

## Table Of Content

<b>Journal Cover</b> .....	2
<b>Author[s] Statement</b> .....	3
<b>Editorial Team</b> .....	4
<b>Article information</b> .....	5
Check this article update (crossmark) .....	5
Check this article impact .....	5
Cite this article .....	5
<b>Title page</b> .....	6
Article Title .....	6
Author information .....	6
Abstract .....	6
<b>Article content</b> .....	7

ISSN 2598-991X (ONLINE)

# IJEMD



**INDONESIAN  
JOURNAL OF  
EDUCATION  
METHODS  
DEVELOPMENT**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO**

## Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

## Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

## Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

## EDITORIAL TEAM

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

## Article information

### Check this article update (crossmark)



### Check this article impact <sup>(\*)</sup>



### Save this article to Mendeley



<sup>(\*)</sup> Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

**The Relationship Between Self-Control and Intensity of Social Media Use  
in Late Adolescents in University**

*Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Intensitas Penggunaan Sosial Media  
pada Remaja Akhir di Universitas*

**Alifia Rahma, hellolifia@gmail.com, (0)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

**Nurfi Laili, nurfilaili@umsida.ac.id, (1)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

<sup>(1)</sup> Corresponding author

**Abstract**

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 and the intensity of social media use in late teens. This research is included in the type of quantitative research with a correlational approach. The population in this study were all late teens at the Faculty of Psychology and Education, Muhammadiyah University of Sidoarjo with a total of 2160 people. The sample in this study was 297 people with purposive sampling technique. The data collection technique in this study used a self-control scale and a social media use intensity scale. The data analysis technique uses the product-moment relationship using SPSS16.0. The results of the data analysis of this study explain that the value of the relationship coefficient ( $r_{xy}$ ) is -0.382 using a significance of  $0.000 < 0.05$  which indicates that there is still a significant negative interaction between self-control on 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%.

Published date: 2022-11-21 00:00:00



## 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]. Perkara *cyberbullying* yang terjadi ini masuk dalam hal yang sangat mengkhawatirkan. Tidak sedikit berdasarkan perkara *cyberbullying* berujung dalam gangguan mental pada korban sampai yang terburuk merupakan percobaan bunuh diri [5]. Sehingga individu yang memiliki kontrol diri yang rendah membuat individu bersedia mengambil risiko yang dapat melanggar aturan tanpa berpikir panjang.

Imbas negative yang dihasilkan sosial media pada kalangan remaja akan menciptakan remaja acuh tidak acuh terhadap rasa tanggung jawab, yang akan berdampak dalam keterlambatan pada menyerahkan pekerjaan rumah, mengurangi belajar, dan sangat mengakibatkan penurunan prestasi sekolah yang signifikan lantaran remaja lebih sibuk dalam bermain sosial media [6]. 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 [7]. Kecanduan internet dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengendalian diri seseorang [7].

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 [8]. Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan tindakannya dalam rangka melawan rangsangan internal dan eksternal [9]. Individu yang mempunyai kontrol diri yang rendah menciptakan individu bersedia merogoh risiko yang bisa melanggar aturan yang berlaku tanpa berpikir panjang. Individu yang mempunyai akun sosial media wajib bisa mengimbangi perilakunya menggunakan kebiasaan yang berlaku pada masyarakat [10].

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

## 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.

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil Penelitian

Tabel 4.1  
Hasil Pengujian Normalitas

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

a. Test distribution is Normal.

**Figure 1.** Hasil Pengujian Normalitas

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  $0,843 > 0,05$ .

Tabel 4.2  
Hasil Pengujian Linieritas

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

**Figure 2.** Hasil Pengujian Linieritas

Berdasarkan hasil uji linearitas yang telah ditunjukkan pada tabel di atas, didapatkan nilai *F Deviation from Linearity* sebesar 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

<b>Correlations</b>			
		<u>Intensitas Media Sosial</u>	<u>Kontrol Diri</u>
<u>Intensitas Media Sosial</u>	Pearson Correlation		-.382**
	Sig. (2-tailed)	1	.000
	N	297	297
<u>Kontrol Diri</u>	Pearson Correlation	-.382**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	297	297

**Figure 3.** Hasil Pengujian Hipotesis

Berdasarkan tabel diatas, menampakan bahwa output berdasarkan koefisien korelasi (rxy) sebesar - 0,382 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . 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.

Tabel 4.4  
Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.382 <sup>a</sup>	.146	.143	5.331

a. Predictors: (Constant), Intensitas Sosial Media

**Figure 4.** Hasil Uji Koefisien Determinasi

Berdasarkan tabel di atas, sumbangan variabel X, yakni kontrol diri terhadap 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%.

Tabel 4.5  
Standar Deviasi dan Mean

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

**Figure 5.** *Standar Deviasi dan Mean*

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa pada skala kontrol diri, mean teoritis ( $\mu$ ) adalah 45,20 dan standar deviasi ( $\sigma$ ) adalah 5,75. Sedangkan pada skala intensitas sosial media, mean teoritis ( $\mu$ ) adalah 32,96 dan pada standar deviasi ( $\sigma$ ) 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
	<u>Sedang</u>	194	65.3	65.3	83.8
	<u>Rendah</u>	48	16.2	16.2	100.0
	Total	297	100.0	100.0	

**Figure 6.** *Kategori Skala Kontrol Diri*

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**

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

**Figure 7.** *Kategori Skala Intensitas Penggunaan Sosial Media*

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 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. [7]

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 dari 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-benar-benar pada menaruh respon.

## Kesimpulan

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 diartikan 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.

## References

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. K. Nazara, "Analisis Perilaku Cyberbullying Remaja di Jejaring Sosial Instagram di Sekolah Madrasah Aliyah Islamiyah Sunggal," Skripsi Univ. Medan Area, 2019.
6. A. Nurhanifa, E. Widiyanti, and A. Yamin, "Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada remaja," J. Ilmu Keperawatan Jiwa, vol. 3, no. 4, pp. 527-540, 2020.
7. Astuti, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir," J. karya Ilm. S1 Undip, 2014.
8. 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.
9. 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>.
10. Sariyani, "Hubungan Antara Kontrol Diri dan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Kemampuan Sosialisasi," Psikoborneo, vol. 5, no. 4, pp. 781-791, 2017.