

Jurnal

by Alifia Rahma

Submission date: 04-Jul-2022 09:01AM (UTC+0700)

Submission ID: 1866305706

File name: JURNAL_LIVIA_FIX.docx (52.33K)

Word count: 2532

Character count: 16061

HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN INTENSITAS PENGGUNAAN SOSIAL MEDIA PADA REMAJA AKHIR FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

Alifia Rahma¹⁾, Nurfi Laili²⁾

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo,
Jl. Raya Gelam 250 Candi – Sidoarjo

*1) hellolofia@gmail.com *2) nurfilaili@umsida.ac.id

14 **tract.** This research is motivated by the phenomenon of the intensity of social media use experienced by adolescents. This study aims to determine the relationship between self-control with the intensity of social media use in late teens. This inquire about could be a sort of quantitative inquire about with a correlational approach. The populace in this think about were all late teenagers at the Workforce of Brain research and Instructive Sciences, Muhammadiyah Universi²⁰f Sidoarjo, amounting to 2,160 people. The sample in this study was 297 people with purposive sampling technique. The data collection technique in this study use¹ the self-control scale and the intensity scale of social media use. The information investigation strategy utilized product-moment relationship with the assistance of SPSS 16.0. The comes about of the information investigation of this ponder demonstrate that the relationship coefficient (rxy) is - 0.382 with a significance of 0.000 < 0.05, which suggests that there's a noteworthy negative relationship between self-control and the intensity of social media use in late teens. The effect of self-control on the intensity of social media use in this study was 14.6%.

Keywords: Self Control, Intensity of Social Media Use

Abstrak Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya fenomena intensitas penggunaan sosial media yang dialami oleh remaja. Penelitian ini bert¹⁹n agar dapat mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan intensitas penggunaan sosial media pada remaja akhir. Penelitian ini termasuk kedalam jenis penelitian⁷ kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Populasi yang terdapat dalam penelitian ini adalah seluruh remaja akhir di Fakultas Psikologi dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dengan jumlah 2.160 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 297 orang dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diridan skala intensitas per⁹gunaan sosial media. Teknik analisis data memakai hubungan product-moment menggunakan bantuan SPSS16.0. Hasil analisis data penelitian ini menerangkan bahwa nilai koefisien hubungan (r²) sebesar - 0,382 menggunakan signifikansi 0,000 < 0,05 yang menandakan bahwa masih ada interaksi negatif yang signifikan antara kontrol diri pada intensitas penggunaan sosial media pada remaja akhir. Pengaruh kontrol diri terhadap intensitas penggunaan sosial media dalam penelitian ini sebesar 14,6%.

Kata kunci : Kontrol Diri, Intensitas Penggunaan Sosial Media

I. PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi di era globalisasi saat ini menampilkan akibat secara nyata pada kehidupan bermasyarakat. Masyarakat saat ini sangat dimudahkan dengan adanya fasilitas internet yang terus berkembang sehingga mempermudah akses masyarakat saat ini dalam berkomunikasi. Pengguna sosial media sangat aktif setiap harinya. Sosial media yang saat ini sering di akses oleh remaja adalah Instagram. Instagram adalah salah satu media yang digunakan untuk berbagi tentang kehidupan masing-masing individu dalam bentuk gambar, video, serta lain-lain yang dibentuk dalam suatu konten. Tidak hanya membagikan isi konten, mereka juga dapat membagikan postingan yang mereka temukan pada postingan orang lain. Teknologi saat ini sangat memunculkan dampak baru pada masyarakat dalam bersosialisasi [1]. Tidak hanya membagikan isi konten, mereka juga dapat membagikan postingan yang mereka temukan pada postingan orang lain. Teknologi saat ini sangat memunculkan dampak baru pada masyarakat dalam bersosialisasi [1].

Di era internet yang semakin berkembang, jejaring sosial menjadi salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan komunikasi sosial banyak remaja. Statistik APJII merupakan layanan gaya hidup yang paling banyak dikunjungi melalui layanan chatting (89,35%) dan jejaring sosial (87,13%). Penggunaan sosial media yang berlebihan cenderung mengurangi pentingnya pekerjaan pribadi sehari-hari, dan juga terkait dengan kesehatan mental remaja [2]. Dampak interaksi sosial langsung di masyarakat terhadap sosial media 83% remaja menderita dari ketergantungan terhadap sosial media, terutama pada instagram.

Secara global, rata-rata kunjungan harian ke situs jejaring sosial adalah dua jam. Pengguna situs sosial media di Indonesia menghabiskan banyak waktu di situs sosial media jika dibandingkan dengan rata-rata dunia (2 jam 52 menit per hari). Penelitian lain yang menunjukkan dampak negatif sosial media terhadap *cyberbullying* dan depresi pada remaja. Penggunaan sosial media oleh remaja juga dapat menyebabkan penurunan mental, perubahan mode interaksi dan komunikasi, serta peningkatan kejahatan dan perilaku kriminal [3].

Efek negatif dari penggunaan sosial media yang berlebihan adalah mengarah pada kecanduan, perubahan perilaku dalam diri penjahat *cyber* itu sendiri, atau yang biasa dikenal dengan *cybercrime*. Salah satu jenis kejahatan dunia maya yang kemungkinan akan muncul di media sosial adalah *cyberbullying* [4]. Sehingga individu yang memiliki kontrol diri yang rendah membuat individu bersedia mengambil risiko yang dapat melanggar aturan tanpa berpikir panjang.

Penelitian yang dilakukan oleh Ohio State University berpendapat bahwa siswa menghabiskan waktunya untuk belajar lebih sedikit. Siswa meluangkan waktu setiap hari untuk bersosialisasi dan berkomunikasi secara efektif melalui sosial media dan di lingkungan sekitar, sehingga siswa menggunakan waktunya hanya satu jam dalam seminggu untuk belajar [5]. Kecanduan internet dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengendalian diri seseorang [5]. Individu dengan kontrol diri yang rendah pada umumnya mengalami kesulitan dalam menentukan konsekuensi dari tindakan mereka. Sedangkan individu dengan pengendalian diri yang tinggi membuat individu tersebut memperhatikan perilaku dan tindakannya. [6]. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan tindakannya dalam rangka melawan rangsangan internal dan eksternal [7].

Berdasarkan penelitian sebelumnya, hal ini membuat peneliti tertarik dan berkeinginan untuk mengkaji "Hubungan kontrol diri dengan intensitas penggunaan sosial media pada remaja akhir"

II. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini memakai jenis penelitian yaitu pendekatan kuantitatif. Populasi pada penelitian ini merupakan mahasiswa berusia 18-22 tahun pada Fakultas Psikologi & Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan seluruh mahasiswa fakultas psikologi & ilmu pendidikan universitas muhammadiyah sidoarjo yaitu sebanyak 297 subjek sebagai sampel penelitian. Sampel penelitian ini memakai teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang dipakai adalah skala psikologi yaitu skala likert berupa skala kontrol diri dan skala *rating scale* skala intensitas penggunaan sosial media yang dimodifikasi berdasarkan peneliti terdahulu. Analisis data memakai *product moment* melalui SPSS 16.0 for windows.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Tabel 4.1
Hasil Pengujian Normalitas

		8
		Unstandardized Residual
N		297
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.32239875
Most Extreme Differences	Absolute	.036
	Positive	.036
	Negative	-.031
Kolmogorov-Smirnov Z		.616
Asymp. Sig. (2-tailed)		.843

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas variabel yakni kontrol diridan variabel intensitas sosial media menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* mendapatkan nilai signfikasi sebesar 0,843 (lebih besar dari 0,05). Maka nilai signifikansi dari variabel ini adalah distribusi data normal. lantaran $0,843 > 0,05$.

15
Tabel 4.2
Hasil Pengujian Linieritas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kontrol Diri * Intensitas Media Sosial	Between Groups	(Combined)	2758.039	43	64.140	2.298	.000
		Linearity	1433.990	1	1433.990	51.381	.000
		Deviation from Linearity	1324.049	42	31.525	1.130	.281
	Within Groups	Total	7061.018	253	27.909		
			9819.057	296			

Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah ditunjukkan pada tabel di atas, didapatkan nilai *F Deviation from Linearity* 1) besar 1.130 dengan signifikansi sebesar 0,281. Hasil signifikansi yang dihasilkan bisa menampakan bahwa hasil dari korelasinya linier, karena mendapatkan nilai signifikansi 0,281 lebih dari 0,05.

Tabel 4.3
Hasil Pengujian Hipotesis

Correlations			
		Intensitas Media Sosial	Kontrol Diri
Intensitas Media Sosial	12		
	Pearson Correlation		-.382**
	Sig. (2-tailed)	1	.000
Kontrol Diri	N	297	297
	Pearson Correlation	-.382**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	297	297

Berdasarkan tabel diatas, menampakan bahwa output berdasarkan koefisi¹³orelasi (rxy) sebesar - 0,382 dengan signifikasi $0,000 < 0,05$. Hal ini memiliki arti bahwa masih ada interaksi negatif yang signifikan antara kontrol diri dan intensitas penggunaan sosial media, sehingga dapat dikatakan hipotesis penelitian diterima.

³
Tabel 4.4
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.382 ^a	.146	.143	5.331

a. Predictors: (Constant), Intensitas Sosial Media

Berdasarkan tabel di atas, sumbangan variabel X, yakni kontrol diri⁷ hadap variabel Y, yakni intensitas penggunaan sosial media adalah sebesar 14,3%. Hasil tersebut mendapatkan hasil dari *R Square* sebesar $0,146 \times 100\% = 14,6\%$. Ini menunjukkan bahwa ada efek kontrol diri pada intensitas penggunaan sosial media sebesar 14,6%

¹⁸
Tabel 4.5
Standar Deviasi dan Mean

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kontrol Diri	297	33.00	57.00	45.2088	5.75956
Intensitas Sosial Media	297	11.00	55.00	32.9663	9.95525
Valid N (listwise)	297				

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa pada skala kontrol diri, mean teoritis (μ) adalah 45,20 dan standar deviasi (σ) adalah 5,75. Sedangkan pada skala intensitas sosial media, mean teoritis (μ) adalah 32,96 dan pada standar deviasi (σ) adalah 9,95.

Tabel 4.6
Kategori Skala Kontrol Diri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	55	18.5	18.5	18.5
	Sedang	194	65.3	65.3	83.8
	Rendah	48	16.2	16.2	100.0
	Total	297	100.0	100.0	

Berdasarkan menurut tabel kategorisasi skor dalam skala kontrol diri bisa disimpulkan bahwa ada tiga kategori yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah. Pada kategori yang tinggi terdapat 18,5 %, kategori sedang 65,3 %, dan kategori rendah adalah 16,2 %. Penentuan kategori pada skala kontrol diri ini berpacu pada norma.

Tabel 4.7
Kategori Skala Intensitas Penggunaan Sosial Media

		Kategori Intensitas			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Tinggi	49	16.5	16.5	16.5
	Sedang	204	68.7	68.7	85.2
	Rendah	44	14.8	14.8	100.0
	Total	297	100.0	100.0	

16 Berdasarkan dari tabel kategorisasi skor pada skala Intensitas penggunaan sosial media dapat disimpulkan bahwa terdapat tiga kategori yaitu kategori tinggi, kategori sedang, dan kategori rendah. Pada kategori tinggi terdapat 16,5 %, kategori sedang 68,7 %, dan kategori rendah adalah 14,8 %. Penentuan kategori pada skala intensitas penggunaan sosial media ini juga mengacu pada norma. Dari pembahasan kategori diatas, disimpulkan bahwa remaja akhir yang berusia 18-22 tahun memiliki kontrol diri dan intensitas penggunaan sosial media yang termasuk pada kategori sedang. Hal ini bisa diketahui berdasarkan tabel kategori, yang dimana presentase berada pada kategori sedang.

B. Pembahasan

Berdasarkan penelitian diatas, memperlihatkan bahwa nilai koefisien hubungan sebanyak -0.382 menggunakan tingkat signifikansi 0.000. Hal ini memperlihatkan bahwa hipotesis diterima yakni terdapat interaksi negatif antara kontrol diri menggunakan intensitas penggunaan sosial media. Hipotesis tersebut menunjukkan semakin rendah kontrol diri, semakin tinggi intensitas penggunaan sosial media.

Hasil kategori padapenelitian ini dalam skala kontrol diri menunjukkan bahwa sebesar 55 remaja mempunyai kontrol diri yang tinggi (18,5 %), terdapat juga sebanyak 194 remaja mempunyai kontrol diri yang sedang (65,3%), dan yang memiliki kontrol diri rendah (16,2%) sebanyak 48 remaja..

Selain itu, diketahui juga pada skala intensitas penggunaan sosial media menunjukkan bahwa sebanyak 49 remaja mempunyai intensitas penggunaan sosial media yang tinggi (16,5%), masih ada juga sebesar 204 remaja mempunyai intensitas penggunaan sosial media yang sedang (68,7%), dan yang mempunyai intensitas penggunaan sosial media rendah (14,8%) adalah sebanyak 44 remaja.

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu memberitahuakan bahwa sebesar 42 murid (53,17%) mempunyai taraf kontrol diri tinggi dan 37 murid (46,83%) mempunyai kontrol diri sangat tinggi. Hasil ini memberitahuakan bahwa rata-rata daripada subjek mempunyai kontrol diri yang tinggi, ialah murid Sekolah Menengah Kejuruan A Ungaran sanggup mengendalikan tingkah lakunya dan dapat mengendalikan godaan yang ada menurut pada diri sebagai akibatnya mereka sanggup dalam menghindari hal yang tidak diinginkan. [5]

Hasil pada penelitian ini dalam skala kontrol diri menunjukkan bahwa sebesar 55 remaja mempunyai kontrol diri yang tinggi (18,5 %), terdapat juga sebanyak 194 remaja mempunyai kontrol diri yang sedang (65,3%), dan yang memiliki kontrol diri rendah (16,2%) sebanyak 48 remaja. Selain itu, diketahui juga pada skala intensitas penggunaan sosial media menunjukkan bahwa sebanyak 49 remaja mempunyai intensitas penggunaan sosial media yang tinggi (16,5%), masih ada juga sebesar 204 remaja mempunyai intensitas penggunaan sosial media yang sedang (68,7%), dan yang mempunyai intensitas penggunaan sosial media rendah (14,8%) adalah sebanyak 44 remaja.

Pada kategori diatas, dapat ditarik kesimpulan remaja yang berusia 18-22 tahun memiliki kontrol diri termasuk pada kategori sedang dengan besaran presentase 65,3%. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan bisa mengatur

perilaku pada kemampuan dirinya. Sebaliknya individu yang mempunyai kontrol diri yang rendah yakni individu yang kurang bisa mengontrol perilaku dalam dirinya.

Limitasi dari penelitian ini merupakan dampak yang diberikan d² variabel kontrol diri terhadap variabel intensitas penggunaan sosial media termasuk dalam katagori sedang, lantaran variabel kontrol diri berpengaruh terhadap variabel intensitas penggunaan sosial media sebesar 14,6%, hal ini dapat disebabkan karena kurangnya jangkauan penelitian seperti penambahan jumlah populasi dan variasi pemilihan subjek penelitian, sehingga hubungan antara kedua variabel belum terungkap secara keseluruhan. Dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode pengumpulan data secara daring Melalui *google form*, sebagai akibatnya peneliti tidak bisa mengawasi secara pribadi proses pengerjaannya. Hal ini mengakibatkan subyek mungkin tidak bersungguh-sungguh pada menaruh respon.

I. SIMPULAN

A. Simpulan

Dari output dan pembahasan diatas bisa disimpulkan bahwa masih ada interaksi yang negatif antara kontrol diri menggunakan intensitas penggunaan sosial media dalam remaja akhir. Hal tadi diketahui menurut output penelitian yang menandakan bahwa output koefisien korelasi (r_{xy}) sebanyak -0,382 menggunakan tingkat signifikansi sebanyak 0,000 kurang menurut 0,05, maka dapat diarti²n bahwa hipotesis pada penelitian ini mampu diterima. Hal ini menunjukkan semakin rendah kontrol diri meningkat pula intensitas penggunaan sosial media pada remaja akhir. Begitu sebaliknya, meningkat kontrol diri maka semakin rendah intensitas penggunaan sosial media pada remaja akhir. Variabel kontrol diri dalam penelitian ini dapat berpengaruh terhadap intensitas penggunaan sosial media sebesar 14,6 %. Hal tersebut berarti bahwa kontrol diri mempengaruhi kondisi intensitas penggunaan sosial media 14,6% dari sisa 85,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang bukan subjek penelitian ini.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Saran untuk remaja diharapkan untuk bisa membagi waktu pada saat menggunakan sosial media sehingga tidak menimbulkan kecanduan dan melupakan kegiatan yang lainnya. Remaja juga diharapkan bisa mencari kegiatan yang lebih bermanfaat seperti menjalankan hobi atau aktif dalam berorganisasi atau bergabung dengan komunitas..

2. Bagi Orangtua

Orangtua diminta untuk memberikan batasan waktu pada anak-anak dalam menggunakan sosial media, orangtua juga diharapkan untuk lebih terbuka dengan anak-anaknya ketika bermain sosial media dengan melakukan diskusi bersama anak untuk menggali informasi saat menggunakan sosial media. Sehingga anak-anak merasa aman dan nyaman untuk bercerita tentang apa saja yang mereka buka di sosial media.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya bisa mengungkap lebih tentang fenomena intensitas penggunaan sosial media yang dapat dipengaruhi oleh faktor yang lain yaitu kecenderungan narsistik, dan kepercayaan diri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ini penulis sampaikan pada keluarga yang senantiasa mendakan, memberi semangat serta dukungan. Terima kasih juga pada dosen pembimbing yang sudah membimbing penulis, membagi ilmu, solusi dan dukungan pada penulis selama proses pembuatan skripsi ini. Penulis juga menyampaikan terima kasih pada responden yang sudah meluangkan untuk membantu pada penelitian ini.

REFERENSI

- [1] A. D. Aprillia, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Media Sosial (Instagram) Pada Remaja Di Sma Harapan 1 Medan," *Univ. Medan Area*, pp. 1–112, 2019.
- [2] S. 201. Nisa, *Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) Dengan Kecenderungan Narsisme Dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir*. 2019.
- [3] A. Sriati and S. Hendrawati, "Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja," *J. Nurs. Care*, vol. 3, no. 1, pp.

41–53, 2020.

- [4] S. Fitri, “Dampak Positif Dan Negatif Sosial Media Terhadap Perubahan Sosial Anak,” *Nat. J. Kaji. Penelit. Pendidik. dan Pembelajaran*, vol. 1, no. 2, pp. 118–123, 2017, doi: 10.35568/naturalistic.v1i2.5.
- [5] Astuti, “Hubungan Atara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir,” *J. karya Ilm. SI Undip*, 2014.
- [6] R. C. M. Chita, L. David, and C. Pali, “Hubungan Antara Self-Control Dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011,” *J. e-Biomedik*, vol. 3, no. 1, 2015, doi: 10.35790/ebm.3.1.2015.7124.
- [7] R. Vinola, “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Celebrity Worship Pada Penggemar K-Pop,” *Skripsi*, pp. 8–17, 2021, [Online]. Available: <http://repository.uin-suska.ac.id/id/eprint/46168>.

Jurnal

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 acopen.umsida.ac.id 4%
Internet Source

2 blognya-olivia.blogspot.com 1%
Internet Source

3 repositori.usu.ac.id 1%
Internet Source

4 media.neliti.com 1%
Internet Source

5 Vania Puspa Zerlinda Setiadi, Agus Purnama.
"Kontrol Diri Dengan Motivasi Belajar Anak
Usia Remaja", JKEP, 2019 1%
Publication

6 eprints.uny.ac.id 1%
Internet Source

7 press.umsida.ac.id 1%
Internet Source

8 text-id.123dok.com 1%
Internet Source

journal.umg.ac.id

9	Internet Source	1 %
10	jurnal.unprimdn.ac.id Internet Source	1 %
11	ojs.unm.ac.id Internet Source	1 %
12	fr.scribd.com Internet Source	1 %
13	journals.upi-yai.ac.id Internet Source	1 %
14	123dok.com Internet Source	1 %
15	etd.iain-padangsidimpuan.ac.id Internet Source	1 %
16	core.ac.uk Internet Source	1 %
17	docobook.com Internet Source	1 %
18	etheses.uin-malang.ac.id Internet Source	1 %
19	journal.ubpkarawang.ac.id Internet Source	1 %
20	www.researchgate.net Internet Source	1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On