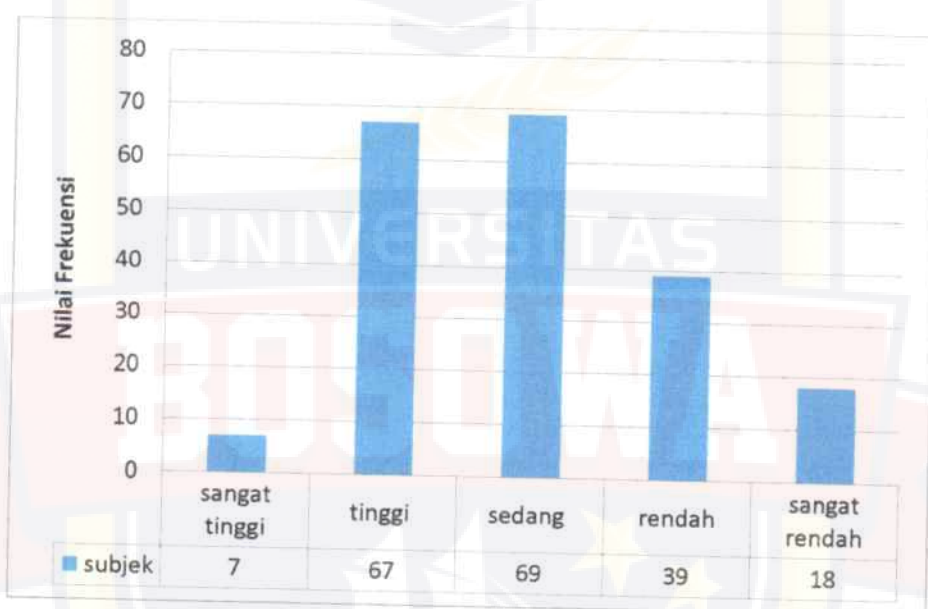
Kategori skor skala kontrol diri remaja kecanduan internet adalah sebagai berikut :

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Skor Kontrol Diri Remaja Kecanduan Internet Berdasarkan Kategori

BATAS KATEGORI	INTERVAL	FREK	%	KET.
$\mu \leq 0,5$	$X < 35,502$	7	3%	Sangat Tinggi
$-0,56 < \mu \leq -0,56$	$35.502 < X \leq 31.517$	67	33%	Tinggi
$-0,56 < \mu \leq -0,56$	$31.517 < X \leq 27.532$	69	35%	Sedang
$+0,56 < \mu \leq +1,56$	$27.532 < X \leq 23.547$	39	20%	Rendah
$\mu +1,56 <$	$23.547 < X$	18	9%	Sangat Rendah
Jumlah		200	100	

Pada kategorisasi model sebaran kontrol diri remaja kecanduan internet, diketahui kelompok sangat tinggi 35,502, kelompok tinggi memiliki interval antara 31,502-31,517, kelompok sedang memiliki interval antara 31,517-27,532, kelompok rendah memiliki interval antara 27,532-23.547 dan kelompok sangat rendah memiliki interval 23.547.

Bagan 4.1. Kategorisasi Kontrol Diri Remaja Kecanduan Internet

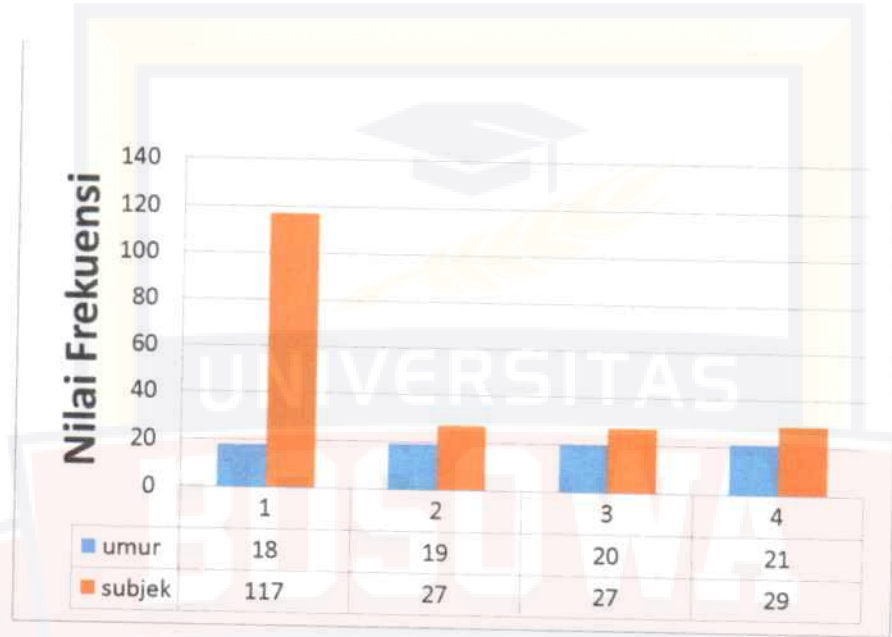


Uji hasil deskriptif data yang diperoleh dengan menggunakan skala kontrol diri yang terdiri dari 40 aitem. Skala kontrol diri mempunyai rentang skor 1-5 untuk setiap jawaban aitem dan diberikan kepada 200 subjek. Pada variabel kontrol diri terhadap remaja kecanduan internet diperoleh mean 29,525 dan standard deviasi 3,985. Setelah dilakukan kategorisasi terhadap 200 subjek penelitian, maka di peroleh 7 orang (3%) yang memiliki skor sangat tinggi terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 67 orang (33%) yang memiliki skor tinggi terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 69 orang (35%) yang memiliki skor sedang



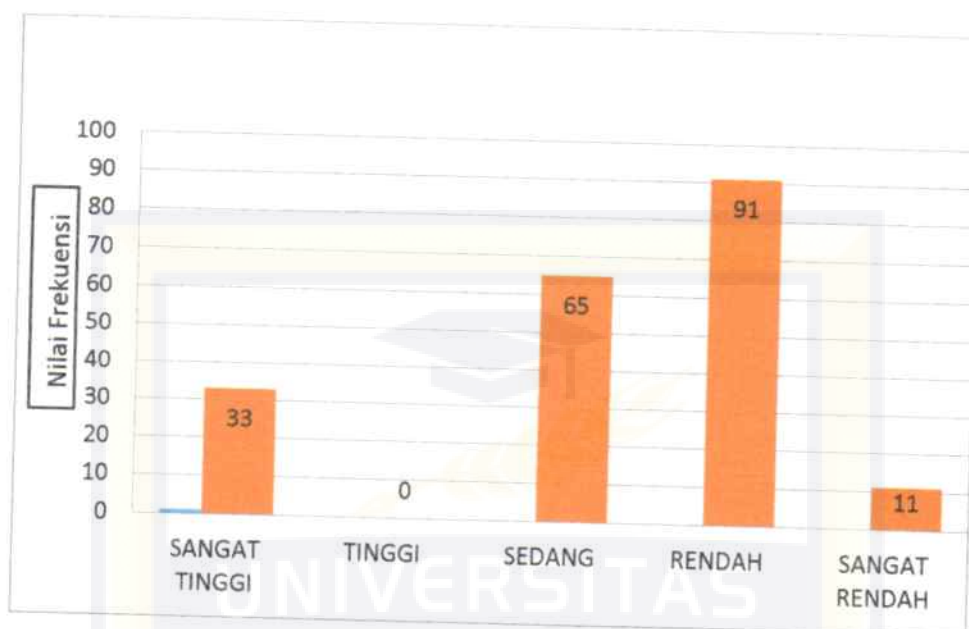
terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 39 orang (20%) yang memiliki skor rendah dan 18 orang (9%) yang memiliki skor sangat rendah terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet.

Bagan 4.2. Kategori Berdasarkan Usia Remaja Kecanduan Internet



Pada kategorisasi subjek berdasarkan usia maka diperoleh kategorisasi maka terdapat 117 orang (58%) berusia 18 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet, 27 (13%) orang berusia 19 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet, 27 orang (14%) berusia 20 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet dan 29 orang(15%) berusia 21 tahun yang menjadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet.

Bagan 4.3. Kategori Durasi Menggunakan Internet.



Berdasarkan kategorisasi gambar diatas, maka terdapat (16%) 33 remaja yang memiliki skor sangat tinggi yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet, tidak ada responden yang memilih skor tinggi, (32%) 65 remaja yang memiliki skor sedang yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet, (46%) 91 remaja yang memiliki skor rendah yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet dan (6%) 11 remaja yang memiliki skor sangat rendah yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet.

B. Pembahasan

Data hasil analisis deskriptif data yang diperoleh dengan menggunakan skala kontrol diri yang terdiri dari 40 aitem. Skala kontrol diri mempunyai rentang skor 1-5 untuk setiap jawaban aitem dan diberikan kepada 200 subjek. Pada variable kontrol diri terhadap remaja kecanduan internet diperoleh mean 29,525 dan standard deviasi 3,985. Setelah dilakukan kategorisasi terhadap 200 subjek penelitian, maka di peroleh 7 orang (3%) yang memiliki skor sangat tinggi terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 67 orang (33%) yang memiliki skor tinggi terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 69 orang (35%) yang memiliki skor sedang terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet, 39 orang (20%) yang memiliki skor rendah dan 18 orang (9%) yang memiliki skor sangat rendah terhadap kontrol diri remaja kecanduan internet.

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi skor skala kontrol diri diketahui bahwa sebanyak 69 dari total 200 remaja di Kabupaten Maros Kecamatan Simbang yang memiliki kontrol diri sedang. Dengan hasil presentasi uji analisis deskriptif untuk skala kontrol diri menunjukkan bahwa sebagian besar pengguna internet di Kecamatan Simbang yang menjadi subjek dalam penelitian ini yaitu memiliki tingkat kontrol diri dalam kategori sedang.

Hal ini terjadi karena subjek dalam penelitian ini kemungkinan masih bisa mengontrol perilaku yang negatif atau perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial di masyarakat ketika menggunakan internet. Hal ini yang mengharuskan individu untuk mengontrol diri terus menerus karena individu tidak hidup sendiri melainkan hidup bermasyarakat. Individu mempunyai kebutuhan untuk

memuaskan keinginan, untuk memenuhi kebutuhan tersebut individu harus mempunyai kontrol diri agar tidak mengganggu orang lain dan melanggar norma sosial saat menggunakan internet.

Menurut Chalhoun dan Accocella (Gretty Dkk, 2015) menjelaskan bahwa ada dua hal yang mengharuskan individu mengontrol diri terus menerus, pertama individu tidak mampu hidup sendiri mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan yang kedua masyarakat menghargai kemampuan kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki individu. Kontrol diri sebagai kegiatan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Salah satu fungsi kontrol diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku yang negatif.

Kontrol diri sangat penting ketika berinteraksi dengan orang lain, karena seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya. Individu yang memiliki kontrol diri sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial (Ghufron & Risnawati, 2010).

Berdasarkan hasil data frekuensi dilihat dari usia subjek penelitian ini, maka terdapat 117 remaja (58%) berusia 18 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet, 27 (13%) remajaberusia 19 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet, 27 remaja (14%) berusia 20 tahun yang mejadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet dan 29 remaja

(15%) berusia 21 tahun yang menjadi subjek skala kontrol diri remaja kecanduan internet.

Pada tahap perkembangan remaja mereka mulai mampu menunjukkan pemikiran, sikap, perilaku yang semakin dewasa. Namun terkadang terjadi pertentangan ketika nilai-nilai moral yang mereka ketahui tidak sesuai dengan apa yang terjadi di masyarakat, sehingga membuat remaja mengalami keraguan tentang hal yang baik maupun buruk. Akibatnya, remaja membentuk nilai-nilai mereka sendiri yang mereka anggap benar, baik dan pantas untuk dikembangkan di kalangan mereka sendiri.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu internal atau usia (Ghufron & Risnawati, 2010). Pada penelitian ini, subyek berada pada tahap perkembangan remaja dimana usianya antara 18 tahun. Pada tahap ini remaja memiliki emosi yang mulai stabil dan mampu mengambil pilihan dan keputusan secara lebih bijaksana (Ali & Asrori, 2014). Akan tetapi terjadi pertentangan ketika nilai-nilai moral yang diketahui tidak sesuai dengan apa yang terjadi di masyarakat, sehingga membuat remaja mengalami keraguan tentang hal yang baik maupun buruk.

Berdasarkan hasil frekuensi data diatas, maka diperoleh 33 remaja (16%) yang memiliki skor sangat tinggi yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet, tidak ada responden yang memilih skor tinggi, 65 remaja (32%) yang memiliki skor sedang yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet, 91 remaja (46%) yang memiliki skor rendah yang menjadi

subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet dan 11 remaja (6%) yang memiliki skor sangat rendah yang menjadi subjek dalam skala kontrol diri dilihat dari seberapa lama subjek menggunakan internet.

Hasil penelitian ini di dukung oleh penelitian sebelumnya Herlina dkk (2004) perhitungan nilai rata-rata *empiric* menunjukan bahwa untuk variable kecenderungan kecanduan internet diperoleh nilai rata-rata *empiric* = 93,8857 yang lebih kecil dibanding rata-rata hipotetis = 126. Hal yang menunjukan bahwa subjek penelitian ini mengalami kenderungan kecanduan internet yang rendah. Nilai rata-rata *empiric* varibel kontrol diri = 102,3571, sedangkan nilai rata-rata hipotesiknya = 87. Hal ini menunjukan bahwa yang menjadi subjek penelitian ini mempunyai kontrol diri yang tinggi.

Dari penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya Ningtyas, (2012) Hasil penelitian menunjukan variabel *self control* tergolong rendah dengan persentas 93,85%, berarti bahwa remaja kurang mampu mengontrol perilaku, mengambil keputusan atau suatu tindakan yang cukup baik terhadap internet. Variabel *internet addiction* tergolong tinggi dengan persentasi 96,92%, hal ini berarti remaja mengalami kecanduan dalam berinternet, yang ditandai dengan remaja selalu tertuju pada internet, kurang dapat dalam mengontrol penggunaan internet. Hasil penelitian menunjukan ada hubungan negatif antara *self control* dengan *internet addiction*. Pengguna internet yang mempunyai *self control* yang tinggi akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku *online*.

Gottfredson dan Hirschi (Suprianing, 2012) menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustrasi. Individu dengan karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal dan perbuatan menyimpang daripada mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Berdasarkan distribusi frekuensi skor kontrol diri terhadap kecanduan internet berada pada kategori sedang.
2. Sebanyak 117 orang (58%) responden dalam penelitian ini memiliki usia 18 tahun.
3. Sebanyak 91 orang 46% responden yang durasi penggunaan internetnya berada pada kategori rendah.

Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka saran yang dapat diajukan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Remaja

Remaja disarankan untuk menyadari kemungkinan mengalami kecanduan internet, terutama bagi remaja yang merupakan pengguna internet yang aktif. Remaja pengguna internet diharapkan dapat mulai menyadari pentingnya mengontrol pola penggunaan internetnya agar kehidupan sosial di dunia nyata tidak terganggu.

2. Bagi Pemerintah Setempat

Bagi pemerintah, sebaiknya membuat aturan agar jaringan internet tidak boleh digunakan bagi masyarakat umum pada saat jam kerja dengan cara memberikan *password*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik meneliti dengan topik yang sama diharapkan mampu meneliti dengan variabel yang lain guna memperkaya penelitian terkait kontrol diri remaja kecanduan internet. Diharapkan juga bagi peneliti selanjutnya agar lebih mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam penelitian dengan semaksimal mungkin. Baik materi, teori, waktu, maupun instrumen yang akan digunakan.
- b. Peneliti juga menyarankan untuk melakukan penelitian ini pada sampel yang lebih beragam dari semua kalangan termasuk didalamnya anak-anak, pelajar, mahasiswa, pekerja kantoran dengan menggunakan penyebaran skala yang dimasukkan pada situs internet secara *online* sehingga lebih mudah diakses oleh banyak orang.

DAFTAR PUSTAKA

- Administrator Puskakom UI, (April, 2015). Rilis Pers: Hasil Survey "Profil Pengguna Internet di Indonesia 2014" Oleh APJI Bekerja sama dengan Pusat Kajian Komunikasi Universitas Indonesia. Diakses pada tanggal 26 Agustus 2016 dari <http://puskakom.ui.ac.id/publikasi/rilis-pers-hasil-survey-profil-pengguna-internet-di-indonesia-2014-oleh-api-bekerja-sama-dengan-pusat-kajian-komunikasi-universitas-indonesia.html>.
- Agustiani. (2006). *Psikolog Perkembangan*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Ali, & Asrori, M. (2006). *Psikologi Remaja. Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Alwisol. (2005). *Psikologi Kepribadian* (Edisi Revisi). Malang: Universitas Muhammadiyah Malam Press.
- Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia (APJII). Diakses pada tanggal 24 Oktober 2016 dari <http://tekno.kompas.com>.
- Badudu & Sultan. (2005). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta :Pustaka Sinar Harapan.
- Chaplin, J.P.(2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Dyah Rahayuning, D.W. (2009). *Hubungan Antara Kontrol diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Menengah Pertama*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dariyo, A. (2004). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Ghufron, M.N. Risnawita (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta : AR-Ruzz Media Group.
- Gretty, Dkk. (2015). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Merokok kalangan Remaja Di SMKN 1 Bitung*. Jurnal e-Biomedik. Vol.3 No.1
- Goldberg, I. (1996). Internet addiction disorder. <http://www.uni-deidelberg.de/netzdiente/anleitung/wwwtips/8/addict.html> (online). Diakses pada tanggal 7 Juli 2013
- Gunarsa S.D. (2004). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut*. Jakarta: BPK Gunung mulia.
- Harlock, E.B. (1994). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga
- Herlina, Dkk. (2004). *Kontrol Diri dan Kecanduan Internet*. Jurnal Humanitas Indonesia Psychological. Vol 1. No 1

- Hasugian, J. (2005). *Pemanfaatan Internet*. Jurnal Studi Perpustakaan dan Informasi. Vol 1. No. 1
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Morissan. (2015). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Ningtyas. (2012). *Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa*. Journal Educational Psychology No.1
- Nurmanina, Dkk. (2013). *Studi Tentang Pengguna Internet Oleh Pelajar*. Jurnal Sosiatri-Sosiologi. Vol 1. No. 4
- Papalia, Olds. (2011). *Human Development (Perkembangan Manusia)*. Edisi kesepuluh. Jakarta. Selembah Humanika
- Putri, N.A. (2013). *Subjective Well Being Mahasiswa Yang Menggunakan Internet Secara Berlebihan*. Jurnal ilmiah. Vol.2. No.1
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suler, J. (1996). Computer and cyberspace addiction. Rider University. (<http://www.rider.edu/suler/psycyber.html>). (online) diakses 27 Juni 2013.
- Santoso, T.W. (2013). *Perilaku Kecanduan Permainan Internet Dan Faktor Penyebabnya pada siswa kelas VIII*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Suprianing. (2012). *Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja*. Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan. Vol.01. No.2
- Soetipjo, H.P. (2015). *Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet*. Jurnal psikologi. Vol.32. No.2
- Trisilia, L. (2011). *Kontrol Diri Sebagai Prediktor Kecanduan Menggunakan Blackberry service*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara.
- Widiana, H.S. Hidayat. (2004). *Kontrol Diri Dan Kecenderungan Kecanduan internet*. Indonesia Psycholog. Vol.1.No.1
- Yuniar, R. (2011). *Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Pengguna Internet Remaja*. Jakarta. Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah.
- Young, K.S. (1999). *Internet Addiction. Symtoms, Evaluation and treatment*. In L. VandeCreek & T. Jakson (Eds). *Innovstion in Clincial Practice: A source Book*. Vol 17. Sarasota, fl; Profesional Resource press.

- Hasugian, J. (2005). *Pemanfaatan Internet*. Jurnal Studi Perpustakaan dan Informasi. Vol 1. No. 1
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Morissan. (2015). *Metode Penelitian Survei*. Jakarta: Prenada Media Grup.
- Ningtyas. (2012). *Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa*. Journal Educational Psychology No.1
- Nurmanina, Dkk. (2013). *Studi Tentang Pengguna Internet Oleh Pelajar*. Jurnal Sosiatri-Sosiologi. Vol 1. No. 4
- Papalia, Olds. (2011). *Human Development (Perkembangan Manusia)*. Edisi kesepuluh. Jakarta. Selembah Humanika
- Putri, N.A. (2013). *Subjective Well Being Mahasiswa Yang Menggunakan Internet Secara Berlebihan*. Jurnal ilmiah. Vol.2. No.1
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suler, J. (1996). Computer and cyberspace addiction. Rider University. (<http://www.rider.edu/suler/psycyber.html>). (online) diakses 27 Juni 2013.
- Santoso, T.W. (2013). *Perilaku Kecanduan Permainan Internet Dan Faktor Penyebabnya pada siswa kelas VIII*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
- Suprianing, (2012). *Hubungan Antara Tingkat Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja*. Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan. Vol.01. No.2
- Soetipjo, H.P. (2015). *Pengujian Validitas Konstruk Kriteria Kecanduan Internet*. Jurnal psikologi. Vol.32. No.2
- Trisilia, L. (2011). *Kontrol Diri Sebagai Prediktor Kecanduan Menggunakan Blackberry service*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatra Utara.
- Widiana, H.S. Hidayat. (2004). *Kontrol Diri Dan Kecenderungan Kecanduan internet*. Indonesia Psycholog 1al.Vol.1.No.1
- Yuniar, R. (2011). *Hubungan Antara Self-Control Dengan Intensitas Pengguna Internet Remaja*. Jakarta. Universitas Islam Negri Syarif Hidayatullah.
- Young, K.S. (1999). *Internet Addiction. Symtoms, Evaluation and treatment*. In L. VandeCreek & T. Jakson (Eds). *Innovstion in Clincial Practice: A source Book*. Vol 17. Sarasota, fl; Profesional Resource press.

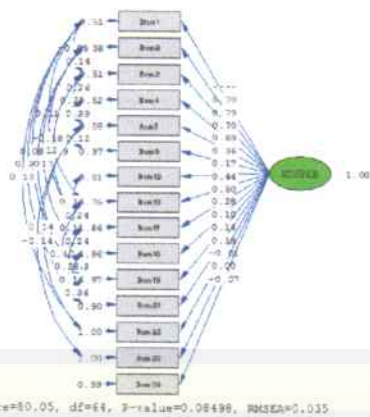


Lampiran

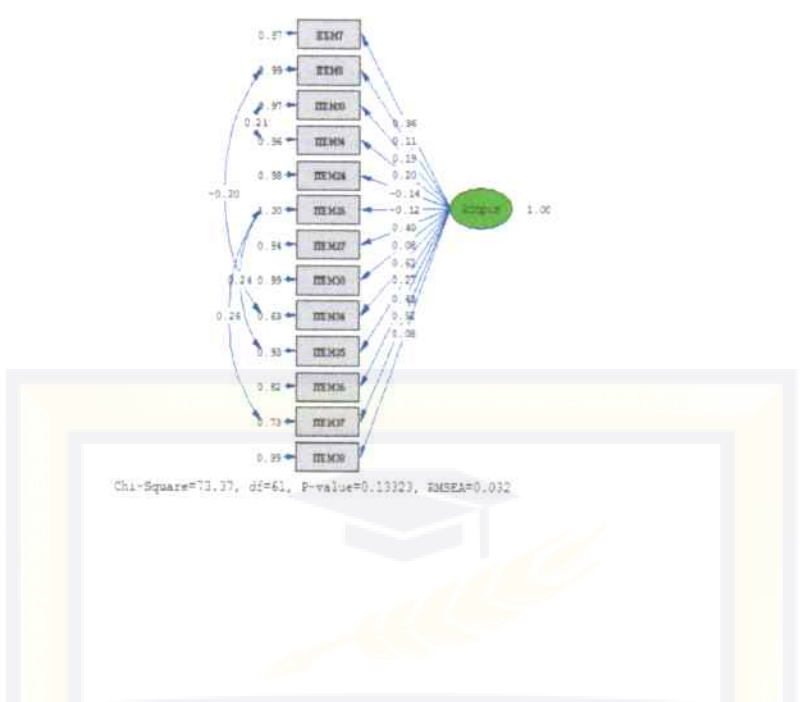
BOSUWA

The logo of Universitas Bosowa is a shield-shaped emblem. At the top is a graduation cap. Below it is a yellow banner with the word 'UNIVERSITAS' in white. The main body of the shield is light blue and features a white sailing ship on the left and a white compass rose on the right. A red banner at the bottom contains the word 'BOSOWA' in white. The entire logo is set against a light yellow background.

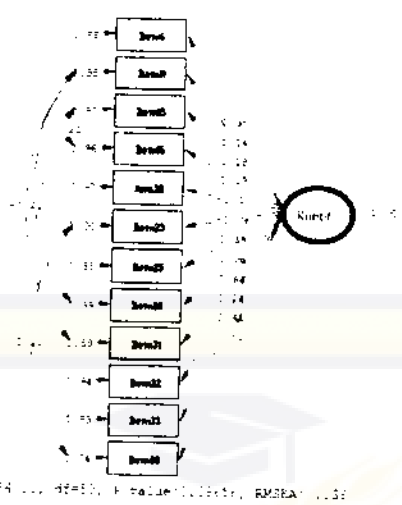
Uji Validitas



Aitem	P-Value	RMESA	FL	EROR	T-Value	Ket.
Aitem 1			0,70	0,07	10,08	Valid
Aitem 2			0,79	0,07	11,67	Valid
Aitem 3			0,70	0,08	8,72	Valid
Aitem 4			0,69	0,07	10,22	Valid
Aitem 5			0,36	0,08	4,69	Valid
Aitem 9			0,17	0,08	2,22	Valid
Aitem 12			0,44	0,07	5,89	Valid
Aitem 13			0,50	0,08	6,66	Valid
Aitem 17			0,28	0,08	3,45	Valid
Aitem 18			0,10	0,08	1,25	Tidak Valid
Aitem 19			0,14	0,08	1,67	Tidak Valid
Aitem 21			0,19	0,08	2,41	Valid
Aitem 22			0,01	0,08	0,17	Tidak Valid
Aitem 29			0,07	0,08	0,06	Tidak Valid
Aitem 39			0,07	0,08	0,95	Tidak Valid



Aitem	P-Value	RMESA	FL	EROR	T-Value	Ket.
Aitem 7			0,36	0,09	4,20	Valid
Aitem 8			0,11	0,09	1,15	Tidak Valid
Aitem 10			0,19	0,09	2,15	Valid
Aitem 14			0,20	0,09	2,32	Valid
Aitem 24			0,14	0,09	1,62	Tidak Valid
Aitem 26			0,12	0,09	1,32	Tidak Valid
Aitem 27			0,12	0,09	1,66	Tidak Valid
Aitem 30			0,08	0,09	0,91	Tidak Valid
Aitem 34			0,61	0,09	7,11	Valid
Aitem 35			0,27	0,09	3,07	Valid
Aitem 36			0,43	0,08	5,06	Valid
Aitem 37			0,52	0,09	6,04	Valid
Aitem 38			0,08	0,09	0,90	Tidak Valid



Aitem	P-Value	RMESA	FL	EROR	T-Value	Ket.
Aitem 6			0,35	0,09	4,10	Valid
Aitem 11			0,14	0,10	1,47	Valid
Aitem 15			0,18	0,09	2,12	Valid
Aitem 16			0,19	0,09	2,17	Valid
Aitem 20			0,17	0,09	1,90	Tidak Valid
Aitem 23			0,06	0,09	0,61	Tidak Valid
Aitem 25			0,39	0,09	4,58	Valid
Aitem 28			0,08	0,09	0,94	Tidak Valid
Aitem 31			0,64	0,09	2,72	Valid
Aitem 32			0,41	0,09	4,85	Valid
Aitem 33			0,41	0,09	4,98	Valid
Aitem 40			0,51	0,09	5,98	Valid



Uji Reliabilitas

UNIVERSITAS
BOSOWA

Case Processing Summary

		N	%
Valid		200	100,0
Cases	Excluded ^a	0	,0
Total		200	100,0

a. listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0,737	40



Skala Penelitian



SKALA KONTROL DIRI

IDENTITAS DIRI

Inisial :
 Usia :
 Jenis Kelamin : (P)/(L)
 Durasi Menggunakan Internet Perminggu :

Petunjuk Pengisian

- Pilihlah salah satu jawaban dari pernyataan yang tersedia pada skala, dengan memberikan tanda (\checkmark) pada kolom jawaban yang tersedia dan paling sesuai dengan keadaan diri anda, dengan ketentuan :
 SS : Jika Sangat Setuju dengan pernyataan
 S : Jika Setuju dengan pernyataan
 TS : Jika Tidak Setuju dengan pernyataan
 STS : Jika Sangat Tidak Setuju dengan pernyataan
- Setiap orang dapat mempunyai jawaban yang berbeda dan tidak ada jawaban yang dianggap salah, karena itu pilihan jawaban yang paling tepat menggambarkan diri anda.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Setelah tujuan utama saya selesai, saya segera pulang walau pun masih ada kegiatan untuk mengakses internet				
2	Saya bahkan menunda waktu makan hanya karna saya asik bermain internet				
3	Saya lebih suka pergi ke perpustakaan dari pada kewarnet				
4	Meskipun saya sedang tidak mengakses internet saya tetap berfikir untuk mengakses internet				
5	Saya lebih memilih untuk bermain internet dibanding bermain dengan teman sebaya saya				
6	Internet merupakan salah satu cara untuk mengurangi rasa kesepian				
7	Saya memilih menghabiskan waktu bersama keluarga dari pada ke warnet				
8	Dari pada ke warnet hanya untuk hiburan saja, saya lebih suka menghabiskan waktu untuk membantu orang tua				

9	Walaupun saya merasa masi ada yang kurang saat mengakses internet tapi saya tetap berhenti mengaksesnya				
10	Jika sedang tidak mood, saya tidak membutuhkan internet untuk memperbaiki perasaan				
11	Saya lebih suka browsing untuk mencari sesuatu dari pada bertanya ke orang lain				
12	Saya menghindari tempat yang memiliki jaringan wifi agar tidak mengakses internet				
13	Menurut saya segala sesuatu yang dilakukan ada waktunya termasuk mengakses internet				
14	Saya menghindari kewarnet hanya untuk hiburan karena akan merepotkan orang tua				
15	Untuk melupakan masalah yang saya hadapi, saya akan mengakses internet				
16	Saya membatasi waktu mengakses internet walaupun sangat menyenangkan bagi saya				
17	Ada banyak hal menarik yang membuat saya ingin selalu mengakses internet				
18	Saya mengakses internet sesuai dengan waktu yang saya rencanakan				
19	Mengakses internet merupakan kegiatan yang menyenangkan sehingga saya selalu ingin mengakses internet				
20	Saya lebih suka mencaritahu di internet dari pada membaca buku				
21	Saya mampu membagi waktu antara mengakses internet dengan mengerjakan pekerjaan saya				

22	Saya menggunakan internet setiap hari				
23	Saya merasa lebih banyak mendapatkan informasi saat bermain internet				
24	Saya menahan keinginan untuk mengakses internet sebab tidak ada hal yang penting				
25	Meskipun tidak mengakses internet, saya tetap merasa tenang				
26	Saya dapat dengan mudah untuk mengakhiri aktifitas internet				
27	Saya menghindari teman yang suka mengajak untuk browsing tanpa tujuan yang jelas				
28	Saya merasa tidak harus menghabiskan uang secara berlebihan hanya untuk mengakses internet				
29	Saya mengakses internet hanya untuk menyelesaikan tugas				
30	Saya tidak memiliki kepentingan untuk kewarnet				
31	Saya merasa tidak harus menghabiskan uang secara berlebihan hanya untuk mengakses internet.				
32	Saya hanya mengakses situs-situs yang berdampak positif ketika saya ke warnet				
33	Ketika saya mendapatkan bahan tugas di internet, maka saya segera pulang				
34	Setelah pulang sekolah saya langsung menuju ke warnet				

35	Internet bukan merupakan pelampiasan ketika saya sedang merasa jenuh				
36	Saya mnggunakan hari libur dengan berjalan-jalan dari pada harus menghabiskan waktu di warnet				
37	Saya marah ketika waktu internet saya di batasi				
38	Dengan terus menerus mengakses internet, mood saya akan menjadi lebih baik				
39	Saya cenderung kesulitan membatasi waktu untuk mengakses internet				
40	Disaat kesepian saya tidak membutuhkan internet sebagai pelampiasan atau hiburan				





Tabulasi Data Penelitian

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80																				



