

ABSTRAK

Rizki Adiyatma. 2020. Kontribusi *Self Control* dan *Self Esteem* terhadap Kecanduan *Smartphone* dan Implikasinya dalam Pelayanan Bimbingan dan Konseling. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Kecanduan *smartphone* yang terjadi pada mahasiswa membuat aktivitas dan pola perilaku kesehariannya berubah. Hal ini terlihat dari fenomena umum yang terjadi sekarang. Mahasiswa cenderung asik dengan kehidupan dunia maya dan perhatian yang lebih sedikit pada kehidupan nyata, komunikasi cenderung lebih sering terjadi melalui akun-akun media sosial mereka dibandingkan dengan komunikasi secara langsung. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone*, di antaranya yaitu *self control* dan *self esteem*. Penelitian ini bertujuan untuk; (1) mendeskripsikan *self control*, *self esteem*, dan kecanduan *smartphone* mahasiswa, serta (2) menguji kontribusi *self control* dan *self esteem* terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa, serta *self control* dan *self esteem* secara bersama-sama terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan korelasional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa UNP sebanyak 33480 mahasiswa, dengan sampel 400 mahasiswa yang dipilih dengan teknik *Proportional Random Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *self control*, *self esteem*, dan kecanduan *smartphone* dengan model *Likert*. Data dianalisis dengan teknik statistik deskriptif, kemudian menggunakan analisis regresi linier sederhana dan analisis regresi linear ganda.

Temuan penelitian membuktikan bahwa secara umum; 1) *self control* mahasiswa berada pada kategori tinggi, *self esteem* mahasiswa berada pada kategori tinggi, kecanduan *smartphone* mahasiswa berada pada kategori sedang, dan 2) terdapat kontribusi *self control* terhadap kecanduan *smartphone* mahasiswa sebesar 30,1%, ($r = 0,548$), *self esteem* terhadap kecanduan *smartphone* sebesar 25,9%, ($r = 0,509$), serta *self control* dan *self esteem* secara bersama-sama terhadap kecanduan *smartphone* sebesar 30,4%, ($r = 0,552$) dengan signifikansi 0.000. Penelitian ini berimplikasi sebagai dasar bagi Konselor untuk membantu mahasiswa dalam mengurangi kecanduan *smartphone*.

Kata kunci: *Kecanduan Smartphone, Self Control, Self Esteem*