

**HUBUNGAN SELF - CONTROL DAN SUBJECTIVE WELL BEING
DENGAN INTERNET GAME ADDICTION PADA DEWASA AWAL DI
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk
Menyusun Skripsi dalam Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Ega Hesti Wulandari
11010121013

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "**Hubungan Self-control dan Subjective well being Dengan Internet Game Addiction Pada Dewasa Awal di Surabaya**" merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surabaya, 12 Juni 2025



Ega Hesti Wulandari

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

*Hubungan Self-control dan Subjective well being dengan Internet Game
Addiction Pada Dewasa Awal Di Surabaya*

Oleh:

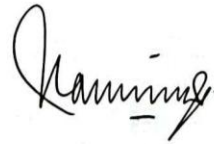
Ega Hesti Wulandari

11010121013

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 12 Juni 2024

Dosen Pembimbing



Drs. H. Hamim Rosyidi, M.Si.

NIP. 196208241987031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF - CONTROL* DAN *SUBJECTIVE WELL BEING* DENGAN *INTERNET GAME ADDICTION* PADA DEWASA AWAL DI SURABAYA

Yang disusun oleh
Ega Hesti Wulandari
11010121013



Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Tanggal 19 Juni 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Drs. Hamim Rosyidi, M.Si
NIP. 196208241987031002

Penguji II

Dr. Suryani, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Penguji III

Dr. Nailatin Fauziah, S.Psi, M.Si. M.Psi.Psi
NIP. 197406122007102006

Penguji IV

Esti Novi Andvarini, M. Kes
NIP. 198411172014032003

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Ega Hesti Wulandari
NIM : 11010121013
Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan Jurusan Psikologi
E-mail address : Hestiwulandari463@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

✓ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

.....
Hubungan Self - control dan Subjective Well Being

.....
Dengan Internet Game Addiction Pada Dewasa Awal Di Surabaya

.....
beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, Selasa 22 Juli 2025

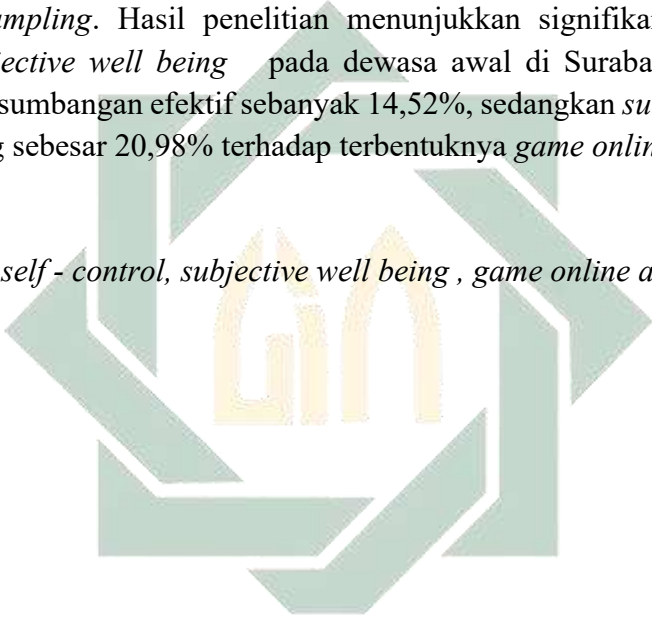
Penulis

()
Ega Hesti Wulandari

INTISARI

Game online addiction merupakan pemakaian *smartphone* serta komputer secara berlebihan serta menimbulkan permasalahan sosial seperti, terhambatnya aktivitas sehari-hari karena bermain *game online* secara berlebihan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self - control* dan *subjective well being* dengan *Internet Game Addiction* pada dewasa awal di Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan angket kuisioner yang disebarakan kepada 348 subjek penelitian dengan kriteria bermain *game online* dan bertempat tinggal di Surabaya. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan teknis analisis regresi berganda dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan signifikansi *self - control* maupun *subjective well being* pada dewasa awal di Surabaya. *Self – control* memberikan sumbangan efektif sebanyak 14,52%, sedangkan *subjective well being* menyumbang sebesar 20,98% terhadap terbentuknya *game online addiction*.

Kata kunci: *self - control, subjective well being , game online addiction*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Online game addiction is the excessive use of smartphones and computers and causes social problems such as, the disruption of daily activities due to excessive online game playing. The purpose of this study was to determine the relationship between self-control and subjective well-being with Internet Game Addiction in early adulthood in Surabaya. This study used a quantitative method with data collection using a questionnaire distributed to 348 research subjects with the criteria of playing online games and residing in Surabaya. The collected data were analyzed using multiple regression analysis techniques using purposive sampling techniques. The results of the study showed the significance of self-control and subjective well-being in early adulthood in Surabaya. Self-control provided an effective contribution of 14.52%, while subjective well-being contributed 20.98% to the formation of online game addiction.

Keywords: self - control, subjective well being , game online addiction



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
INTISARI.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II.....	14
KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. Kecanduan (<i>Addiction</i>).....	14
B. <i>Game online addiction</i>	16
C. <i>Self – Control</i>	22
D. <i>Subjective well being</i>	25
E. Hubungan <i>Self – control</i> , <i>Subjective well being</i> , dan <i>Game online addiction</i>	29
F. Kerangka Teoritis.....	30
G. Hipotesis.....	31
BAB III	32
METODE PENELITIAN.....	32
A. Identifikasi Variabel.....	32
B. Definisi operasional variabel penelitian.....	32

C. Definisi konseptual	33
D. Populasi, sampel, dan Teknik sampling.....	34
E. Rancangan Penelitian.....	35
F. Instrumen penelitian.....	36
G. Teknik analisis data.....	41
BAB IV	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
1. Hasil.....	50
2. Pembahasan	62
BAB V.....	70
PENUTUP.....	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint skala <i>game online addiction</i>	37
Tabel 3. 2 Blueprint Skala <i>self - control</i>	39
Tabel 3. 3 Blueprint <i>Subjective well being</i>	40
Tabel 3. 4 Validitas <i>Game online addiction</i>	42
Tabel 3. 5 Validitas <i>Self - control</i>	43
Tabel 3. 6 Validitas <i>Subjective well being</i>	44
Tabel 3. 7 Uji Reliabilitas	45
Tabel 3. 8 Uji Normalitas	46
Tabel 3. 9 Uji Multikolinearitas	47
Tabel 3. 10 Uji Heterokedasitas	48
Tabel 4. 1 Kategorisasi Usia	50
Tabel 4. 2 Kategorisasi Jenis Kelamin	51
Tabel 4. 3 Kategorisasi Domisili.....	51
Tabel 4. 4 Kategorisasi Tingkat Strata	52
Tabel 4. 5 Kategorisasi Jenis <i>Game online</i>	52
Tabel 4. 6 Statistik Deskriptif	52
Tabel 4. 7 Rumus hasil pengukuran	54
Tabel 4. 8 Kategorisasi <i>Self - control</i>	54
Tabel 4. 9 Kategorisasi <i>Subjective well being</i>	55
Tabel 4. 10 Kategorisasi <i>Game online addiction</i>	55
Tabel 4. 11 Tabulasi Silang Usia dengan <i>Game online addiction</i>	55
Tabel 4. 12 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan <i>Game online addiction</i>	56
Tabel 4. 13 Tabulasi Silang Usia dengan <i>Game online addiction</i>	56
Tabel 4. 14 Tabulasi Silang Tingkat Strata dengan <i>Game online addiction</i>	57
Tabel 4. 15 Tabulasi Silang Jenis <i>Game online Addiction</i>	57
Tabel 4. 16 Uji Reliabilitas	58
Tabel 4. 17 Uji Analisis Regresi	59
Tabel 4. 18 Uji T	60
Tabel 4. 19 Uji F	61
Tabel 4. 20 Uji koefisien Determinasi	61
Tabel 4. 21 Rumus Sumbangan Efektif (SE) Variabel	61
Tabel 4. 22 Sumbangan Efektif <i>Self - control</i> Dan <i>Subjective well being</i> Pada <i>Game online Addiction</i>	62

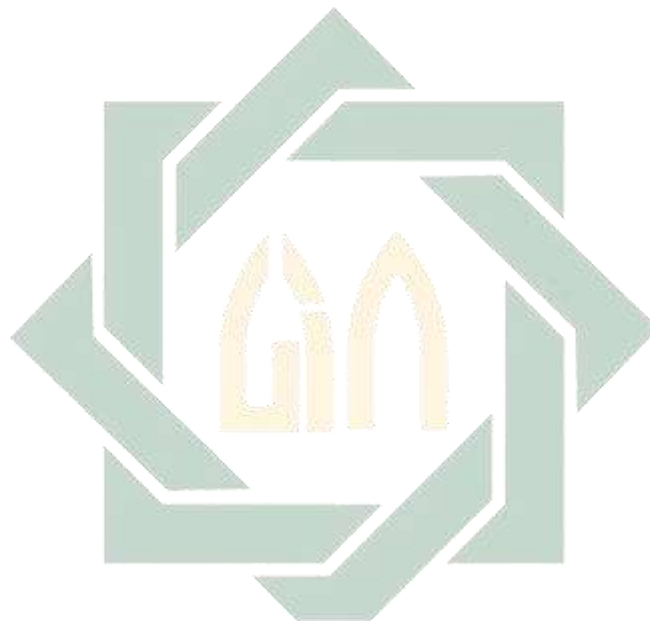
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teoritis.....	31
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Tabel Lampiran 1 Instrumen Penelitian	81
Tabel Lampiran 2 SPSS	86
Tabel Lampiran 3 Tabulasi Variabel.....	89



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, S., & Karneli, Y. (2020). Kecanduan Game Online: Penanganannya dalam Konseling Individual. *Guidance*, 17(02), 9–20. <https://doi.org/10.34005/guidance.v17i02.1166>
- Agustin, A. W., & Nirwana, H. (2021). *Hubungan kontrol diri dengan subjective well being remaja etnis Minangkabau*. 7(1), 59–65.
- Agustin, A., & Zuroida, A. (2022). Perilaku Memaafkan Dengan Subjective Well-Being Pada Wanita Bercerai. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(2), 118–129. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i2.6207>
- Aini, H. (2023). Hubungan Self-Constual dengan Subjective Well-Being Pada Siswa Prasejahtera. *Departemen Bimbingan Dan Konseling*, 7(3), 23524–23531.
- Al Amelia, S. D., Nainggolan, E. E., & Pratikto, H. (2022). Dukungan sosial dan subjective well-being pada mahasiswa rantau. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(1), 58–66.
- Amellia Hardanti, H., Nurhidayah, I., & Yuyun Rahayu, S. (2013). Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Onlinepada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, v1(n3), 166–175. <https://doi.org/10.24198/jkp.v1n3.5>
- Apidana, Y. H., & Kholifah, K. (2023). Pengaruh Anteseden Kecanduan Online Mobile Game Terhadap Niat Melakukan Pembelian Item Virtual Pada Mahasiswa. *Journal of Digital Business and Management*, 2(1), 20–32. <https://doi.org/10.32639/jdbm.v2i1.265>
- Aprilia, N., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2023). Kecenderungan adiksi judi online pada penjudi online: Bagaimana peran self-control? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 888–895.
- Asri, A. R., Saman, A., & Umar, N. F. (2022). kecanduan Game Online Siswa dan Penanganannya Pada Era Pandemi: Studi Kasus Siswa Sekolah. *Pinisi Journal of Art, Humanity & Social Studies*, 2(6), 190–200.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azzasyofia, M. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Persepsi Remaja Terhadap Kekerasan. *Praktik Pekerjaan Sosial Dengan ...*, 47–60. <https://prosiding.poltekesos.ac.id/index.php/ppskk/article/view/7>
- 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>
- Bps, S. (2023). *Badan Pusat Statistik Kota Surabaya*. <https://surabayakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjM2IzI%253D/jumlah->

penduduk-surabaya-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur.html

- Deriyanto, D., Qorib, F., Komunikasi, J. I., Tribhuwana, U., & Malang, T. (2018). Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang Terhadap Penggunaan Aplikasi Tik Tok. *Jisip*, 7(2), 77. www.publikasi.unitri.ac.id
- Dewi, A. V., Arswimba, B. A., Affandi, A. J., Depok, K., & Yogyakarta, D. I. (2024). *Perbedaan Tingkat Self Control pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Pengguna Media Sosial X (Twitter) ditinjau dari Jenis Kelamin Universitas Sanata Dharma , Indonesia pribadi . Akan tetapi , seringkali mereka mengabaikan bah. 4.*
- Dian, C., Sari, R., Soetjiningsih, C. H., Psikologi, F., Kristen, U., & Wacana, S. (2020). *SUBJECTIVE WELL-BEING DAN PERILAKU KECANDUAN ONLINE PADA MAHASISWA*. 330, 84–98.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. won, Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97(2), 143–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>
- Dr. Imam Machali, M. P. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Dwizar, M. F., & Fauziah Nasution. (2024). 302 Peranan Bimbingan dan Konseling Dengan Teknik. 9(1), 302–311. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v9i1.6507>
- Eastin, M. S. (2023). Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 5(3), 225–253. https://doi.org/10.1207/S1532785XMEP0503_01
- Ezra Addo Setiawan. (2023). Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siswa. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 84–91. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v2i1.935>
- Fajar, M., Masyhuri, M., & Muda, Y. (2024). Kecanduan Game Online pada Remaja. *Journal of Education Research*, 5(3), 3995–4001. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i3.1273>
- Fajri, C., Amelya, A., & Suworo, S. (2022). Pengaruh Kepuasan Kerja dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT. Indonesia Applicad. *JIIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(1), 369–373. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i1.425>
- Ghozali. (2018). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 (9th ed.). *Universitas Diponegoro*.
- Gunawan. (2020). *Mahir Menguasai SPSS . Panduan Praktis Mengolah Data Penelitian*.
- Gunawan, D. (2018). Penerapan Konseling Behavioral Teknik Modelling Untuk Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Anak Usia 10 Tahun. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 5(2), 105. <https://doi.org/10.24042/kons.v5i2.3307>

- Hatimah, N. A. (2023). Pemberian Edukasi Tentang Adiksi Dalam Perspektif Psikologi Melalui Kegiatan Webinar How To Deal With Addiction? *Jurnal Kebajikan Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Vol: 01, N, 9–13.
- Ingkiriwang, O., Kawengian, & Pasoreh, Y. (2021). Analisis Tentang Kecanduan Game Online Pubg Mobile Pada Remaja Di Desa Tounalet Kecamatan Kakas. *Acta Diruna Komunikasi*, 3(2), 1689–1699.
- Irawan, S., & Siska W., Di. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 7(1), 9–19.
- Istiqomah, R. (2020). Approachment and Management Game Addiction. *Journal of Psychiatry Psychology and Behavioral Research*, 1, 10–14.
- Iswati, I. (2019). Karakteristik Ideal Sikap Religiusitas Pada Masa Dewasa. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(01), 58–71. <https://doi.org/10.24127/att.v2i01.859>
- Kartiningrum, E. D., Basuki, H., Bambang, N., Otok, W., Nurul, E., & Yuswatiningsih, K. E. (2022). Aplikasi Regresi Dan Korelasi Dalam Analis Data Hasil Penelitian. In *E-Book Penerbit STIKes Majapahit*. <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/view/807>
- Kim, E. J., Namkoong, K., Ku, T., & Kim, S. J. (2021). The relationship between online game addiction and aggression, self-control and narcissistic personality traits. *European Psychiatry*, 23(3), 212–218. <https://doi.org/10.1016/j.eurpsy.2007.10.010>
- Khasanah, R. U. (2023). Kontrol Diri dan Kecanduan Game Online, serta Hubungannya dengan Perilaku Agresif. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 9(1), 112–128. <https://doi.org/10.24176/jkg.v9i1.8344>
- Kurnada, N., & Iskandar, R. (2021). Analisis Tingkat Kecanduan Bermain Game Online terhadap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5660–5670. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1738>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *Journal of Behavioral Addictions*, 1(1), 3–22. <https://doi.org/10.1556/JBA.1.2012.1.1>
- Kustiyani, R. (2021). Adiksi Game Online Mobile Legend Pada Anak. *Jurnal Psikologi Terapan (JPT)*, 2(1), 24. <https://doi.org/10.29103/jpt.v2i1.3627>
- Kowal, M., Toth, A. J., Exton, C., & Campbell, M. J. (2021). Video game addiction and mental well-being: A large cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1823. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041823>
- Layli Mumbaasithoh, Fiya Ma'arifa Ulya, & Kukuh Basuki Rahmat. (2021). Kontrol Diri dan Kecanduan Gadget pada Siswa Remaja. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(1), 33–42. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i1.507>

- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2016). *Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents Development and Validation of a Game*. 3269(October). <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Linus, K. S. J., & Hutaso, H. B. K. (2023). Penyembuhan dan Pencegahan pada Kecanduan Narkoba dan Zat Adiktif: Sebuah Tinjauan Pustaka. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(2), 494–502. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9273>
- Li, A. Y. L., Chau, C., & Cheng, C. (2022). Developmental trajectory and longitudinal prediction of problematic online gaming among adolescents: A 4-year longitudinal study. *Computers in Human Behavior*, 135, 107374. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107374>
- Ma'ruf, M. G. (2019). Hubungan Konsep Diri dan Self Control dengan Kebermaknaan Hidup. *Indonesian Psychological Research*, 1(1), 11–24. <https://doi.org/10.29080/ipr.v1i1.166>
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i2.32318>
- Masjkur, M. (2018). Peran Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Membangun Self Control Remaja Di Sekolah. *At-Tuhfah*, 7(1), 19–36. <https://doi.org/10.36840/jurnalstudikeislaman.v7i1.114>
- Matur, Y. P., Simon, M. G., & Ndorang, T. A. (2021). The relations between the ego and the unconscious. *The Jung Reader*, 6(10), 98–139. <https://doi.org/10.4324/9780203721049-12>
- Marengo, D., Montag, C., & Settanni, M. (2023). Digital media use and mental health in adolescence: Recent findings and future directions. *Current Opinion in Psychology*, 50, 101674. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2023.101674>
- Mubarak, F. H. (2021). Acta Psychologia Hubungan antara Kecanduan Game Online dengan Pembelian Impulsif Perangkat Game pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 3(1), 69–80. <http://journal.uny.ac.id/index.php/acta-psychologia>
- Muhid. (2019). *Analisis Statistik*. Sidoarjo: Zifatama.
- Nielsen, K. S., Gwozdz, W., & De Ridder, D. (2019). Unraveling the relationship between trait self-control and subjective well-being: The mediating role of four self-control strategies. *Frontiers in Psychology*, 10(MAR), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00706>
- Ningtyas, L. K. S., Tentama, F., & Situmorang, N. Z. (2018). Gambaran Subjective Well-Being Pada Perempuan Lanjut Usia. *The 8 Th University Research*

Colloquium 2018 Universitas Muhammadiyah Purwokerto, 126–129.

Nourmayansa Vidya Anggraini, D. R. (2022). Perilaku Bermain Game Online Terhadap Insomnia Pada Remaja Di Bogor. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1), 269–275.

Novi, W., Dewi, A., & Ivet, U. (2024). *SELF-CONTROL PADA SISWA DENGAN KECANDUAN INTERNET : A LITERATURE REVIEW*. 10, 274–295.

Pratama, R. A., Widiyanti, E., & Hendrawati, H. (2020). Tingkat Kecanduan Game Online pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Journal of Nursing Care*, 3(2). <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i2.22850>

Pratita, H. S., & Herdiana, I. (2022). Hubungan antara Asertivitas dengan Kekerasan dalam Pacaran pada Wanita Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 582–589. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34579>

Prof. Dr. Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D. In *Alfabeta, CV* (Issue April).

Purwaningtyas, F. D., & Mardiyanti, R. (2021). Hubungan Subjective Well Being dengan Bermain Game Online pada Setiap Individu. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian*, 3, 250–258.

Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>

Sari, N. N., & Irmayanti, N. (2021). Hubungan Self Control Terhadap Perilaku Konsumtif Belanja Online Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 2(2), 32–41. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v2i2.73>

Saufi, M., Nur Budiono, A., & Mutakin, F. (2022). Self Regulated dengan Resiliensi Akademik Mahasiswa. *Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 67–75. <https://doi.org/10.56013/jcbkp.v5i1.1244>

Savitri, W. C., & Listiyandini, R. A. (2017). *Mindfulness dan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja*. October. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1323>

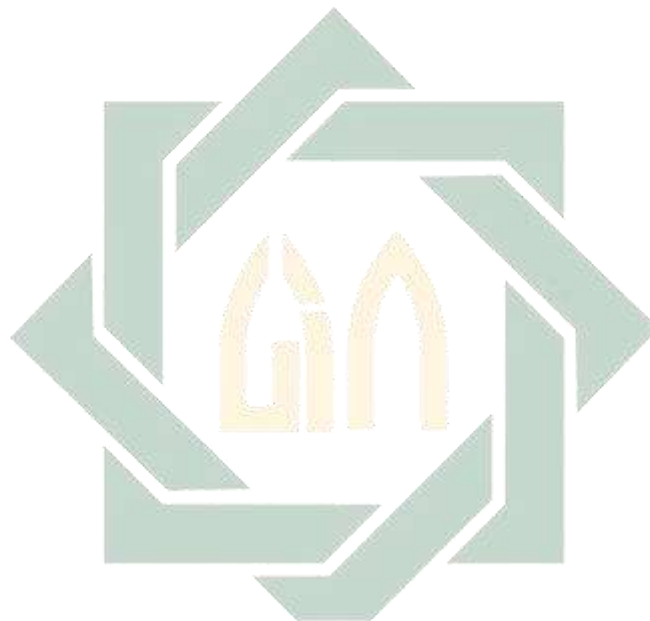
Sihombing, H. P., & Cutmetia, C. (2024). Analisis subjective well-being pada pasangan yang menikah pada usia dini. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 10(1), 670–680. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/4419>

Surbakti, T. P. D., Rafiyah, I., & Setiawan, S. (2023). Level of Online Game Addiction on Adolescents. *Journal of Nursing Care*, 5(3). <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i3.39044>

Suri, S. I., Damaiyanti, S., & Gita, L. P. (2022). Hubungan Self Control Dengan Kenakalan Remaja (Juvenile Delinquency) Di Smk Pembina Bangsa Kota

- Bukittinggi. *Jurnal Ilmu Kesehatan 'Afiyah*, 9(1), 54–61.
<http://ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/209/273>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Trisnani, R. P. (2018). *PERAN KONSELOR SEBAYA UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN GAME ONLINE PADA ANAK*. 2(2), 71–80.
- Ulayya, S., & Mujiasih, E. (2020). Hubungan Antara Self Control Dengan Perilaku Konsumtif Pengguna E-Money Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 9(4), 271–279.
<https://doi.org/10.14710/empati.2020.28950>
- Ulya, L., Sucipto, S., & Fathurohman, I. (2021). Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1112–1119. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1347>
- Utomo, M. P., Arifai, & Nugroho, R. A. (2023). Pengaruh Latihan Diamond Passing terhadap Ketepatan Passing Futsal SMAN 13 Bandar Lampung. *JouPE: Journal of Physical Education*, 4(2), 8–16.
<http://jim.teknokrat.ac.id/index.php/pendidikanolahraga/index>
- Weinstein, A. M., & Ph, D. (2010). *Computer and Video Game Addiction — A Comparison between Game Users and Non-Game Users*. 4, 268–276.
<https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491879>
- Wibowo, W. A. C., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan Self-control dengan Online Gaming Addiction pada Mahasiswa di Surabaya. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 78–86.
<https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24593>
- Widiningsih Yuli, F. R. A. (n.d.). *Psikologi Adiktif update.pdf*.
- Widiyani, K. R., Amelia, F., & Chairani, A. (2021). Hubungan Adiksi Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Di Smp Teratai Putih Global Bekasi Tahun 2020. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 5(1), 95. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v5i1.8277>
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology and Behavior*, 9(6), 772–775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402–415.
<https://doi.org/10.1177/0002764204270278>
- Zerlina Fatin Lutfiyah, & Dinda Dwarawati. (2023). Pengaruh Resilience at Work terhadap Subjective Well-Being pada Perawat Rumah Sakit Jiwa. *Jurnal Riset Psikologi*, 39–46. <https://doi.org/10.29313/jrp.v3i1.1982>

- Zhao, G., Xie, F., Luo, Y., Liu, Y., Chong, Y., & Zhang, Q. (2022). *Effects of Self-Control on Subjective Well-Being : Examining the Moderating Role of Trait and State Motivation*. 12(January), 1–14.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.774148>
- Zhou, R., Morita, N., Zhu, C., Ogai, Y., Saito, T., Yang, W., ... & Zhang, H. (2024). The relationship between self-control and internet gaming disorder and problematic social networking site use: the mediation effects of internet use motives. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1369973.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A