

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA PERILAKU *PHUBBING*
DI KALANGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi.)



Oleh:

Ahmad Akmal Zubaedy

NIM. 933410415

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI
2022**

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA PERILAKU *PHUBBING*
DI KALANGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
IAIN KEDIRI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri Kediri
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)

Oleh
Ahmad Akmal Zubaedy
933410415

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ILMU DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
KEDIRI
2022**

Halaman Persetujuan

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA PERILAKU PHUBBING
DI KALANGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN
KEDIRI**

AHMAD AKMAL ZUBAEDY

NIM. 9.334.104.15

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Tatik Imadatus Sa'adati.. M.Psi, psikolog
NIP. 198102152009122003

Pembimbing II



Sunarno., S.Psi, MA

NOTA DINAS

Nomor : Kediri, 14 Februari 2022
Lampiraan : -
Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada
Yth, Rektor Institut
Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Di
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo
Kediri

Assalamu'alaikum. Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Bapak Ketua untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : AHMAD AKMAL ZUBAEDY

NIM : 9.334.104.15

Judul : GAMBARAN KONTROL DIRI PADA PERILAKU PHUBBING DI KALANGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsi tersebut telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S-1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqosah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Pembimbing I



Tatik Imadatus Sa'adati., M.Psi, psikolog
NIP. 198102152009122003

Pembimbing II



Sunarno., S.Psi, MA

HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN KONTROL DIRI PADA PERILAKU *PHUBBING* DI KALANGAN MAHASISWA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM IAIN KEDIRI

AHMAD AKMAL ZUBAEDY
NIM. 9.334.104.15

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Institut Agama Islam Negeri Kediri
pada tanggal 28 April 2022

Tim Penguji,

1. Penguji Utama
Dr. Moh. Shofiyul Huda MF, M.Ag. (.....)
NIP. 197607082003121003
2. Penguji I
Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi. (.....)
NIP. 198102152009122003
3. Penguji II
Sunarno, S.Psi, MA. (.....)
NIP.

Kediri, 28 April 2022
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag.

NIP. 19750613 2003121004

MOTTO

**“Sesuatu yang belum dikerjakan
seringkali tampak mustahil, kita baru
yakin kalau kita telah berhasil
melakukannya dengan baik”**

Ahmad Gholib Haroky

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Akmal Zubaedy

NIM : 933410415

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 14 Pebruari 2022

Yang membuat pernyataan,

Materai 10.000

Ahmad Akmal Zubaedy

ABSTRAK

ZUBAEDY, AHMAD AKMAL, 2022. *Gambaran Kontrol Diri Pada Perilaku Phubbing di Kalangan Mahasiswa Progam Studi Psikologi Islam IAIN Kediri*. Skripsi Progam Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, IAIN Kediri. Pembimbing (1) Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi, Psikolog (2) Sunarno, S.Psi, MA.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Perilaku *Phubbing*.

Manusia dilahirkan untuk menjadi makhluk hidup yang bersifat sosial. Setelah alam globalisasi melanda serta majunya ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang komunikasi, dapat menimbulkan potensi yang mempengaruhi pola kehidupan masyarakat baik dari sisi pola pikir maupun segi pola perilaku. Dalam hal ini, kontrol diri menjadi peran penting dalam mengendalikan diri dalam menggunakan *smartphone* yang berlebihan. Oleh karena itu, tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui aspek-aspek kontrol diri pada mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri pada perilaku *phubbing* dan mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri pada perilaku *phubbing*.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kualitatif. Dengan jenis penelitian fenomenologi. Subjek pada penelitian ini berjumlah empat orang yang merupakan mahasiswa dari Prodi Psikologi Islam di IAIN Kediri. Adapun metode pengumpulan data pada penelitian ini yakni menggunakan metode observasi, wawancara, dokumentasi, dengan tambahan penggunaan skala untuk menentukan subjek penelitian. Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan secara berkesinambungan mulai dari lapangan maupun di luar lapangan dengan menggunakan teknik seperti yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman, yaitu dengan reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan.

Hasil dari penelitian ini bahwa menunjukkan gambaran aspek-aspek kontrol diri dikalangan mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri pada perilaku *phubbing* memenuhi kriteria dari indikator aspek kontrol diri yang meliputi kemampuan dalam mengontrol perilaku, mengontrol stimulus, mampu mengantisipasi adanya peristiwa, mampu menafsirkan suatu peristiwa, mampu dalam mengambil keputusan. Sedangkan untuk faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri mahasiswa Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri pada perilaku *phubbing*, dari keseluruhan subjek telah memenuhi kriteria indikator yang meliputi faktor usia, lingkungan teman sebaya, dan lingkungan keluarga.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam selalu penulis curahkan kepada Baginda Rosul Muhammad saw yang telah mengantarkan seluruh umat Islam pada jalan yang benar, yakni *Addinul Islam*.

Skripsi ini mengungkapkan Gambaran Kontrol Diri pada Perilaku *Phubbing* di Kalangan Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri.

Penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan terutama kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Wahidul Anam, M.Ag., Rektor IAIN Kediri.
2. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Asror Yusuf, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Ibu Tatik Imadatus Sa'adati, M.Psi, Psikolog dan Bapak Sunarno, S.Psi, MA. yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dorongan sehingga penyusunan skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
4. Kedua orang tua tercinta, Bapak Ahmad Azzam Falah dan Ibu Munasri, serta kakak penulis, Ahmad Gholib Haroky, dan juga keluarga besar yang tidak

pernah berhenti mengingatkan, mensupport, dan mendoakan demi kelancaran studi penulis dengan semaksimal mungkin.

5. Teman-teman mahasiswa Prodi Psikologi Islam angkatan 2015 IAIN Kediri, khususnya untuk teman penulis yang bersedia membantu dalam mengarungi jalannya pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir.
6. Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri yang telah bersedia penuh dengan keikhlasan hatinya membantu demi kelancaran penelitian penulis.
7. Teman-teman PBP Family yang selalu memberikan dukungan serta doa dan semangat dalam menyelesaikan studi.
8. Adinda kekasih yang telah memberikan cinta dan kasih serta dukungan untuk terus berada disamping penulis dalam menyelesaikan studi.
9. Dan berbagai pihak yang tidak dapat disebut satu persatu yang telah memberikan dukungan moril untuk penulis bisa menyelesaikan studi.

Semoga amal kebaikan yang berbagai pihak tanamkan, bisa memberikan berkah serta manfaat. Jazaakumullah Khoiron Ahsanal Jaza'.

Kediri, 14 Februari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman persetujuan	ii
Nota Dinas.....	iii
Halaman Pengesahan.....	iv
Motto	v
Pernyataan Keaslian Tulisan	vi
Abstrak.....	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	x
Daftar Tabel.....	xii
Daftar Lampiran	xiii
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Telaah Pustaka	8
BAB II: LANDASAN TEORI.....	13
A. Kontrol Diri	13
1. Pengertian Kontrol Diri.....	13
2. Jenis-jenis Kontrol Diri	15
3. Aspek-aspek Kontrol Diri	16
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	18
B. Perilaku <i>Phubbing</i>	20
1. Definisi <i>Phubbing</i>	20
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Phubbing</i>	22

3. Aspek-aspek <i>Phubbing</i>	24
4. Karakteristik <i>Phubbing</i>	25
BAB III: METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Kehadiran Peneliti	28
C. Lokasi Penelitian	29
D. Sumber Data.....	29
E. Metode Pengumpulan Data.....	31
F. Analisis Data.....	33
G. Pengecekan Keabsahan Data.....	35
BAB IV: PAPARAN DATA DAN TEMUAN PENELITIAN	36
A. Profil Umum Prodi Psikologi Islam IAIN Kediri	36
B. Paparan Data.....	37
C. Temuan Penelitian	54
BAB V: PEMBAHASAN	58
A. Gambaran Kontrol Diri Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri Pada Perilaku <i>Phubbing</i>	58
B. Aspek Kontrol Diri Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri Terhadap Perilaku <i>Phubbing</i>	59
C. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri Mahasiswa Psikologi Islam IAIN Kediri Dalam Perilaku <i>Phubbing</i>	66
BAB VI: PENUTUP	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	73

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1: Profil Umum Prodi Psikologi Islam.....	36
Tabel 4.2: Identitas Subjek.....	37
Tabel 4.3: Aspek Kontrol Diri	54
Tabel 4.4: Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	56
Tabel 4.5: Skor Skala Phubbing.....	57