

***PROBLEMATIC SMARTPHONE USE* DAN REGULASI DIRI
TERHADAP KETERLIBATAN BELAJAR PADA
MAHASISWA**

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana dalam Bidang
Psikologi



Oleh

NURHAENI

41183507220040

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS ISLAM 45
BEKASI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : *Problematic Smartphone Use* dan Regulasi Diri terhadap Keterlibatan Belajar pada Mahasiswa

Penyusun : Nurhaeni

NPM : 41183507220040

Bekasi, 06 Juli 2026

Menyetujui

Pembimbing,



Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Mengetahui:

Ketua Program Studi,




Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

HALAMAN PENGESAHAN

Problematic Smartphone Use dan Regulasi Diri terhadap Keterlibatan Belajar
pada Mahasiswa

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nurhaeni

41183507220040



Telah diujikan di hadapan Dewan Penguji

pada tanggal: 06 Juli 2026

dan telah dinyatakan Lulus/disahkan

di Universitas Islam 45 Bekasi

Pada tanggal: 06 Juli 2026

Dewan Penguji:

Ketua : Novita Dian Iva Prestiana, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

Sekretaris : Ratna Duhita Pramintari, S.K.M., M.Si.

()

Anggota : 1. Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si.

()

2. Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

()

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurhaeni

NPM : 41183507220040

Judul Skripsi : *Problematic Smartphone Use dan Regulasi Diri terhadap Keterlibatan Belajar pada Mahasiswa*



Menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Islam 45 Bekasi maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, yang dibimbing oleh Dosen Pembimbing Skripsi yang ditentukan atau dosen lain yang kompeten.
3. Karya tulis ini terbebas dari:
 - a. *Fabikasi*, yaitu membuat data dari yang tidak ada menjadi seolah olah ada (pemalsuan hasil penelitian) yaitu mengarang, mencatat dan mengumumkan hasil penelitian tanpa pembuktian telah melakukan proses penelitian;
 - b. *Falsifikasi*, yaitu pengubahan data dengan maksud agar sesuai yang dikehendaki (pemalsuan data penelitian) yaitu memanipulasi bahan penelitian, peralatan atau proses, mengubah atau tidak mencantumkan data atau hasil sedemikian rupa, sehingga penelitian itu tidak disajikan secara akurat dalam catatan penelitian;
 - c. *Plagiarisme*, yaitu pencurian gagasan, pemikiran, proses, objek dan hasil penelitian, baik dalam bentuk data atau kata-kata termasuk bahan yang diperoleh melalui penelitian terbatas (bersifat rahasia), usulan rencana penelitian dan atau naskah orang lain tanpa menyatakan penghargaan.
4. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 06 Juli 2026
Yang Membuat Pernyataan


Nurhaeni
41183507220040

CURRICULUM VITA

Nama : Nurhaeni
Tempat tanggal lahir penulis : Bekasi, 19 September 2003
Alamat dan nomor telpon : Pekayon Jaya RT03/26 NO.85, kel.Pekayon
Jaya, kec.Bekasi Selatan, Kota Bekasi.
089608421977
Nama orang tua Ayah : Miun
Ibu : Sursiyah

Riwayat Pendidikan

No.	Instansi	Tahun
1.	SDN Pekayon Jaya 2 Bekasi	2009-2015
2.	SMPN 29 Bekasi	2015-2018
3.	SMAN 8 Bekasi	2018-2021
4.	Universitas Islam 45 Bekasi	2022-2026

Riwayat atau pengalaman pekerjaan/magang/*freelance*

1. PT. Primafood International 2022
2. Volunteer Soundsfest 2023

HALAMAN MOTTO

“dan dihariku yang paling gelap, semoga aku akan mengingat, bahwa ini sementara dan akan segera pergi dengan cepat”

(Timur – The Adams)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Allah SWT atas Rahmat, Karunia, dan Ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Problematic Smartphone Use* dan Regulasi Diri terhadap Keterlibatan Belajar pada Mahasiswa”. Laporan ini disusun sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Strata 1 pada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik di Universitas Muhammadiyah Indonesia (UNISMA Bekasi).

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Agustina Ekasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, serta bimbingan selama proses penyusunan skripsi.
2. Tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam skripsi ini.
3. Ibu Dr. Siti Nurhidayah, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing Akademik Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik.
4. Ibu Novita Dian Iva P, S.Psi., M.Psi, selaku Ketua Prodi Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik.
5. Bapak Drs. Yanto Suprianto, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Indonesia (UNISMA Bekasi).
6. Seluruh teman-teman mahasiswa Universitas Muhammadiyah Indonesia (UNISMA Bekasi) yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Ayah dan ibu yang selalu memberikan dukungan, doa, dan perhatian, sehingga peneliti bisa sampai dititik ini.
8. Pesudap yang sudah kebersamai dari awal perkuliahan hingga akhir perkuliahan.

9. Teman-teman yang senantiasa mendukung dan memberikan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
11. Kepada diri penulis sendiri terima kasih sudah mau memperjuangkan dan tidak menyerah untuk meraih gelar S.Psi.

Bekasi, 28 Juni 2026

Penulis

Nurhaeni

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	12
1. Manfaat Teoritis.....	12
2. Manfaat Praktis.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Kajian Pustaka	13
1. Keterlibatan Belajar	13
2. <i>Problematic Smartphone Use</i>	16
3. Regulasi Diri.....	20
4. Mahasiswa.....	23
B. Kerangka Berpikir.....	25
C. Hipotesis.....	28
D. Orisinalitas dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Desain Penelitian	35
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	36
1. Identifikasi Variabel.....	36
2. Definisi Konseptual	36
3. Definisi Operasional	37
C. Subjek, Tempat & Waktu Penelitian	38

1. Subjek Penelitian	38
2. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	39
3. Tempat dan Waktu Penelitian	42
D. Teknik Pengumpulan Data	42
1. Wawancara	43
2. Skala Psikologi	43
E. Teknik Analisis Data	62
F. Etika Penelitian	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN DISKUSI	69
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	69
B. Deskripsi Demografis Subjek Penelitian	70
C. Deskripsi Variabel Penelitian	73
D. Hasil Penelitian	75
E. Diskusi	77
F. Keterbatasan Penelitian	85
BAB V PENUTUP	87
A. Simpulan	87
B. Saran	88
DAFTAR PUSTAKA	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian yang Dilakukan.....	30
Tabel 2. Sampel Penelitian	41
Tabel 3. Waktu dan Tempat Penelitian	42
Tabel 4. Kriteria Penilaian Skala Keterlibatan Belajar.....	44
Tabel 5. Kriteria Penilaian Skala Problematic Smartphone Use.....	44
Tabel 6. Kriteria Penilaian Skala Regulasi Diri	45
Tabel 7. Blue Print Keterlibatan Belajar.....	46
Tabel 8. Blue Print Skala Problematic Smartphone Use	47
Tabel 9. Blue Print Skala Regulasi Diri.....	48
Tabel 10. Skor Nilai Expert Judgement.....	50
Tabel 11. Hasil Expert Judgement.....	51
Tabel 12. Hasil Diskriminasi Skala Keterlibatan Belajar	52
Tabel 13. Hasil Diskriminasi Skala Problematic Smartphone Use	53
Tabel 14. Hasil Diskriminasi Skala Regulasi Diri	55
Tabel 15. Hasil Uji Validitas Keterlibatan Belajar	57
Tabel 16. Hasil Uji Validitas Problematic Smartphone Use	58
Tabel 17. Hasil Uji Validitas Regulasi Diri.....	59
Tabel 18. Cronbach's Alpha	61
Tabel 19. Hasil Reliabilitas	61
Tabel 20. Kategorisasi Teknik Deskriptif	62
Tabel 21. Teknik Deskriptif	62
Tabel 22. Asumsi Normalitas	63
Tabel 23. Asumsi Linearitas.....	64
Tabel 24. Interpretasi Koefisien Korelasi	65
Tabel 25. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin	70
Tabel 26. Karakteristik Berdasarkan Usia	71
Tabel 27. Karakteristik Berdasarkan Fakultas	71
Tabel 28. Karakteristik Berdasarkan Semester	72
Tabel 29. Karakteristik Berdasarkan Lama Penggunaan Smartphone	73
Tabel 30. Karakteristik Berdasarkan Kegiatan Yang Diikuti.....	73
Tabel 31. Deskripsi Variabel Penelitian.....	74
Tabel 32. Hasil Uji Korelasi Keterlibatan Belajar dengan Problematic Smartphone Use.....	75
Tabel 33. Hasil Uji Korelasi Keterlibatan Belajar dengan Regulasi Diri.....	76
Tabel 34. Hasil Uji Regresi Berganda Problematic Smartphone Use dan Regulasi Diri terhadap Keterlibatan Belajar	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir.....	28
Gambar 2. Rumus Slovin	41
Gambar 3. Rumus Proportionate Stratified Random Sampling.....	41
Gambar 4. Rumus Aiken's V	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Cek Plagiarisme Turnitin	101
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Dari Universitas	105
Lampiran 3. Surat Persetujuan Dari Lokasi Penelitian	109
Lampiran 4. Lembar Bimbingan Skripsi	113
Lampiran 5. Form Matriks Tabel Revisi Seminar Hasil.....	117
Lampiran 6. Hasil Analisis Expert Judgement.....	121
Lampiran 7. Hasil Analisis Statistik Deskriptif	127
Lampiran 8. Hasil Analisis Pengujian Asumsi.....	131
Lampiran 9. Hasil Analisis Uji Validitas dan Reliabilitas	135
Lampiran 10. Hasil Analisis Statistika Pengujian Hipotesis	141
Lampiran 11. Data Hasil Pre-eliminary Study.....	145

PROBLEMATIC SMARTPHONE USE DAN REGULASI DIRI TERHADAP KETERLIBATAN BELAJAR PADA MAHASISWA

Nurhaeni (nurhaeni920@gmail.com)

Agustina Ekasari (agustina.ekasari@gmail.com)

Universitas Islam 45

ABSTRACT

Learning engagement is crucial for student success in the classroom. Students who are emotionally, cognitively, and behaviorally engaged tend to understand the material more easily. This study aims to determine the effect of problematic smartphone use and self-regulation on student learning engagement.

This study used a correlational design, involving 357 students from the University of Muhammadiyah Indonesia (UNISMA Bekasi) as subjects. The instruments used were learning engagement scales, smartphone use problem scales, and self-regulation scales. Data collection techniques were conducted through interviews and the distribution of psychological scales.

The results of the regression analysis showed that problematic smartphone use and self-regulation significantly influenced learning engagement, with both variables contributing 16.6% to learning engagement ($R^2 = 0.166$; $F = 35.224$; $p < 0.000$).

Keywords: *Learning Engagement, Problematic Smartphone Use, Self-Regulation, Students*

ABSTRAK

Keterlibatan belajar sangat penting untuk keberhasilan mahasiswa di kelas. Mahasiswa yang aktif secara emosional, kognitif, dan perilaku cenderung lebih mudah memahami materi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *problematic smartphone use* dan regulasi diri terhadap keterlibatan belajar pada mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan melibatkan 357 mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Indonesia (UNISMA Bekasi) sebagai subjek penelitian. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala keterlibatan belajar, skala *problematic smartphone use*, dan skala regulasi diri. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan penyebaran skala psikologi.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *problematic smartphone use* dan regulasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap keterlibatan belajar, dengan kontribusi kedua variabel sebesar 16,6% terhadap keterlibatan belajar ($R^2 = 0,166$; $F = 35,224$; $p < 0,000$).

Kata Kunci: Keterlibatan Belajar, *Problematic Smartphone Use*, Regulasi Diri, Mahasiswa

ORIGINALITY REPORT

19%

SIMILARITY INDEX

16%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

repositori.uma.ac.id

Internet Source

2

etheses.uin-malang.ac.id

Internet Source

3

repository.radenintan.ac.id

Internet Source

4

Rohmah Lulu Fitriani, Ernest Ceti Septyanti. "Analisis Kuantitatif Self-Efficacy, Parental Involvement, dan Learning Engagement pada Siswa Penerima Beasiswa Program Afirmasi", JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING AR-RAHMAN, 2026

Publication

5

core.ac.uk

Internet Source

6

repository.usd.ac.id

Internet Source

7

www.scribd.com

Internet Source

8

archive.umsida.ac.id

Internet Source

9

Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya

Student Paper

10

Submitted to Universitas Negeri Jakarta

Student Paper

11

Bunga Anggreani, Ratieh Widhiastuti. "The Moderating Role of Self-Efficacy in the Influence of Participative Leadership Style and Teachers' Professional Ethics on Student Learning Engagement", Academia Open, 2026

Publication

12

eprints.walisongo.ac.id

Internet Source

13

id.scribd.com

Internet Source