

## Abstrak

Maraknya penggunaan *smartphone* dan internet diikuti oleh fenomena adiksi. Adiksi memiliki banyak bentuk, salah satunya berupa adiksi *smartphone*. Adiksi *smartphone* merupakan ketergantungan individu dalam menggunakan *smartphone* secara berulang dan berlebihan tanpa menghiraukan akibat negatif yang ditimbulkan. Individu yang tidak dapat mengatur waktunya dengan baik, ada kecenderungan bahwa individu tersebut tidak mampu mengarahkan dan mengatur dorongan - dorongan yang ada dalam dirinya. Individu yang memiliki *self regulated learning* yang buruk pada umumnya memiliki manajemen waktu yang buruk. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh adiksi *smartphone* terhadap *self regulated learning* pada mahasiswa psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif. Responden penelitian ini adalah mahasiswa fakultas psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung sebanyak 280 orang. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner dengan menggunakan 2 instrumen yaitu *smartphone addiction scale* dan *self regulated learning questionnaire*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* berpengaruh terhadap *self regulated learning* dengan nilai signifikansi  $< .05$  yaitu  $.004$ .

Kata Kunci : adiksi *smartphone*, *self regulated learning*, mahasiswa psikologi

