

Pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap Perilaku Seks Pranikah dengan *Self Control* Sebagai Variabel Mediasi pada Siswa SMA

Fatimah Triyani¹, Suryani Hardjo², Siti Aisyah³

^{1,2,3}Program Studi Magister Psikologi, Universitas Medan Area

*fatimahtriyani06@gmail.com*¹, *suryani@staff.uma.ac.id*², *sitiaisyah@staff.uma.ac.id*³

ABSTRACT

A person's attitude toward sexual behavior is closely related to their level of knowledge, so it is very important to know how teenagers feel about sexual behavior. Teenagers' attitudes toward premarital sex can be influenced by many things, including knowledge, culture, mass media, personal experiences, educational institutions, religious institutions, and individual emotions. This study aims to analyze the influence of smartphone addiction on premarital sex through self-control as a mediator. The sample used was 177 students with a purposive sampling technique. The data collection methods used were the smartphone addiction scale, the premarital sex behavior scale, and the self-control scale. The data analysis technique used in this study was Structural Equation Model (SEM). The results of this study indicate that there is a significant negative influence between smartphone addiction and self-control with a p-value of $0.001 < 0.05$ and a t-count of $3.340 > 1.96$ (Table 4.24). There is a significant negative influence between self-control and premarital sex behavior among high school students in Stabat District, based on a p-value of $0.000 < 0.05$ and a t-value of $14.309 > 1.96$. There is no significant direct effect between smartphone addiction and premarital sex behavior among high school students based on a p-value of $0.107 > 0.05$ and a t-value of $1.615 < 1.96$. Self-control plays a significant mediating role between smartphone addiction and premarital sex behavior among high school students, with a Sobel Test t-value of $3.59 > 1.96$ and a two-tailed p-value of $0.000 < 0.05$.

Keywords : *Smartphone Addiction, Self Control, Premarital Sexual Behavior, Students.*

ABSTRAK

Sikap seseorang tentang perilaku seks erat kaitannya dengan tingkat pengetahuan mereka, sehingga sangat penting untuk mengetahui bagaimana sikap remaja tentang perilaku seks. Sikap seksual pranikah remaja dapat dipengaruhi oleh banyak hal, selain dari faktor pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor kebudayaan, media masa, pengalaman pribadi, lembaga pendidikan, lembaga agama dan emosi dari dalam diri individu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh antara *smartphone addiction* terhadap seks pranikah melalui dan *self control* sebagai mediasi. Sampel yang digunakan adalah 177 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala *smartphone addiction*, skala perilaku seks pranikah, dan skala *self control*. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian adalah Structural Equation Model (SEM). Hasil penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap *self-control* dengan nilai p-value sebesar $0.001 < 0.05$ dan t-hitung sebesar $3,340 > 1,96$ (Tabel 4.24). Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *self-control* terhadap perilaku seks pranikah pada siswa SMA di Kecamatan Stabat dengan berdasarkan nilai p-value sebesar $0.000 < 0.05$ dan t-hitung sebesar $14,309 > 1,96$. Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap perilaku seks pranikah pada siswa SMA berdasarkan nilai p-value sebesar $0.107 > 0.05$ dan t-hitung sebesar $1,615 < 1,96$. *Self-control* berperan sebagai

mediator yang signifikan antara smartphone addiction dan perilaku seks pranikah pada siswa SMA dengan nilai t-hitung Sobel Test sebesar $3,59 > 1,96$ dan atau P-value Two-tailed sebesar $0,000 < 0,05$.

Kata kunci : Smartphone Addiction, Perilaku Seks Pranikah, Self Control, Siswa.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik, psikis, seksual, dan reproduksi seseorang, hal ini harus menjadi perhatian bagi remaja, orang tua, dan masyarakat untuk memastikan bahwa remaja dapat melewati masa ini dengan baik. Kesehatan reproduksi remaja adalah masalah yang tidak dapat diabaikan. Salah satu masalah kesehatan reproduksi yang dihadapi oleh remaja adalah kerentanan terhadap hubungan seksual di luar nikah, yang terkait erat dengan usia menikah dan melahirkan anak pertama, perempuan karena telah memasuki masa subur, sehingga ketika mereka menikah dan melakukan hubungan seksual, peluang terjadinya kehamilan sangat tinggi. Remaja sebagian besar dilaporkan aktif secara seksual diseluruh dunia, dan jumlah ini mungkin terus meningkat hingga akhir masa remaja (Sulistiyorini et al., 2023).

Seksual pranikah remaja adalah hubungan seksual yang dilakukan remaja sebelum menikah. Menurut definisi WHO, remaja adalah masa ketika seseorang berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai saat mencapai kematangan seksual. Pada masa ini, orang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi yang berbeda dari kanak-kanak menjadi dewasa, dan terjadi peralihan dari ketergantungan social ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Ramadhani & Arifin, 2019).

Berdasarkan data sensus penduduk tahun 2020, remaja berusia 8 hingga 23 tahun mendominasi jumlah penduduk Indonesia, dengan jumlah 27,94%. Hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) menunjukkan bahwa usia muda hampir seperempat dari total penduduk Indonesia, atau 23,86% pada tahun 2020. Besarnya jumlah penduduk usia muda akan berdampak pada masa depan Indonesia. Investasi masa depan yaitu, remaja harus berkualitas, sehat, dan berpartisipasi dalam pembangunan negara. Mereka tidak boleh menjadi remaja yang penuh dengan masalah (Sulistiyorini et al., 2023)

Pada tahun 2018 tercatat setidaknya 2 juta aktivitas pernikahan dini dan mengalami penurunan pada tahun 2020 menjadi 1.8 juta, meskipun demikian, Indonesia masih menduduki peringkat ke dua di ASEAN untuk kasus perkawinan anak. (Hilyasani et al., 2022). Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) yang dilakukan selama 5 tahun, sekitar 2% remaja wanita usia 15-24 tahun dan 8% remaja pria di usia yang sama mengaku telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah, dan 11% di antaranya mengalami kehamilan yang tidak diinginkan. Di antara wanita dan pria yang telah melakukan hubungan seksual

sebelum menikah, 59% dan 74% melaporkan mulai berhubungan seksual pertama kali pada usia 15-19 tahun (Kemenko PMK, 2021).

Masyarakat sangat membutuhkan pengetahuan dan sikap tentang penyakit menular seksual, terutama remaja. Pengetahuan ini dapat mempengaruhi sikap seseorang terhadap bagaimana mencegah penyakit menular seksual. Sikap seseorang tentang perilaku seks erat kaitannya dengan tingkat pengetahuan mereka, sehingga sangat penting untuk mengetahui bagaimana sikap remaja tentang perilaku seks (Abudi et al., 2020).

Sikap seksual pranikah remaja dapat dipengaruhi oleh banyak hal, selain dari faktor pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor kebudayaan, media masa, pengalaman pribadi, lembaga pendidikan, lembaga agama dan emosi dari dalam diri individu (Andriani et al., 2022).

Berkaitan dengan faktor media masa, penelitian yang dilakukan oleh Zakiah, L, dkk (2025) menemukan bahwa adanya hubungan signifikan antara penggunaan gadget dan perilaku seksual remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat meningkatkan risiko perilaku seksual di kalangan remaja. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu mencegah perilaku tersebut dengan pengawasan lebih ketat, pendidikan seks yang sesuai, dan peran orang tua serta sekolah dalam membimbing remaja menggunakan gadget dengan aman.

Kecanduan *smartphone* dapat memengaruhi perilaku seks pranikah melalui kemudahan akses terhadap konten pornografi dan eksploitasi, yang dapat membentuk persepsi seks yang tidak realistis dan meningkatkan perilaku seksual berisiko seperti *cybersex* dan aktivitas seksual *offline*. Peningkatan perilaku seksual berisiko; Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang intens dapat berkorelasi dengan perilaku seksual berisiko, termasuk *cybersex* dan aktivitas seks *offline* seperti masturbasi, hubungan badan, atau bercumbu. Kecanduan dapat melemahkan kontrol diri, membuat individu kesulitan menghentikan kebiasaan mengakses konten seksual atau terjerumus dalam aktivitas yang tidak sehat. Perubahan nilai sosial: Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengubah sikap dan nilai sosial, sehingga individu mungkin kurang peduli terhadap lingkungan dan norma sosial yang ada, yang dapat memengaruhi keputusan mereka dalam hal seksualitas. Ketidakmampuan membedakan konten: Kecanduan membuat seseorang kesulitan membedakan antara konten yang bermanfaat dan yang merugikan, termasuk konten seks, yang dapat membentuk pemahaman yang keliru tentang seksualitas.

Seks pranikah terjadi apabila remaja memiliki pergaulan yang bebas dengan teman sebayanya dan kurangnya menjaga perilaku, perilaku remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor *self control*/kontrol diri (Putri, Suyono & Tentama, 2019). *Self control* sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku yang dapat membawa individu kearah positif atau negatif (Ginting & Rustika, 2019). Remaja yang memiliki kontrol

diri yang baik akan mengambil keputusan dan melakukan tindakan yang telah dipertimbangkan sebelumnya agar mendapatkan konsekuensi yang positif dari lingkungan sekitarnya, kontrol diri sangat penting dalam mengelola perilaku agar perilaku yang dimunculkan dapat dikendalikan dengan baik (Putri, Suyono & Tentama, 2019).

Perilaku seksual pranikah remaja yang semakin tahun semakin meningkat yang dikarenakan oleh faktor biologis dari remaja dan perkembangan dari teknologi yang membuat remaja meniru perilaku seksual yang diaksesnya (Daratista & Chandra, 2020). Bentuk perilaku seksual pranikah di kalangan remaja bermacam-macam mulai dari perasaan tertarik dengan lawan jenis, berkencan, berciuman, saling memegang bagian sensitif sampai bersenggama (Istiqomah & Notobroto 2016, Daratista & Chandra, 2020). Seks pranikah terjadi apabila remaja memiliki pergaulan yang bebas dengan teman sebayanya dan kurangnya menjaga perilaku, perilaku remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor kontrol diri (Putri, Suyono & Tentama, 2019).

Kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan perilaku yang dapat membawa individu kearah positif atau negative (Ginting & Rustika, 2019). Remaja yang memiliki kontrol diri yang baik akan mengambil keputusan dan melakukan tindakan yang telah dipertimbangkan sebelumnya agar mendapatkan konsekuensi yang positif dari lingkungan sekitarnya, kontrol diri sangat penting dalam mengelola perilaku agar perilaku yang dimunculkan dapat dikendalikan dengan baik (Putri, Suyono & Tentama, 2019).

Secara umum *self control* dapat dianggap sebagai kapasitas diri untuk berubah dan beradaptasi agar dapat kecocokan optimal antara diri dan lingkungan hidupnya. Studi yang dilakukan oleh Jiang dan Zhao (2016) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *self control* yang rendah memiliki kecenderungan untuk menggunakan *smartphone* secara tidak wajar. Individu dengan *self control* yang rendah hanya akan memikirkan keinginan dirinya sendiri tanpa melihat situasi dan kondisi lingkungan sekitarnya, sehingga mendorong individu yang bersangkutan untuk menggunakan *smartphonenya* secara berlebihan. Disamping itu, individu dengan *self control* yang rendah memiliki harga diri yang rendah, gaya hidup yang tidak sehat serta kemampuan akademis dan hubungan interpersonal yang lebih buruk daripada mereka yang memiliki kontrol diri tinggi.

Papalia, Olds dan Feldman (2004) mengatakan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan perilakunya agar diterima oleh suatu lingkungan sosial masyarakat. Sejalan dengan Borba (2008) yang mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar mampu menahan keinginan dari dalam maupun luar agar seseorang dapat bertindak dengan benar.

Belakangan ini telah banyak pembahasan mengenai siswa terutama isu-isu atau perilaku menyimpang yang mereka lakukan khususnya pada siswa yang berada

di jenjang SMA, dimana siswa tersebut merupakan para remaja yang tidak hanya berada dalam fase belajar untuk matang secara akademik dan non akademik namun juga kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget (dalam Hurlock, 1980) bahwa secara psikologis, masa remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini. Menurut Santrock (2011) batasan rentang waktu usia remaja terbagi 3 yaitu terdiri dari masa remaja awal (berusia 12-15 tahun), masa remaja madya atau pertengahan (berusia 15-18 tahun), masa remaja akhir (berusia 18-21 tahun), sementara itu usia masa remaja pertengahan merupakan usia rata-rata remaja memasuki sekolah tingkat atas atau SMA.

Penyebab remaja melakukan perilaku seksual yang tidak sehat ialah kurangnya kemampuan dalam mengambil keputusan mengenai kehidupan seksual yang sehat atau tidak bisa bersikap asertif terhadap ajakan teman atau pacar serta yang terpenting ialah kurangnya kontrol diri atau *self control* Noor, 2016 (dalam Haryani, 2023). Faktor *self control* dapat memengaruhi perilaku seksual remaja. Pada masa remaja seharusnya sudah memiliki *self control* yang baik karena pengendalian diri pada masa remaja sangat penting untuk dimiliki. Goldfried & Merbaum (dalam Ghufroon & Risnawati, 2011) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan seperti yang diinginkan. Sedangkan menurut Averill (dalam Thalib, 2010) menyatakan bahwa kontrol diri terbagi menjadi tiga jenis, yaitu kemampuan mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, dan mengontrol keputusan. Lemahnya *self control* seseorang terhadap rangsangan-rangsangan di sekitar mendorong remaja untuk melakukan perilaku menyimpang yang dianggap sebagai perbuatan yang benar oleh remaja itu sendiri ataupun kelompok teman sebayanya. Maka dari itu, penting untuk membangun kesadaran remaja untuk mengontrol diri agar lebih mampu menahan diri untuk tidak melakukan perilaku seksual pranikah dan mampu memandang perilaku seksual pranikah sebagai aktivitas yang belum pantas untuk dilakukan (Ningsih & Susilawati, 2019).

Apabila individu memiliki kontrol diri yang tinggi, maka kecenderungan subjek melakukan perilaku seksual pranikah akan semakin rendah, begitupun sebaliknya. Hal tersebut dikarenakan kontrol diri berhubungan dengan kemampuan individu mengatur dorongan yang muncul, sehingga faktor kontrol diri memiliki

pengaruh yang besar terhadap perilaku seksual pranikah Qudsiya (2020). Hal ini sejalan dengan hasil kajian Ningsih & Susilawati (2019) dan kajian Sya'diyah & Duryati (2019) yang menyatakan bahwa *self control* dapat memengaruhi perilaku seksual pranikah pada remaja. Kemudian didukung oleh kajian (Maemunah, dkk 2020) menunjukkan bahwa *self control* mempengaruhi perilaku seksual remaja.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Pengaruh *Smartphone Addiction* Terhadap perilaku Seks Pranikah melalui *Self Control* sebagai Mediasi Pada Siswa SMA Kecamatan Stabat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional untuk menguji hubungan antara *smartphone addiction* (X) terhadap perilaku seks pranikah (Y) dengan *self-control* (M) sebagai variabel mediasi. Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Kecamatan Stabat dengan populasi sebanyak 1.112 siswa, dan sampel berjumlah 177 siswa yang ditentukan melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria memiliki *smartphone*, menggunakan lebih dari 4 jam per hari, serta memiliki atau pernah memiliki pacar. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang terdiri dari tiga skala, yaitu skala perilaku seks pranikah (18 aitem berdasarkan aspek *touching, hugging, kissing, necking, petting, dan sexual intercourse*), skala *smartphone addiction* (24 aitem berdasarkan aspek gangguan kehidupan sehari-hari, *withdrawal*, toleransi, orientasi hubungan dunia maya, dan penggunaan berlebihan), serta skala *self-control* (36 aitem meliputi aspek *self-discipline, deliberate/non-impulsive, healthy habits, work ethic, dan reliability*). Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner tertulis kepada responden. Analisis data menggunakan pendekatan *Structural Equation Modeling* (SEM) berbasis *Partial Least Square* (PLS) dengan bantuan perangkat lunak SmartPLS versi 2 untuk menguji model pengukuran (*measurement model*) dan model struktural (*structural model*), termasuk uji validitas, reliabilitas, serta pengujian hubungan kausal antar variabel laten.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Model Pengukuran Variable (*Measurement Model*) dengan teknik *Confirmatory Analysis Factor* (CFA)

Pengujian *Outer Model* (Model Pengukuran)

Convergent Validity

CFA Variabel *Smartphone Addiction*

Tabel 1. *Loading Factor CFA Smartphone Addiction Iterasi 2_Run PLS Algorithm*

	X1	X2	X3	X4	X5
SA1	0.909				
SA2	0.885				
SA3	0.889				
SA6	0.896				

SA10		0.837			
SA11		0.853			
SA12		0.810			
SA8		0.866			
SA9		0.787			
SA13			0.872		
SA14			0.832		
SA15			0.898		
SA16			0.883		
SA17				0.853	
SA18				0.886	
SA19				0.874	
SA20				0.901	
SA21					0.911
SA22					0.884
SA23					0.885
SA24					0.906

Berdasarkan output *Outer Loading* Tabel 1. sudah tidak temukan indikator atau instrument yang mempunyai nilai di bawah $< 0,7$. Sehingga pada tahap ini variabel *Smartphone Addiction* iterasi kedua, dikatakan model yang sudah baik/fit. Sehingga bisa dilanjutkan pada analisis selanjutnya.

CFA Variabel *Self-Control*

Tabel 2. Loading Factor CFA *Self-Control* Iterasi 2_ Run PLS Algorithm

	M1	M2	M3	M4	M5
SC1	0.735				
SC2	0.792				
SC3	0.807				
SC4	0.847				
SC5	0.856				
SC11		0.740			
SC12		0.759			
SC14		0.795			
SC15		0.740			
SC16		0.829			
SC17		0.805			
SC18		0.826			
SC19		0.846			
SC20			0.871		
SC21			0.859		

SC22			0.882		
SC23			0.902		
SC24			0.862		
SC25			0.846		
SC26				0.830	
SC27				0.843	
SC28				0.913	
SC29				0.896	
SC30				0.856	
SC31				0.797	
SC32					0.812
SC33					0.857
SC34					0.851
SC36					0.858

Berdasarkan output *Outer Loading* Tabel 2. sudah tidak temukan indikator atau instrument yang mempunyai nilai lebih kecil daripada $< 0,7$. Sehingga pada tahap ini variabel *Self-Control* iterasi kedua, dikatakan model yang sudah baik/fit. Sehingga bisa dilanjutkan pada analisis selanjutnya.

CFA Variabel *Perilaku Seks Pranikah*

Tabel 3. Loading Factor CFA Perilaku Seks Pranikah Iterasi 3_Run PLS Algorithm

	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6
PSP10			0.823			
PSP11			0.755			
PSP9			0.807			
PSP12				0.905		
PSP13				0.897		
PSP14					1.000	
PSP17						1.000
PSP2	0.849					
PSP3	0.862					
PSP5		0.868				
PSP6		0.858				
PSP7		0.814				

Berdasarkan output *Outer Loading* Tabel 3. sudah tidak temukan indikator atau instrument yang mempunyai nilai lebih kecil daripada $< 0,7$. Sehingga pada tahap ini variabel *Perilaku Seks Pranikah* iterasi kedua, dikatakan model yang sudah baik/fit. Sehingga bisa dilanjutkan pada analisis selanjutnya.

Discriminant Validity

CFA Variabel *Smartphone Addiction*

Tabel 4. Cross Loading *Smartphone Addiction*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	X1	X2	X3	X4	X5
SA1	0.909	0.049	-0.001	-0.013	0.027
SA2	0.885	-0.018	-0.076	-0.054	0.022
SA3	0.889	0.066	0.002	0.050	0.094
SA6	0.896	0.033	-0.027	-0.030	0.030
SA8	0.068	0.866	0.711	0.668	0.592
SA9	0.015	0.787	0.604	0.704	0.635
SA10	0.066	0.837	0.779	0.656	0.554
SA11	-0.002	0.853	0.778	0.760	0.653
SA12	0.020	0.810	0.734	0.678	0.591
SA13	-0.033	0.754	0.872	0.668	0.571
SA14	0.006	0.684	0.832	0.664	0.595
SA15	-0.040	0.805	0.898	0.732	0.657
SA16	-0.017	0.783	0.883	0.678	0.582
SA17	-0.042	0.843	0.789	0.853	0.716
SA18	0.044	0.688	0.672	0.886	0.851
SA19	0.031	0.670	0.644	0.874	0.805
SA20	-0.064	0.729	0.661	0.901	0.805
SA21	0.090	0.671	0.626	0.806	0.911
SA22	0.025	0.653	0.594	0.803	0.884
SA23	0.006	0.637	0.632	0.805	0.885
SA24	0.059	0.650	0.626	0.830	0.906

Dari hasil *cross loading* pada Tabel 4 menunjukkan bahwa nilai korelasi konstruk pada variabel *Smartphone Addiction* dengan indikatornya lebih besar daripada nilai korelasi dengan konstruk lainnya. Dengan demikian bahwa semua konstruk atau variabel laten *Smartphone Addiction* sudah memiliki *discriminant validity* yang baik, dimana indikator pada blok indikator konstruk tersebut lebih baik daripada indikator di blok lainnya.

CFA *Self-Control*

Tabel 5. Cross Loading *Self-Control*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	M1	M2	M3	M4	M5
SC1	0.735	0.728	0.165	0.151	0.235
SC24	0.737	0.202	0.862	0.768	0.721
SC2	0.792	0.703	0.180	0.178	0.212

SC17	0.846	0.805	0.180	0.197	0.215
SC19	0.856	0.846	0.174	0.184	0.239
SC29	0.781	0.247	0.763	0.896	0.695
SC31	0.736	0.303	0.682	0.797	0.758
SC5	0.856	0.846	0.174	0.184	0.239
SC11	0.597	0.740	0.228	0.211	0.304
SC12	0.615	0.759	0.237	0.277	0.330
SC4	0.847	0.799	0.224	0.245	0.278
SC20	0.244	0.887	0.871	0.711	0.760
SC21	0.194	0.855	0.859	0.747	0.717
SC25	0.170	0.704	0.846	0.764	0.687
SC32	0.236	0.795	0.666	0.656	0.812
SC33	0.245	0.804	0.640	0.686	0.857
SC34	0.218	0.785	0.656	0.697	0.851
SC22	0.206	0.259	0.882	0.761	0.768
SC26	0.205	0.253	0.790	0.830	0.704
SC27	0.178	0.230	0.758	0.843	0.710
SC14	0.654	0.795	0.724	0.280	0.286
SC3	0.807	0.718	0.126	0.134	0.140
SC16	0.835	0.829	0.267	0.777	0.315
SC23	0.183	0.230	0.902	0.796	0.773
SC28	0.176	0.242	0.759	0.913	0.713
SC15	0.741	0.740	0.172	0.161	0.744
SC18	0.843	0.826	0.251	0.274	0.897
SC30	0.177	0.248	0.716	0.856	0.801
SC36	0.239	0.309	0.877	0.768	0.858

Dari hasil *cross loading* pada Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai korelasi konstrak pada variabel *Self-Control* dengan indikatornya lebih besar daripada nilai korelasi dengan konstrak lainnya. Dengan demikian bahwa semua konstrak atau variabel laten *Self-Control* sudah memiliki *discriminant validity* yang baik, dimana indikator pada blok indikator konstrak tersebut lebih baik daripada indikator di blok lainnya.

CFA Perilaku Seks Pranikah

Tabel 6. Cross Loading Perilaku Seks Pranikah

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6
PSP2	0.849	0.608	0.776	0.546	0.469	-0.140
PSP3	0.862	0.586	0.783	0.586	0.540	-0.012
PSP5	0.646	0.868	0.727	0.870	0.528	0.062

PSP6	0.538	0.858	0.631	0.861	0.516	-0.019
PSP7	0.587	0.814	0.565	0.579	0.970	-0.054
PSP9	0.839	0.6200	0.807	0.561	0.477	-0.156
PSP10	0.862	0.640	0.823	0.563	0.521	-0.022
PSP11	0.462	0.551	0.755	0.610	0.285	0.051
PSP12	0.649	0.831	0.702	0.905	0.559	0.080
PSP13	0.542	0.821	0.605	0.897	0.547	-0.001
PSP14	0.591	0.778	0.540	0.614	1.000	-0.035
PSP17	-0.087	-0.001	-0.052	0.045	-0.035	1.000

Dari hasil *cross loading* pada Tabel 6 menunjukkan bahwa nilai korelasi konstrak pada variabel *Perilaku Seks Pranikah* dengan indikatornya lebih besar daripada nilai korelasi dengan konstrak lainnya. Dengan demikian bahwa semua konstrak atau variabel laten *Perilaku Seks Pranikah* sudah memiliki *discriminant validity* yang baik, dimana indikator pada blok indikator konstrak tersebut lebih baik daripada indikator di blok lainnya.

Uji Reliabilitas

Evaluasi *Average Variance Extracted (AVE)* dan *Composite Reliability*

CFA Variabel *Smartphone Addiction*

Tabel 7. *Composite Reliability Smartphone Addiction*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
Gangguan Kehidupan sehari-hari (X1)	0.941	0.800
<i>Withdrawl</i> (X2)	0.918	0.691
<i>Toleransi</i> (X3)	0.927	0.760
Mengorientasikan hubungan pada dunia maya (X4)	0.931	0.772
Berlebihan dalam menggunakan smartphome (X5)	0.943	0.804

Dari hasil output Smart-PLS pada Tabel 7 menunjukkan nilai *Composite Reliability* untuk semua aspek atau dimensi berada di atas nilai > 0,70. Dengan nilai *Average Variance Extracted (AVE)* untuk kedua dimensi berada di bawah nilai < 0,5. Dengan demikian bisa dinyatakan bahwa semua aspek atau dimensi variabel *Smartphone Addiction* memiliki reliabilitas yang baik sesuai dengan batas nilai minimum yang telah disyaratkan.

CFA Variabel *Self-Control*

Tabel 8. *Composite Reliability Self-Control*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
<i>Self-Discipline</i> (M1)	0.904	0.654
<i>Deliberate/Non-Impulse</i> (M2)	0.931	0.629
<i>Healthy Habits</i> (M3)	0.949	0.758
<i>Work Ethic</i> (M4)	0.943	0.734
<i>Reliability</i> (M5)	0.909	0.713

Dari hasil output Smart-PLS pada Tabel 8 menunjukkan nilai *Composite Reliability* semua dimensi berada di atas nilai > 0,70. Dengan nilai *Average Variance Extracted* (AVE) untuk kelima dimensi berada di bawah nilai < 0,5. Dengan demikian bisa dinyatakan bahwa kelima dimensi dari variabel *Self-Control* memiliki reliabilitas yang baik sesuai dengan batas nilai minimum yang telah disyaratkan.

CFA Variabel *Perilaku Seks Pranikah*

Tabel 9. Composite Reliability Perilaku Seks Pranikah

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
<i>Touching</i> (Y1)	0.846	0.732
<i>Hugging</i> (Y2)	0.884	0.718
<i>Kissing</i> (Y3)	0.838	0.633
<i>Necking</i> (Y4)	0.896	0.812
<i>Petting</i> (Y5)	1.000	1.000
<i>Sexual intercourse</i> (Y6)	1.000	1.000

Dari hasil output Smart-PLS pada Tabel 9 menunjukkan nilai *Composite Reliability* untuk keenam aspek atau dimensi variabel *Perilaku Seks Pranikah* berada di atas nilai 0,70. Sedangkan untuk nilai *Average Variance Extracted* (AVE) sudah berada di atas > 0,50. Dengan demikian, nilai yang dihasilkan tersebut, dapat dikategorikan semua dimensi pada variabel *Perilaku Seks Pranikah* memiliki reliabilitas yang baik sesuai dengan batas nilai minimum yang telah disyaratkan.

Analisis Variat (R^2) atau Uji Determinasi

CFA Variabel *Smartphone Addiction*

Tabel 10. Nilai R-square *Smartphone Addiction*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	R Square	R Square Adjusted
Gangguan Kehidupan sehari-hari (X1)	0.090	0.084
<i>Withdrawal</i> (X2)	0.796	0.795
<i>Toleransi</i> (X3)	0.720	0.718

Mengorientasikan hubungan pada dunia maya (X4)	0.812	0.811
Berlebihan dalam menggunakan smartphone (X5)	0.745	0.744

Berdasarkan tabel 10 nilai r-square menunjukkan dimensi “X1” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Smartphone Addiction* sebesar 0,090 (9%) dan sisanya sebesar 91% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kemudian dimensi “X2” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Smartphone Addiction* sebesar 0,796 (79,6%) dan sisanya sebesar 20,4% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kemudian dimensi “X3” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Smartphone Addiction* sebesar 0,720 (72%) dan sisanya sebesar 28% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Kemudian dimensi “X4” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Smartphone Addiction* sebesar 0,812 (81,2%) dan sisanya sebesar 18,8% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dan dimensi “X5” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Smartphone Addiction* sebesar 0,745 (74,5%) dan sisanya sebesar 25,5% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

CFA Variabel *Self-Control*

Tabel 11. Nilai R-square *Self-Control*

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	R Square	R Square Adjusted
<i>Self-Discipline</i> (M1)	0.320	0.317
<i>Deliberate/Non-Impulse</i> (M2)	0.416	0.413
<i>Healthy Habits</i> (M3)	0.762	0.761
<i>Work Ethic</i> (M4)	0.747	0.745
<i>Reliability</i> (M5)	0.761	0.760

Berdasarkan nilai r-square pada Tabel 10 menunjukkan bahwa dimensi “M1” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Self-Control* sebesar 0,320 (32%) dan sisanya sebesar 68% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “M2” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Self-Control* sebesar 0,416 (41,6%) dan sisanya sebesar 58,4% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “M3” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Self-Control* sebesar 0,762 (76,2%) dan sisanya sebesar 23,8% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “M4” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Self-Control* sebesar 0,747 (74,7%) dan sisanya sebesar 25,3% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “M5” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Self-Control* sebesar 0,761 (76,1%) dan sisanya sebesar 23,9% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

CFA Variabel *Perilaku Seks Pranikah*

Tabel 11. Nilai R-square Perilaku Seks Pranikah

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	R Square	R Square Adjusted
<i>Touching</i> (Y1)	0.638	0.636
<i>Hugging</i> (Y2)	0.805	0.804
<i>Kissing</i> (Y3)	0.755	0.754
<i>Necking</i> (Y4)	0.744	0.743
<i>Petting</i> (Y5)	0.474	0.471
<i>Sexual intercourse</i> (Y6)	0.031	0.025

Berdasarkan nilai r-square pada Tabel 11 menunjukkan bahwa dimensi “Y1” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,638 (63,8%) dan sisanya sebesar 36,2% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “Y2” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,805 (80,5%) dan sisanya sebesar 19,5% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “Y3” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,755 (75,5%) dan sisanya sebesar 24,5% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Pada dimensi “Y4” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,744 (74,4%) dan sisanya sebesar 25,6% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “Y5” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,474 (47,4%) dan sisanya sebesar 52,6% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dimensi “Y6” mampu menjelaskan variabilitas konstruk *Perilaku Seks Pranikah* sebesar 0,031 (3,1%) dan sisanya sebesar 96,9% dapat diterangkan oleh konstruk lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Analisis Model Fit

CFA Variabel *Smartphone Addiction*

Tabel 12. Modit Fit

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Saturated Model	Estimated Model
SRMR	0.053	0.12
d_ULS	0.699	3.649

Berdasarkan Tabel 12. model fit di atas, nilai sebesar SRMR 0,053 < 0,10, maka dengan satu kriteria SRMR sudah bisa dikatakan bahwa model CFA *Smartphone Addiction* telah memenuhi kriteria model fit.

CFA Variabel *Self-Control*

Tabel 13. Modit Fit

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Saturated Model	Estimated Model
SRMR	0.066	0.178
d_ULS	2.053	14.777

Berdasarkan Tabel 13. model fit di atas, nilai SRMR sebesar $0,06 < 0,10$, menunjukkan bahwa model CFA *Self-Control* telah memenuhi kriteria model fit.

CFA Variabel *Perilaku Seks Pranikah*

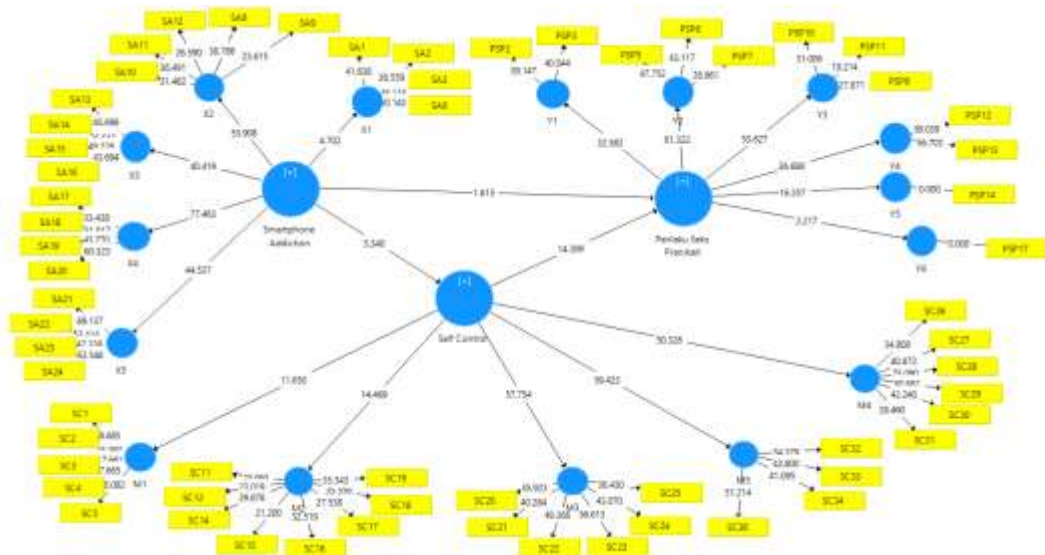
Tabel 14. Modit Fit

Sumber: Data Primer Diolah, 2026

	Saturated Model	Estimated Model
SRMR	0.011	0.135
d_ULS	1.111	1.646

Berdasarkan Tabel 14. model fit di atas, nilai SRMR sebesar $0,011 < 0,10$, menunjukkan bahwa model CFA *Perilaku Seks Pranikah* telah memenuhi kriteria model fit.

Pengujian Inner Model (Model Struktural) atau Uji Hipotesis



Gambar 1. Model Full Gabungan CFA fit (*Running PLS Bootstrapping*)

Tabel 15. Path Coefficient Full Model Gabungan

Sumber: Hasil Penelitian, 2026

	Original Sample	Sample Mean	Standard Deviation	T Statistics (O/STDEV)	P Values

	(O)	(M)	(STDEV)		
Self Control -> Perilaku Seks Pranikah	0.665	0.668	0.046	14.309	0.000
Smartphone Addiction -> Perilaku Seks Pranikah	-0.089	-0.091	0.055	1.615	0.107
Smartphone Addiction -> Self Control	0.254	0.261	0.076	3.340	0.001

Berdasarkan hasil uji struktural model yang terdapat pada tabel *Path Coefficient* di atas, dapat disimpulkan bahwa :

a. **Hipotesis 1:**

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa hipotesis pertama diterima. Dengan kalimat hipotesis “Ada pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap *Self-Control*”. Hasil tersebut berdasarkan nilai *p-value* sebesar $0.001 < 0.05$ dan *t-hitung* sebesar $3,340 > 1,96$ (Tabel 4.24). Dengan besarnya pengaruh sebesar 0,254 (25,4%).

b. **Hipotesis 2:**

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa hipotesis ke-dua diterima. Dengan kalimat hipotesis “Ada pengaruh *Self-Control* terhadap Perilaku Seks Pranikah”. Hasil tersebut berdasarkan nilai *p-value* sebesar $0.000 < 0.05$ dan *t-hitung* sebesar $14,309 > 1,96$ (Tabel 4.24). Dengan besarnya pengaruh sebesar 0,665 (66,5%).

c. **Hipotesis 3:**

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa hipotesis ke-tiga diterima. Dengan kalimat hipotesis “Tidak ada pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap Perilaku Seks Pranikah”. Hasil tersebut berdasarkan nilai *p-value* sebesar $0.107 > 0.05$ dan *t-hitung* sebesar $1,615 < 1,96$ (Tabel 4.24). Dengan besarnya pengaruh sebesar -0,089 (-8,9%).

d. **Hipotesis 4:**

Dalam pengujian ini digunakan analisis uji Sobel. Menurut Baron dan Kenny (1986) dalam Ghazali (2011) suatu variabel disebut intervening jika variabel tersebut ikut mempengaruhi hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Uji Sobel untuk menguji kekuatan dari pengaruh tidak langsung variabel independen (X) ke variabel dependen (Y2) melalui variabel intervening (Y1). Dengan cara perhitungan mengalikan pengaruh tidak langsung X ke Y2 melalui Y1 dengan cara mengalikan jalur X – Y1 (a) dengan jalur Y1 – Y2 (b) atau ab. Jadi koefisien $ab = (c-c')$ dimana c adalah pengaruh X terhadap Y2 tanpa menghubungkan Y1, sedangkan c' adalah koefisien pengaruh X terhadap Y2 setelah menghubungkan Y1.

Menurut Ghazali (2011) pengujian hipotesis dapat dilakukan dengan prosedur yang dikembangkan oleh Sobel (Sobel Test). Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa hipotesis ke-empat diterima. Dengan kalimat hipotesis “Ada

pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap Seks Pranikah melalui *Self-Control* sebagai Mediasi”. Hasil tersebut berdasarkan nilai t-hitung Sobel Test sebesar $3,59 > 1,96$ dan atau *P-value* Two-tailed sebesar $0,000 < 0,05$.

PEMBAHASAN

Pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap *Self-Control*

Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap *self-control*. Artinya, semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone* pada siswa SMA, semakin rendah tingkat *self-control* mereka. Temuan ini sejalan dengan teori *self-regulation* dan model *resource depletion* yang menyatakan bahwa *self-control* merupakan sumber daya terbatas yang dapat berkurang ketika digunakan secara berlebihan. Penggunaan *smartphone* yang kompulsif menguras sumber daya kognitif sehingga mengganggu fungsi eksekutif seperti perencanaan, pengambilan keputusan, dan pengendalian impuls.

Aspek *withdrawal* seperti perasaan cemas atau mudah marah saat tidak menggunakan *smartphone* turut memperlemah *self-control* karena individu cenderung kembali menggunakan *smartphone* sebagai mekanisme *coping*. Temuan ini didukung oleh Jiang dan Zhao (2016) yang menemukan hubungan negatif antara *self-control* dan penggunaan *smartphone* bermasalah, serta Lee et al. (2014) yang menyatakan *self-esteem* dan *self-control* sebagai prediktor signifikan *smartphone addiction*. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa rendahnya *self-control* berkaitan dengan tingginya kecanduan *smartphone* pada remaja.

Pengaruh *Self-Control* terhadap Perilaku Seks Pranikah

Penelitian ini menemukan bahwa *self-control* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap perilaku seks pranikah. Artinya, semakin tinggi *self-control*, semakin rendah kecenderungan siswa terlibat dalam perilaku seks pranikah. Individu dengan *self-control* tinggi mampu menunda gratifikasi, mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang, serta menahan impuls seksual.

Temuan ini didukung oleh penelitian Ningsih & Susilawati (2019), Sya'diyah & Duryati (2019), serta Maemunah et al. (2020) yang menunjukkan bahwa *self-control* secara signifikan memengaruhi perilaku seksual remaja. Hasil ini sejalan dengan teori *social control* yang menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri tinggi dan ikatan sosial kuat cenderung menghindari perilaku menyimpang. Dengan demikian, *self-control* terbukti menjadi faktor pelindung terhadap perilaku seks pranikah pada remaja.

Pengaruh *Smartphone Addiction* terhadap Perilaku Seks Pranikah

Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap perilaku seks pranikah. Meskipun *smartphone* dapat meningkatkan akses terhadap konten pornografi dan interaksi

online berisiko, faktor lain seperti norma sosial, nilai agama, dan pengaruh teman sebaya kemungkinan memiliki peran lebih besar.

Temuan ini berbeda dengan Zakiah dkk. (2025) yang menemukan hubungan signifikan antara penggunaan gadget dan perilaku seksual remaja. Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh perbedaan definisi operasional, metode penelitian, atau karakteristik sampel. Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara *smartphone addiction* dan perilaku seks pranikah bersifat kompleks dan tidak selalu langsung.

Pengaruh Smartphone Addiction terhadap Perilaku Seks Pranikah melalui Self-Control sebagai Mediasi

Penelitian ini menemukan bahwa *self-control* berperan sebagai mediator signifikan antara *smartphone addiction* dan perilaku seks pranikah. Artinya, *smartphone addiction* tidak secara langsung memengaruhi perilaku seks pranikah, tetapi melalui penurunan *self-control*. Temuan ini mendukung teori *self-regulation* dan model *resource depletion*, dimana penggunaan *smartphone* berlebihan menguras sumber daya kognitif dan emosional sehingga melemahkan kemampuan mengendalikan impuls seksual. Remaja dengan *smartphone addiction* cenderung mengalami penurunan kontrol diri, sehingga lebih sulit menolak tekanan sosial atau dorongan seksual.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Ningsih & Susilawati (2019), Sya'diyah & Duryati (2019), dan Maemunah et al. (2020) yang menegaskan peran *self-control* sebagai faktor pelindung terhadap perilaku seks berisiko, serta Jiang dan Zhao (2016) yang menemukan peran mediasi *self-control* dalam penggunaan *smartphone* bermasalah. Dengan demikian, temuan penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa *self-control* merupakan mekanisme psikologis kunci yang menjembatani hubungan antara *smartphone addiction* dan perilaku seks pranikah pada siswa SMA.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap *self-control* pada siswa SMA di Kecamatan Stabat. Artinya, semakin tinggi tingkat kecanduan *smartphone*, semakin rendah tingkat *self-control* mereka.
2. Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *self-control* terhadap perilaku seks pranikah pada siswa SMA di Kecamatan Stabat. Artinya, semakin tinggi tingkat *self-control*, semakin rendah kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku seks pranikah.
3. Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan antara *smartphone addiction* terhadap perilaku seks pranikah pada siswa SMA di Kecamatan

Stabat. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain mungkin lebih dominan dalam memengaruhi perilaku seks pranikah.

4. *Self-control* berperan sebagai mediator yang signifikan antara *smartphone addiction* dan perilaku seks pranikah pada siswa SMA di Kecamatan Stabat. Artinya, pengaruh *smartphone addiction* terhadap perilaku seks pranikah terjadi secara tidak langsung melalui penurunan *self-control*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditia, R. (2021). Fenomena phubbing: Suatu degradasi relasi sosial sebagai dampak media sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Andriani, W. S., Sriati, A., & Yamin, A. (2019). Gambaran kontrol diri penggunaan smartphone pada siswa sekolah menengah atas dan sederajat di Kecamatan Jatinangor. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 5(2), 101–117. <https://doi.org/10.33755/jkk.v5i2.143>
- Ashari, S. B. (2023). *Pengaruh kontrol diri dan intensitas penggunaan smartphone terhadap phubbing behavior pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Aziz, A., Syafitri, F. A., & Hasmayni, B. (2023). Pengaruh adiksi smartphone terhadap phubbing pada siswa SMK Negeri 9 Medan. *Jurnal Islamika Granada*, 3(2), 39–44.
- Azzahra, S. F. (2023). *Hubungan adiksi smartphone dengan phubbing behavior pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Hilal Sigli Kabupaten Pidie* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018a). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018b). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 88, 5–17.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155–163. <https://doi.org/10.1086/690940>
- Donanti, E., Mahmud, A., & Eryansjah, J. R. (2022). Hubungan smartphone addiction dengan jenis kelamin pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas

Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal

Volume 8 Nomor 5 (2026) 201 – 220 P-ISSN 2656-274x E-ISSN 2656-4691

DOI: 10.47476/reslaj.v8i5.11742

Yarsi angkatan 2020 dan tinjauannya menurut Islam. *Junior Medical Journal*, 1(4), 383–389.

Fadilah, A., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2022). Phubbing behavior pada remaja: Menguji peranan kontrol diri dan interaksi sosial. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(2), 150–159.

Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2016). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.

Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). Kontrol diri dan komunikasi interpersonal terhadap phubbing behavior. *Psikoborneo*, 9(3), 630–645.

Jiang, Z., & Zhao, X. (2016). Self-control and problematic mobile phone use in Chinese college students: The mediating role of mobile phone use patterns. *BMC Psychiatry*. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1131-z>