

Abstrak

Teknologi pada saat ini semakin hari semakin canggih, dengan adanya internet maka masyarakat dapat dengan mudah mengakses dimanapun dan kapanpun. Namun selain memperoleh dampak positif dari internet, adapun dampak negatif yaitu kecanduan internet (*internet addiction*). Karena itu perlu adanya faktor yang dapat mengurangi kecanduan internet, salah satunya yaitu kontrol diri (*self control*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self control* terhadap *internet addiction* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Pengguna Media Sosial *Tiktok*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 187 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung Pengguna Media Sosial *Tiktok*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh *self control* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa pengguna media sosial *Tiktok* sebesar 0,5%.

Kata Kunci : *Self Control, Internet Addiction, Tiktok*



Abstract

Technology at this time is increasingly sophisticated, with the internet, people can easily access anywhere and anytime. However, apart from getting the positive impact of the internet, the negative impact is internet addiction. Therefore, it is necessary to have factors that can reduce internet addiction, one of which is self-control. The purpose of this study was to determine the effect of self-control on internet addiction in students of the Psychology Faculty of UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Tiktok Social Media Users. This research is a quantitative research. The subjects in this study were 187 students of the Psychology Faculty of UIN Sunan Gunung Djati Bandung, Tiktok Social Media Users. The data analysis technique used is simple regression analysis. The results showed that the influence of self-control on internet addiction in students using social media Tiktok was 0.5%.

Keywords: *Self control, Internet Addiction, Tiktok*

