

---

**Hubungan Self-Regulated Learning Dengan  
Kecanduan Media Sosial Instagram Pada  
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama  
Jagakarsa**

---

<u>INFO PENULIS</u>	<u>INFO ARTIKEL</u>
Muhamad Rizky Andriansyah Universitas Tama Jagakarsa <a href="mailto:muhamadrizkyandriansyah1@gmail.com">muhamadrizkyandriansyah1@gmail.com</a>	ISSN: 2807-9558 Vol. 5, No. 1 April 2025 <a href="http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajup">http://jurnal.ardenjaya.com/index.php/ajup</a>

---

© 2025 Arden Jaya Publisher All rights reserved

***Saran Penulisan Referensi:***

Andriansyah, M. R. (2025). Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Kecanduan Media Sosial Instagram Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial*, 5(1), 17-22

---

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara selfregulated learning dengan kecanduan media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang dilakukan terhadap 109 subjek. Sampel diambil dengan metode sampling jenuh. Skala yang digunakan ada dua yaitu skala self regulated learning (Saraswati, 2018) dan skala kecanduan media sosial (Sahin, 2018) SMASSF. model likert dengan empat alternative jawaban. Data penelitian dianalisis dengan uji korelasi product moment pearson dengan program SPSS 25.0 for windows. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara self-regulated learning dan kecanduan media sosial instagram dengan nilai  $r = -0,731$  dan  $p = 0,000$ . Maka dari itu hipotesis penelitian yang diajukan oleh peneliti dalam penelitian ini dapat diterima.

**Kata kunci:** kecanduan media sosial, self regulated learning, Instagram

**Abstract**

This research aims to empirically determine the relationship between self-regulated learning and addiction to Instagram social media among students at the Faculty of Psychology, Tama Jagakarsa University. This study used a quantitative method which was conducted on 109 subjects. Samples were taken using the saturated sampling method. There are two scales used, namely the self-regulated learning scale (Saraswati, 2018) and the SMAS-SF social media addiction scale (Sahin, 2018). Likert model with four alternative answers. Research data was analyzed using the Pearson product moment correlation test with the SPSS 25.0 for Windows program. The research results show that there is a significant negative relationship between self-regulated learning and addiction to Instagram social media with a value of  $r = -0.731$  and  $p = 0.000$ . Therefore, the research hypothesis proposed by the researcher in this study can be accepted.

**Keywords:** Addiction to social media, selfregulated learning, Instagram

## A. Pendahuluan

Era globalisasi yang semakin modern telah membawa banyak perubahan, terutama dalam kehidupan masyarakat. Hal ini terlihat pada perkembangan internet dengan banyaknya media sosial. Media sosial memudahkan setiap orang untuk mengakses segala sesuatu dengan mudah dan cepat. Pengguna internet dan masyarakat umum tidak menyadari fakta bahwa media sosial dapat memengaruhi setiap aspek kehidupan seseorang di abad ke-21 dan masih mengenalinya sebagai alat komunikasi. Kecanduan media sosial adalah bagian dari kecanduan internet yang dapat menyebabkannya sebagai penggunaan internet yang berlebihan, terutama saat mengakses media sosial, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sosial, atau profesional seseorang (Putri, 2022).

Di era digital saat ini, internet memiliki hubungan yang sangat erat dengan kehidupan setiap hari Individu menggunakan Internet sebagai alat media dalam menciptakan dan mengkombinasikan berbagai kegiatan yang dapat dilakukan secara efektif dan efisien. Saat ini, menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet di Indonesia pada akhir tahun 2023 mencapai lebih dari 215,6 juta orang. Hal ini berarti Penetrasi internet di Indonesia meningkat 1,17 persen tahun ini 2 telah menggunakan internet. Penetrasi pengguna internet tersebut mengalami Peningkatan penetrasi ini masih didorong oleh penggunaan internet yang kian jadi kebutuhan masyarakat, khususnya semenjak pandemi Covid-19 pada 2020 dari populasi Indonesia 275,7 juta jiwa.

Menurut penelitian, penetrasi internet pria meningkat sebesar 79,32 persen dari total populasi pria pada 2022-2023. Menurut penelitian, penetrasi internet pria meningkat sebesar 79,32 persen dari total populasi pria pada 2022-2023. Kecanduan media sosial merajalela di kalangan mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa termasuk kelompok pengguna aktif media sosial Mahasiswa berada dalam transisi dari remaja akhir ke usia awal dan paruh baya Mengalami dinamika psikologis.

Bermain di media sosial dapat membuat siswa aktif Bersosialisasi, kembangkan identitas diri dan pengungkapan diri yang dapat diverifikasi media sosial (Rahardjo & Soetjningsih, 2022), Instagram adalah jejaring sosial yang lahir dari sebuah perusahaan bernama Burbn, yang berdiri pada tanggal 6 Oktober 2010 oleh Kevin Systrom dan Mike Krieger.

Kecanggihan teknologi saat ini memberikan kesan baru pada sosialitas kehidupan manusia Ini menjadi alat media sosial sederhana untuk seseorang (Winasty, 2021). Kecanduan internet adalah bagian dari kecanduan media sosial yang dapat menyebabkan penggunaan Internet yang berlebihan, dapat berarti mengganggu aktivitas sehari-hari, sosial, atau profesional seseorang (Arslan, 2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 240 mahasiswa menggunakan media sosial sebagian besar mahasiswa (72,1%) mengalami gejala kecanduan media sosial sedang, sebagian kecil mahasiswa (16,2%) mengalami gejala kecanduan media sosial tinggi, dan sebagian kecil mahasiswa (11,7%) mengalami gejala kecanduan media sosial rendah. Penelitian ini mengidentifikasi gejala-gejala kecanduan media sosial yang mungkin muncul pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Diantaranya yaitu media sosial mendominasi aktivitas mahasiswa salience, media sosial memodifikasi perasaan mahasiswa mood modification, toleransi terhadap penggunaan media sosial tolerance, merasa gelisah tanpa media sosial withdrawal symptom, terjadinya konflik akibat penggunaan media sosial conflict dan gagal dalam upaya untuk mengurangi penggunaan media sosial relapse (Hartinah et al., 2019). Fenomena kecanduan situs jejaring sosial dialami juga oleh mahasiswa di wilayah DKI Jakarta. Mengingat karena populasi remaja di DKI Jakarta mengalami kecanduan jejaring sosial lebih tinggi dibandingkan kota-kota lain di Asia (Tjepsukarsan et al., 2022). Berdasarkan hasil penelitian Saputra (2019) bahwa sebagian besar mahasiswa adalah pengguna aktif media sosial.

Media sosial telah menjadi bagian dari kehidupan mahasiswa sehari-hari. Mereka akan menggunakan media sosial pada waktu tertentu dan waktu penggunaan rata-rata 1-6 jam per hari. Berdasarkan survei Global Web Index (2018) juga mengungkapkan bahwa di kalangan usia 16-24 tahun, masyarakat Indonesia menggunakan akun media sosial lebih dari tiga jam sehari. Searah dengan hasil penelitian lain yang menegaskan hal tersebut bahwa Indonesia adalah negara ke-5 dengan rata-rata penggunaan media sosial tertinggi (3 jam 26 menit per orang) dan tingkat pertumbuhan media sosial tertinggi ke-3.

Dari observasi peneliti selama kurang lebih 3 minggu di bulan Mei 2023 di kampus Universitas Tama Jagakarsa Fakultas Psikologi Sebagian besar mahasiswa yang duduk berkelompok dengan temannya maupun sendiri biasanya sibuk dengan gadget atau ponselnya sendiri dan jarang berhubungan dengan temannya. Mahasiswa cenderung asik dengan

gadgetnya dan tidak memperhatikan teman yang sedang berbicara, Saat 3 mereka sedang di luar kelas, mereka lebih mementingkan gadget dan kurang memperhatikan sekelilingnya. Teman yang berbicara mendapat balasan tetapi masih melihat perangkatnya untuk menggunakan media sosial. Peneliti melakukan survey terhadap 60 responden mahasiswa Universitas Tama Jagakarsa Fakultas Psikologi dan secara aktif menggunakan media sosial Instagram, di dapatkan hasil bahwa 100 % mahasiswa Universitas Tama Jagakarsa Fakultas Psikologi memiliki media sosial Instagram. Mahasiswa fakultas Psikologi menggunakan Instagram dengan durasi > 5 jam per hari sebanyak 96,7 % dan 3,3 % menggunakan Instagram dengan durasi < 5 jam per hari. Dalam wawancara dengan Mahasiswa 5 orang dari fakultas psikologi mengatakan bahwa ketika ada waktu luang di kelas saat proses belajar mengajar berlangsung, mereka tetap memiliki waktu untuk membuka media sosial, membuat status bahkan bahkan berbelanja online. Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan. Media sosial dapat mempengaruhi penyelesaian tugas mahasiswa, serta dapat mengabaikan atau menunda tugas yang ada. Namun ada juga yang menggunakan media sosial dengan baik dan benar seperti menjadi informasi untuk mengerjakan tugas dan saling bertukar informasi melalui media sosial instagram. Menurut Young (2010) faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan media sosial. Yaitu Gender atau jenis kelamin, Kondisi psikologis, kondisi 4 sosial ekonomi, dan Tujuan dan waktu penggunaan internet.

Individu akan menjadi kecanduan media sosial, terutama karena waktu yang mereka habiskan sendiri dengan media sosial yang di akses. Hal ini berkorelasi dengan Self-regulated learning yaitu seperti hasil penelitian yang di lakukan oleh (Calista & Anganthi, 2021) bahwa terdapat hubungan antara regulasi diri dengan intensitas penggunaan media sosial instagram pada remaja. Menurut Zimmerman (1990) (dalam Putri, 2022) *Self Regulated Learning* bukan keterampilan akademik, tetapi kesempatan untuk secara mandiri mengontrol proses pembelajaran individu dengan merencanakan, menetapkan, dan mencapai tujuan. Selain itu, setiap individu diharapkan dapat menemukan strategi pembelajaran yang tepat yang memudahkan pembelajaran. Mahasiswa juga diharapkan dapat belajar lebih mandiri tanpa terlalu bergantung usulan pembelajaran dosen. Namun, fakta menunjukkan bahwa siswa memiliki masalah yang berbeda ketika datang ke keberhasilan dalam pendidikan mereka. Menurut Wolters (1998) Self-regulated learning adalah kemampuan untuk secara efektif mengelola pengalaman belajar seseorang dengan berbagai cara untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa mengenai self-regulated learning, menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih kesulitan menerapkan *selfregulated learning* dengan benar. Beberapa mahasiswa yang mampu mengatur Self-regulated learning dapat mengatur pembelajaran dan 5 aktifitas media sosial instagram dalam individu tersebut. Sedangkan mahasiswa yang kurang mampu mengatur Self-regulated learning, mereka cenderung melewatkan rencana dan berusaha keras untuk mengikuti pembelajaran kuliah. Mahasiswa cepat menyerah ketika tidak mampu menyelesaikan tugas, kesulitan belajar atau pasif dalam perkuliahan, sehingga tidak mencapai hasil yang maksimal dengan tujuan yang telah direncanakan. Seperti yang di katakan Chung (dalam Putri, 2022). Mahasiswa perlu Self-regulated learning yang baik untuk menghindari perilaku kecanduan di media sosial. Berdasarkan rangkaian permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana hubungan selfregulated learning dengan kecanduan media sosial instagram pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.

## B. Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, pendekatan kuantitatif dalam penelitian ini bersifat korelasional dengan tujuan penelitian korelasional bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana variasi pada suatu variabel berkaitan dengan variasi pada variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Data yang dikumpulkan menggunakan *google form*.

Penelitian ini mengumpulkan responden dengan menggunakan Sampel jenuh yaitu seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. jumlah yang berjumlah 109 orang, karakteristik-karakteristik dari sampel yang di teliti, yaitu Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa, memiliki akun Media sosial Instagram, mengakses media sosial instagram > 5 jam perhari. Skala merupakan alat ukur yang di gunakan untuk mengukur Self-regulated learning dari Saraswati (2018) dan Kecanduan media social dari Sahin (2018) SMAS-SF.

Sebelum mengumpulkan data peneliti telah melakukan uji coba skala diberikan kepada

responden sebanyak 30 mahasiswa Fakultas Psikologi aktif Universitas Tama Jagakarsa. Skala Selfregulated learning berjumlah 39 item dan telah dimodifikasi oleh peneliti dapat disimpulkan dari hasil analisis di uji daya beda item terdapat 30 dari 39 item yang dapat terpakai atau digunakan. Untuk skala Kecanduan media social dari Sahin (2018) SMAS-SF dapat disimpulkan dari hasil analisis di uji daya beda item terdapat 21 dari 29 item yang dapat terpakai atau digunakan.

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dianalisis menggunakan analisis deskriptif, normalitas, dan linearitas. Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas Product Moment dengan bantuan program SPSS 25 *for windows*.

### C. Hasil dan Pembahasan

#### Hasil

Dalam penelitian ini berjumlah 109 orang dengan kriteria Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa, Memiliki akun Media sosial Instagram Mengakses media sosial instagram > 5 jam perhari. subjek terbesar dalam penelitian ini adalah mahasisiwa yang berada di Semester 2 yaitu sebanyak 29,4 % dari jumlah keseluruhan yaitu 109 subjek. Selanjutnya mahasiswa yang berada di semster/18 yaitu sebanyak 28,4 %, mahasiswa yang berada di semester 4 yaitu sebanyak 22 %, dan mahasiswa yang berada di semester 6 yaitu sebanyak 20,2 %. Kemudian mahasiswa yang mempunyai jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 73,4 %, dan mahasiswa yang jenis kelamin laki – laki sebanyak 26,6 %. Lalu mahasiswa dengan waktu mengakses instagram > 5 jam /hari sebanyak 95,4 %, dari jumlah keseluruhan 109 subjek dan mahasiswa dengan waktu mengakses instagram < 5 jam /hari sebanyak 4,6 %. Dalam penelitian ini, peneliti akan memberikan gambaran perbandingan Selfregulated learning den Kecanduan media sosial yang dilihat dari mean, nila

Kemudian dari hasil analisis deskriptif setiap variabel menunjukkan bahwa Kecanduan media sosial pada mahasiswa psikologi di Universitas Tama Jagakarsa berada pada tingkat kategori Sedang memperoleh persentase sebesar 66.1% sedangkan untuk tingkat *Selfregulated learning* pada mahasiswa psikologi di Universitas Tama Jagakarsa berada pada tingkat kategori Sedang memperoleh persentase sebesar 64.2%.

Tabel 1. Kategorisasi skala Kecanduan media sosial

Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 41.5$	17	15.6%	Rendah
$42 \leq x \leq 65.5$	72	66.1%	Sedang
$66 \leq x$	20	18.3%	Tinggi

Tabel 2. Kategorisasi skala self-regulated learning

Interval	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
$x < 72.5$	20	18.3%	Rendah
$73 \leq x \leq 105.3$	70	64.2%	Sedang
$106 \leq x$	19	17.4%	Tinggi

Nilai uji normalitas pada variabel kecanduan media sosial memperoleh nilai signifikan two tailed yaitu  $0,158 > 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual variabel kecanduan media sosial berdistribusi normal dan variabel self-regulated learning memperoleh nilai exact signifikan yaitu  $0,200 > 0,05$  maka dapat disimpulkan juga bahwa nilai residual varibel self-regulated learning berdistribusi normal. Sedangkan uji linearitas kedua variabel sebesar  $0.495 > 0.05$ , maka terdapat hubungan yang linear antara variabel independent yaitu kecanduan media sosial dan variabel dependent yaitu self-regulated learning.

Tabel 3. Uji normalitas

Variabel	Sig.	Keterangan
kecanduan media sosial self-regulated learning	0,158 dan 0,200	Normal

Tabel 4. Uji linearitas

Variabel	Deviation from Linearity	Keterangan
kecanduan media sosial self-regulated learning	0,495	Linear

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan program SPSS 25.0 *for windows*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5. Uji hipotesis

Variabel	r	p	Keterangan
kecanduan media sosial self-regulated learning	-0,731	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel 5, hasil uji hipotesis maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara selfregulated learning dengan kecanduan media sosial instagram pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Hal ini menunjukkan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sehingga hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara self-regulated learning dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Hal tersebut menunjukan bahwa semakin tinggi self-regulated learning maka semakin rendah kecanduan media sosial instagram pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Sebaliknya, Semakin rendah self-regulated learning maka semakin tinggi kecanduan media sosial instagram pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa

### Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan media sosial (variabel X) dan *self-regulated learning* (variabel Y) pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Hasil analisis menggunakan Pearson correlation dengan bantuan SPSS 25.0 menunjukkan nilai koefisien korelasi  $r = -0.731$  dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), yang berarti terdapat hubungan negatif signifikan antara kedua variabel. Artinya, semakin tinggi *self-regulated learning*, semakin rendah tingkat kecanduan media sosial, dan sebaliknya. Dengan demikian, hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Putri (2022) yang juga menemukan hubungan negatif signifikan antara *self-regulated learning* dan kecanduan media sosial. Penelitian ini juga mendukung pandangan Young (2010) bahwa durasi dan tujuan penggunaan internet berpengaruh terhadap tingkat kecanduan, serta hasil studi Calista & Anganthi (2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara regulasi diri dan intensitas penggunaan Instagram pada remaja.

Penelitian dilakukan pada 109 mahasiswa, mayoritas perempuan (73,4%), semester 2 (29,4%), dan menggunakan Instagram lebih dari 5 jam per hari (95,45%). Sebagian besar responden memiliki tingkat *self-regulated learning* sedang (64,2%) dan kecanduan media sosial sedang (66,1%). Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kepribadian, strategi belajar, serta lingkungan. Selain itu, kebiasaan penggunaan media sosial meningkat pasca pandemi COVID-19 karena adanya pembatasan sosial, menjadikan Instagram sebagai sarana utama berkomunikasi dan menjaga hubungan sosial.

### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *self regulated learning* dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi. Ini berarti semakin tinggi *self regulated learning* maka semakin rendah kecanduan media sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi dan sebaliknya, semakin rendah *self regulated learning* maka semakin tinggi kecanduan media sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa. Artinya *self regulated learning* memiliki keterkaitan dengan kecanduan media sosial pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tama Jagakarsa.

### E. Referensi

Aisyah, S., & Alfita, L. (2017). Strategy Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area. *Jupii: Jurnal Pendidikan Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(2), 202-212.

- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the Arabic social media addiction scale. *Jour*
- Al-Menayes, J. (2015). Psychometric properties and validation of the Arabic social media addiction scale. *Journal of addiction*, 2015(1), 291743.
- Anggreani, N. (2018). Hubungan stres akademik dan self-regulated learning dengan kecanduan jejaring sosial. *Psikoborneo*, 6(2), 158-164.
- Arianto, D. A. N. (2011). *Pengenalan Komputer dan Internet Dasar*. Semarang: RaSAIL Media Group
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan sosial dan ketergantungan media sosial pada mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201-210.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Calista, A. B., & Anganthi, N. R. N. (2021). *Regulasi Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Pada Remaja* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Chou, C., & Hsiao, M. C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: the Taiwan college students' case. *Computers & Education*, 35(1), 65-80.
- Dewi, R. S., Lubis, M., & Wahidah, N. (2020). *Self regulated learning* pada mahasiswa dalam perkuliahan daring selama masa pandemi covid 19. *Prosiding Seminar Nasional Lppm Ump*, 217-220
- Effendi, R. M. S. (2017). Regulasi diri dalam belajar (self-regulated learning) pada remaja yang kecanduan game online. *Jurnal Psikoborneo*, 5(2), 187-191.
- Griffiths, M. (2000). Internet addiction-time to be taken seriously?. *Addiction research*, 8(5), 413-418.
- Handoyo, M. A. (2019). BAB II Tinjauan Pustaka BAB II TINJAUAN PUSTAKA 2.1. 1-64. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5- 24.
- Hartinah, S., Sriati, A., & Kosasih, C. E. (2019). Gambaran tingkat gejala kecanduan media sosial pada mahasiswa keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1), 123-133.
- <https://apjii.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-jutaorang/> / diakses pada 13 juni 2023 pukul 21
- <https://jagakarsa.ac.id/kategori-3-sejarah-singkat.html> diakses pada 29 agustus 2023 pukul 22:10
- <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-49630216> diakses pada 14 juni 2023 pukul 09:25
- Istri, D., & Asyanti, S. (2016). *Hubungan antara kontrol diri dan keterampilan sosial dengan kecanduan internet pada siswa SMK* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kırık, A., Arslan, A., Çetinkaya, A., & Gül, M. (2015). A quantitative research on the level of social media addiction among young people in Turkey. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(3), 108-122.
- Kırık, A., Arslan, A., Çetinkaya, A., & Gül, M. (2015). A quantitative research on the level of social media addiction among young people in Turkey. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(3), 108-122.
- Saifudin, A. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Young, K. S., & De Abreu, C. N. (Eds.). (2010). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self-regulated academic learning. *Journal of educational psychology*, 81(3), 329.